



## EDUCAÇÃO EM SAÚDE A PACIENTES PORTADORES DE HAS

Marieli Sassi Sperotto, Adriana de Oliveira Sperotto<sup>1</sup>, Elenir Salete Frozza<sup>2</sup>

1. Discente do curso de Enfermagem, Unoesc, Xanxerê, SC
2. Docente do curso de Enfermagem, Unoesc, Xanxerê, SC

**Autor correspondente:** Marieli Sassi Sperotto, Adriana de Oliveira Sperotto, [adrianaadriana.oo7oo7@gmail.com](mailto:adrianaadriana.oo7oo7@gmail.com)

**Área:** Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição crônica e é um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares e renais e pode levar a graves consequências se não for diagnosticada e gerida adequadamente. Historicamente, a HAS tem sido uma causa significativa de morbidade e mortalidade. O controle eficaz da pressão arterial é crucial para reduzir a incidência de complicações associadas e melhorar a saúde pública. **Objetivo:** o objetivo deste estudo é fornecer informações e orientações educativas para um grupo de indivíduos com hipertensão arterial sistêmica em um município do oeste de Santa Catarina. Pretende-se aumentar a conscientização sobre a importância do controle da pressão arterial e promover práticas de vida saudável. O foco está em educar os participantes sobre a hipertensão, suas consequências, e as medidas preventivas e de manejo recomendadas para minimizar a progressão da doença e melhorar a qualidade de vida. **Método:** Foi conduzido um estudo de revisão bibliográfica utilizando artigos científicos da Scielo e sites como Ministério da Saúde e a partir disso aplicado uma abordagem educativa. Foram realizadas sessões educativas com um grupo de hipertensos de uma cidade específica que trataram os aspectos da hipertensão, incluindo riscos associados, e estratégias para seu controle. As intervenções educativas incluíram informações sobre dieta adequada, a importância da atividade física regular e a redução do consumo de álcool e tabaco. **Resultados:** Os resultados incluíram uma maior compreensão dos participantes sobre a hipertensão arterial e suas implicações para a saúde. A intervenção educativa aumentou a adesão a práticas recomendadas, como a implementação de uma dieta equilibrada, a prática regular de exercícios, e a redução de comportamentos de risco como o consumo excessivo de álcool e tabaco. Acredita-se que essas mudanças possam levar a um melhor controle da pressão arterial e, conseqüentemente, a uma diminuição das complicações associadas, contribuindo para um aumento geral da qualidade de vida dos participantes. **Conclusão:** O estudo demonstra que intervenções educativas são eficazes para melhorar a gestão da hipertensão arterial. A educação em saúde é fundamental para promover a conscientização e encorajar práticas de vida saudável, o que pode ajudar a reduzir a prevalência e o impacto das complicações da hipertensão. A abordagem educativa adotada neste estudo provou ser uma ferramenta valiosa para promover mudanças positivas nos comportamentos de saúde e melhorar os resultados de saúde na população estudada.

**Palavras-chave:** Hipertensão. ; Comorbidade. ; Saúde pública; Fatores de risco; Estilo de vida..