

VIVA MELHOR: PROMOÇÃO DA SAÚDE PARA HIPERTENSOS DO NOVA LIMA

Autor(res)

Suellem Luzia Costa Borges
Carmen Rodrigues Pulcherio Conde Bastos Matos De Sousa
Rosângela Silva De Andrade
Izadora Fuza De Oliveira
Eduardo Lara Melchior
Suellyn Jéssica Giacomini Machado

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

Resumo

Considerando a baixa adesão da população a programas formais de atividade física, ações de educação em saúde no âmbito da Atenção Primária tornam-se fundamentais. O objetivo deste projeto de extensão foi promover a capacitação de pacientes hipertensos da USF Nova Lima para a realização de atividades físicas simples, seguras e adaptáveis ao ambiente doméstico. Os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) foram responsáveis pela convocação, e a intervenção foi realizada em um único dia, incluindo uma roda de conversa educativa, uma demonstração prática dos exercícios e a distribuição de material informativo. Acredita-se que a iniciativa tenha ajudado a aumentar o entendimento sobre o controle da hipertensão, estimulado a incorporação de hábitos saudáveis e fomentado uma maior independência dos participantes no autocuidado. Além disso, o projeto teve como objetivo fortalecer a Estratégia Saúde da Família como um local para a promoção da saúde, gerando efeitos positivos na qualidade de vida da comunidade atendida.