

312 - PROJETO HIPERTENSÃO – FCT/UNESP/CAMPUS DE PRESIDENTE PRUDENTE

Isadora Lessa Moreno (Faculdade de Ciências e Tecnologia , UNESP, Presidente Prudente), Luiz Carlos Marques Vanderlei (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Vivian Simões Ramalho (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente) - isadora_fisio@yahoo.com.br

Introdução: A Hipertensão Arterial (HA), caracterizada por elevados níveis pressóricos, é uma das causas de maior redução da qualidade e expectativa de vida da população. Fatores como a hipercolesterolemia, obesidade, diabetes, alimentação hipersódica, sedentarismo, estresse e hereditariedade podem contribuir para o seu aparecimento ou agravamento. O acompanhamento preventivo e pós-diagnóstico com medidas dietético-higiênicas associadas ou não ao tratamento medicamentoso, adequação dos hábitos de vida e, sobretudo, informação à população para o controle e prevenção da HA são importantes ações.

Objetivos: Em função do quadro induzido pela HA este projeto de extensão visa realizar um seguimento dos funcionários hipertensos da FCT/UNESP, por meio de verificações periódicas da pressão arterial (PA) e fornecimento de informações simples e objetivas referente a HA contribuindo, desta forma, para sua conscientização.

Métodos: O projeto utiliza-se a seguinte metodologia: 1- Elaboração e distribuição de cartazes nos ambientes circulados pelos integrantes do projeto, com informações sobre atividade física, tabagismo, alimentação e medicamentos, todos associando à HA, 2- Realização de visitas mensais aos vários setores da FCT/UNESP para verificação da PA dos indivíduos com diagnóstico clínico de HA, cadastrados no projeto (44 indivíduos), pelo método indireto utilizando estetoscópio e esfigmomanômetro aneróide, seguindo as normas e recomendações do IV Consenso Brasileiro de HA, 3- Esclarecimento de dúvidas dos participantes durante as visitas, 4- Análise dos valores de glicemia, colesterolemia e triglicérides por meio do exame de punção da polpa digital utilizando o aparelho Accutrend CGT BM, com pelo menos 2 horas em jejum, 5- Análise da composição corporal por meio do Tetrapolar Maltron BF-906, 6- Aplicação de questionários para melhor caracterização e observação se os participantes estão seguindo as recomendações fornecidas.

Resultados: O acompanhamento periódico dos participantes do projeto tem contribuído para a sua conscientização sobre a importância das mudanças nos hábitos de vida e dos perigos que a HA pode proporcionar. Apesar disso, cerca de 46% dos participantes apresentam a pressão arterial descontrolada, o que reforça a importância do projeto. O seguimento destes indivíduos tem possibilitado ainda o seu encaminhamento ao tratamento clínico adequado. Do ponto de vista do ensino o projeto tem permitido aos alunos integrantes uma maior aprendizagem sobre a HA e sobre a prática das técnicas de verificação da PA, de mensuração de glicemia, colesterol e triglicérides, e análise da composição corporal, além da experiência referente à interação terapeuta-paciente.