

**081 - CARTILHA EDUCATIVA: AJUDA NO AUTOCUIDADO DA HIPERTENSÃO** - Mariana Baptista Tablas, Luciana Maria Feliciano, Sarah Candido Franca, Luciana Maria Lunardi Campos, Maria José Queiroz de Freitas Alves - [maryana\\_tablas@hotmail.com](mailto:maryana_tablas@hotmail.com)

**Introdução:** a hipertensão arterial é uma doença crônica que se caracteriza pela elevação arterial sistêmica persistente e compõe um dos fatores de risco cardiovasculares mais importantes e comuns, apresentando altos índices de morbidade e mortalidade em todos os grupos populacionais. além da predisposição genética, o estilo de vida, entre outros fatores, podem levar à hipertensão. sabe-se que a prevenção ainda é o melhor "remédio" quando falamos de fatores de risco cardiovasculares. então, como auxiliar na prevenção e conscientização da hipertensão num país como o Brasil onde o descuido com a própria saúde mata 400 mil pessoas todos os anos? fornecer à população noções fisiológicas relacionadas ao controle da pressão arterial, bem como esclarecimento da hipertensão seriam estratégias importantes? **Objetivos:** produzir uma cartilha informativa com noções fisiológicas básicas envolvidas no controle da pressão arterial, bem como a descrição da hipertensão e prevenção destinada a alunos a partir do ensino médio. **Métodos:** para a formulação adequada da cartilha quanto ao nível de linguagem e conteúdo foi feito um estudo prévio com 60 alunos de ensino médio de uma escola municipal de Botucatu, e através de um questionário avaliamos: vocabulário, conceitos e interesse sobre a pressão arterial e temas interligados. posteriormente, os dados foram avaliados quantitativamente e por análise de conteúdo. **Resultados:** 96,6% dos alunos afirmaram que conhecer o funcionamento do corpo poderia ajudar o cuidado com a saúde, 85% acham que a escola é um bom lugar para aprender sobre saúde e gostariam de ser informados sobre como o estilo de vida afeta a pressão arterial, 98,3% acham que é um tema importante, porém apenas 31,6% afirmam saber o que é pressão arterial, 77,3% afirmam conhecer alguém hipertenso e 77,9% se interessam por saber sobre a prevenção e o tratamento da doença. A análise de conteúdo das justificativas demonstrou o pouco conhecimento dos alunos sobre termos e conceitos relativos a pressão arterial, e que esta é confundida com hipertensão. a análise também demonstra o interesse dos alunos pelo funcionamento do corpo, bem como o interesse sobre cuidado com a saúde, sendo prevenção/cuidado, aquisição de conhecimento, automedicação, importância do tema e atitude diante das doenças foram as principais justificativas. Conclusão: os dados aqui apresentados, justificam a importância e a necessidade da formulação dessa cartilha com seus temas propostos.