

1022 - PROJETO HIPERTENSÃO DO SETOR DE REABILITAÇÃO CARDÍACA DA FCT/UNESP

- Aline Fernanda Barbosa Bernardo (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Anne Kastelianne França da Silva (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Camila Balsamo Gardini (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Camila Dinah Nalini (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Layane Lopes Napoleão (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Mariana Bonilha Scarelli (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Vanessa Santa Rosa Bragatto (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Naiara Maria de Souza (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Luiz Carlos Marques Vanderlei (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente) - aliferbb@gmail.com.

Introdução: a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) apresenta alta prevalência na população mundial, sendo assim programas preventivos e de acompanhamento necessitam ser aplicados na população. O controle da HAS exige a participação ativa do paciente para modificar os hábitos de vida, já que esta enfermidade está diretamente relacionada a fatores de risco como diabetes, dislipidemia e obesidade. As mudanças que devem ocorrer na vida de um hipertenso são a redução do peso corporal, dieta hipossódica e bebidas alcoólicas, aumento da ingestão de frutas e verduras, realização de exercícios físicos, cessação do tabagismo e a substituição da gordura saturada por poliinsaturados e monoinsaturados, podendo então ser dispensada a terapia farmacológica ou reduzir a sua quantidade. **Objetivos:** incentivar mudanças simples em alguns hábitos de vida diários dos funcionários e docentes da FCT/UNESP, a partir de visitas mensais aos vários setores da Instituição para verificação da Pressão Arterial (PA) e fornecimento de informações claras e objetivas sobre a HAS aos hipertensos dessa Instituição, objetivando a conscientização e melhora da qualidade de vida. **Métodos:** As atividades a serem realizadas no ano de 2011 serão: verificações mensais de pressão arterial; realização de atividade laboral mensal coordenada e executada pelos bolsistas e colaboradores do projeto no próprio ambiente de trabalho dos participantes; elaboração e distribuição de panfletos no momento de verificação da pressão arterial abordando alguns fatores de risco para a hipertensão arterial; coletas de glicemia, triglicérides, colesterol, pressão arterial, frequência cardíaca e dados antropométricos dos participantes no mês de Novembro; e elaboração e distribuição de brindes com informações sobre fatores de riscos relacionados à hipertensão arterial e às doenças cardiovasculares. **Resultados:** o projeto é composto por 86 funcionários hipertensos, os quais foram identificados após levantamento com todos os funcionários da FCT/Unesp, com $50,25 \pm 7,95$ anos. Mediante as 7 visitas desse ano, temos que 76,2% dos funcionários apresentam valores pressóricos normais, enquanto 85,7% são obesos e 90,4% apresentam cintura aumentada, o que representa alta chance para desenvolver doenças cardiovasculares. Conclui-se que o acompanhamento dos hipertensos cadastrados no projeto tem possibilitado resultados satisfatórios, no que diz respeito à conscientização sobre a importância do tratamento da HAS. Contudo faz-se necessária a continuidade de campanhas preventivas paralelamente às mensurações de pressão arterial com orientações específicas e contínuas para a melhoria do estado geral e qualidade de vida, tendo em vista a alta prevalência de fatores de riscos que podem agravar o quadro hipertensivo.