

BIANCA VIANNA PEDROSA - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; TIAGO MANSUR KOBBAZ - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; LETÍCIA AYD BITTENCOURT - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; BERNARDO PIRES DE FREITAS - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; FERNANDA MARQUES POCHACZEVSILKY - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; FLÁVIA ZUCHEN - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; CAMILA SOARES - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; KELLY BIANCARDINI GOMES BARBATO - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES; FÁBIO AKIO NISHIJUKA - ESCOLA DE MEDICINA SOUZA MARQUES.

## 57369 – ANÁLISE DE CUIDADOS GERAIS DE SAÚDE EM PACIENTES HIPERTENSOS DURANTE UMA AÇÃO COMUNITÁRIA NA ZONA OESTE DO RIO DE JANEIRO

**Introdução:** Medidas não-farmacológicas como restrição ao uso de sal, menor consumo de frituras, atenção à higiene bucal, prática de exercícios físicos e cessação do tabagismo são determinantes para redução da morbimortalidade em hipertensos. Segundo a 7ª Diretriz Brasileira de hipertensão, essas medidas são priorizadas para hipertensos estágio 1 com baixo risco cardiovascular em detrimento ao uso de fármacos, sendo reconhecido que a falta de exercício físico é um dos maiores problemas de saúde no mundo.

**Objetivo:** Avaliar a adesão de pacientes hipertensos a medidas não-farmacológicas relacionadas a cuidados gerais de saúde.

**Material e métodos:** Estudo descritivo transversal com participantes de uma Ação Comunitária na Zona Oeste do Rio de Janeiro. Aplicou-se questionário aprovado pelo conselho de ética local aos participantes que preenchiam os critérios de inclusão: maiores 18 anos e que assinaram o TCLE. Coletaram-se medidas antropométricas e aferição da pressão arterial. Realizaram-se perguntas sobre hábitos alimentares, última consulta ao dentista e quantidade de ingestão hídrica. Análises das respostas e medidas foram feitas com utilização do software Prism 8.0 (GraphPad, Estados Unidos).

**Resultados:** Dos 89 entrevistados, 55% tinham diagnóstico prévio de HAS e deste grupo foram obtidas as seguintes respostas: 35% consumiam frituras todos ou quase todos os dias, 53% consumiam frituras "de vez em quando" e apenas 12% nunca consumia frituras. Sobre a ingestão hídrica, 28% bebiam menos de 1 litro de água por dia e 37% bebiam 2 ou mais litros. Além disso, dos hipertensos, 18% eram fumantes e 25% ex-fumantes, 41% eram obesos e 39% tinham sobrepeso. Sobre atividades físicas, apenas 22% atingiam 150 min/semana e preocupantes 65% não realizavam nenhuma atividade física aeróbica. Sobre hábito de ir ao dentista, 43% haviam se consultado no último ano, 18% entre 1-2 anos, 10% entre 2-3 anos e 28% tiveram sua última consulta há mais de 3 anos.

**Conclusão:** Os resultados da ação comunitária são preocupantes em relação a cuidados gerais de saúde. Para o controle apropriado da pressão arterial e prevenção a agravos de saúde, é necessário comprometimento diário, multifatorial e multidimensional. Observa-se o quão relevante é trabalhar em equipe multidisciplinar, abrangendo educadores físicos, fisioterapeutas, psicólogos e nutricionistas, além de médico e enfermeiro, para auxiliarmos pacientes hipertensos a mudarem de forma consistente e duradoura seu estilo de vida.