

## **EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM GRUPO DE HIPERTENSOS E DIABÉTICOS: Relato de experiência**

Com o envelhecimento, a população idosa torna-se mais vulnerável a desenvolver doenças crônicas assintomáticas, como Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus. As condições crônicas não transmissíveis representam a principal causa de mortalidade e incapacidade em todo mundo. Principalmente porque essas doenças acabam evoluindo para quadros clínicos mais graves, que geram aumento da demanda nos serviços de saúde. Entretanto, é possível adotar uma série de cuidados através da promoção e prevenção a saúde. Considerando que iniciativas de educação para a saúde visam promover o desenvolvimento do conhecimento e com isso melhorar a qualidade de vida e saúde das pessoas envolvidas neste processo através de ações desenvolvidas, com vistas a prevenir ou pelo menos retardar os agravamentos decorrentes dessas enfermidades. Acredita-se que a educação em saúde pode ser uma valiosa ferramenta para o enfermeiro e demais profissionais na busca de melhor qualidade de vida para as pessoas com doenças crônicas. Objetivou-se relatar as atividades educativas realizadas por alunos de enfermagem a usuários do programa de Hipertensão Arterial e Diabetes (HIPERDIA) assim como enfatizar a importância de planejar grupos de educação em saúde. A experiência se deu a partir da vivência prática proporcionada pelo estágio supervisionado I da Universidade Federal do Rio Grande do Norte. O trabalho foi realizado no período de agosto a dezembro de 2012, em uma Unidade Saúde da Família (USF) de Nova Parnamirim/RN, tendo como público alvos idosos participantes do programa HIPERDIA, acometidos por Hipertensão Arterial Sistêmica e/ou Diabetes Mellitus.

Atividades educativas foram realizadas com ações simples de forma dinâmica, abordando temas como: Hipertensão, Diabetes, possíveis complicações de ambas as patologias, a importância do uso correto dos medicamentos, além de prestar informações sobre hábitos saudáveis. As atividades foram desenvolvidas a partir de dificuldades identificadas pelos profissionais da UMS, frente o grupo de idosos. Durante o dialogo os usuários puderam esclarecer suas dúvidas. Ao final, foram verificados os níveis de pressão arterial, glicemia e medidas antropométricas, que foram anotados no prontuário para acompanhamento desses idosos. A equipe multiprofissional da UBS esteve presente durante as ações dando o suporte necessário a ação. Observou-se que a intervenção educativa foi positiva as ações da equipe da USF, proporcionando melhores hábitos a esses idosos, com adesão à proposta de tratamentos e condutas terapêuticas, refletindo na possibilidade da manutenção da saúde. Durante o trabalho foi observado o interesse do grupo para as atividades realizadas, para as discussões acerca dos temas e a motivação para o autocuidado. Considera-se que com o aumento considerável da população idosa no Brasil e no mundo, é fundamental que se busque estratégias de comunicação que promovam e resgate a proposta da educação e promoção da saúde. Assim, evidencia-se a importância de inserção de práticas educativas que prezem pela prevenção e promovam a qualidade de vida das pessoas acometidas por tais agravos. A realização dessa atividade contribuiu com a comunidade, mas também com a ampliação da formação acadêmica de futuros profissionais da saúde, mais especificamente de enfermeiros, com uma visão mais critica e reflexiva, e voltada para a educação em saúde.