



## VIVA MELHOR: PROMOÇÃO DA SAÚDE PARA HIPERTENSOS DO NOVA LIMA

### Autor(res)

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

### 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.