

DÉFICIT NO AUTOCUIDADO EM IDOSOS COM HIPERTENSÃO ARTERIAL
SISTÊMICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Jéssica Alves Gomes, Universidade Federal do Piauí/UFPI, j.a.g7@hotmail.com

Introdução: O autocuidado é fator fundamental para garantia de uma melhor qualidade de vida, proporcionando retardo e reduções consideráveis das complicações agudas e crônicas decorrentes da Hipertensão Arterial Sistêmica. Nesse contexto, torna-se relevante a abordagem multiprofissional no acompanhamento das pessoas com a doença, principalmente da população idosa, que é mais acometida, bem como na realização de atividades de educação em saúde que proporcione o conhecimento sobre as questões que envolvam a prevenção das complicações e a realização de um tratamento adequado. **Objetivo:** Relatar a experiência de ter identificado o déficit no autocuidado em idosos hipertensos que faziam acompanhamento em uma Estratégia de Saúde da Família (ESF). **Metodologia:** Consiste em um estudo descritivo e reflexivo, com enfoque no relato de experiência, realizado de janeiro a março de 2013, com idosos hipertensos, durante as atividades educativas realizadas pelo Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva, da Universidade Federal do Piauí, Campos Senador Helvídio Nunes de Barros, desenvolvidas em uma ESF, na cidade de Picos – PI. **Resultados:** Através do diálogo com os pacientes, foram indagadas questões acerca dos hábitos nutricionais, nível de atividade física e cuidados relacionados ao tratamento medicamentoso. A partir dos dados colhidos pode-se perceber que os mesmos desenvolvem práticas de promoção do seu autocuidado de forma não condizente com a percepção de um estilo de vida saudável, podendo predispor a ocorrência de complicações, visto que, um grande número de hipertensos referiu não praticar atividade física e ter uma elevada ingestão de alimentos hipercalóricos, inadequados

a uma dieta saudável. Quanto ao tratamento medicamentoso as falhas identificadas foram em relação ao esquecimento dos horários e dias da administração da medicação. **Conclusão:** O contato com os pacientes na ESF nos proporcionou a identificação dos principais fatores que dificultam a prática efetiva do autocuidado na população idosa, contribuindo, assim, para um melhor direcionamento das atividades educativas realizadas. Nessa perspectiva, o suporte educativo tem um impacto impressionante sobre o comportamento dos idosos com hipertensão, sendo, essencial na redução das complicações da doença e na promoção de uma melhor qualidade de vida.

Palavras Chave: Hipertensão. Autocuidado. Saúde do Idoso.

Área temática: Atenção integral à saúde: promoção, prevenção, tratamento e reabilitação do idoso.