



CUIDADO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

HAYRA RAFAELLA SANTOS SALA; SABRINA DE AZEVEDO; ANA JÚLIA FERNANDES FERRATO; CAROLINE CORREIA DA SILVA; ADRIANA CAMPOS MEIADO

Introdução: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição prevalente que afeta um terço dos adultos mundialmente. Principal fator de risco modificável para doenças cardiovasculares, a HAS está associada multifatorialmente à hereditariedade, tabagismo, obesidade e estresse. Especialmente em idosos institucionalizados, a prevalência chega a 65%, tornando-se fator crítico para morbimortalidade cardiovascular, demência e perda de funcionalidade. **Objetivo:** Relatar uma experiência de um trabalho de prevenção e cuidado da hipertensão arterial sistêmica junto a idosos que frequentam uma instituição de abrigo de idosos. **Relato de Experiência:** A experiência aconteceu em uma instituição de cuidado a idosos no interior do estado de São Paulo. Totalizou-se seis visitas quinzenais, com três horas cada, durante três meses. Durante as visitas, o auxílio da equipe local foi crucial para as discentes compreenderem a complexidade e importância dos projetos comunitários e da avaliação clínica no tratamento de doenças crônicas. Além disso, as atividades realizadas com massa de modelar e jogos interativos possibilitaram a observação do impacto de exercícios simples que auxiliam na redução do estresse, estimulação cognitiva, memória e saúde mental, essenciais na saúde geriátrica. As alunas também puderam visualizar na prática os benefícios da fisioterapia preventiva, já que, em uma das visitas, uma fisioterapeuta voluntária promoveu exercícios físicos lúdicos para prevenir complicações cardiovasculares e melhorar a qualidade de vida dos idosos. Essa vivência reforçou o aprendizado prático e a habilidade de avaliar o impacto das ações na saúde dos idosos, salientando a necessidade do cuidado humanizado constante. Logo, essa experiência destacou o valor da formação que analise as necessidades da comunidade, preparando as alunas para futuras práticas profissionais. **Conclusão:** O projeto mostrou-se eficaz no cuidado e conscientização sobre a HAS em idosos institucionalizados, aprimorando as condições de saúde, além de aprendizado para as estudantes, destacando a importância de ações integradas no cuidado à saúde geriátrica e no gerenciamento do estresse.

Palavras-chave: **HIPERTENSÃO ARTERIAL; IDOSOS; EXPERIÊNCIA; SAÚDE GERIÁTRICA; QUALIDADE DE VIDA**