



AÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE COM PACIENTES HIPERTENSOS E DIABÉTICOS DE UMA UNIDADE DE ESTRATÉGIA DA SAÚDE DA FAMÍLIA.

Luiza Kobayashi¹, Rayane Cardoso Lima², Giovanna Magalhães Rico de Aquino³, Iury Michel Soares Aoki⁴, Francine da Costa Alves⁵.

¹ Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade de Taubaté. E-mail: luiza.koba@gmail.com

² Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade de Taubaté. E-mail: rayanecardoso@hotmail.com

³ Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade de Taubaté. E-mail: gi.aquino.2002@gmail.com

⁴ Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade de Taubaté. E-mail: iury.273@hotmail.com

⁵ Doutora em Ciências da Saúde. Professora de Saúde Coletiva do Curso de Medicina da Universidade de Taubaté. Email: francine.calves@unitau.br

Introdução: A promoção da saúde consiste em ações que visa melhorar a qualidade de vida dos indivíduos e da coletividade por meio de praticas educativas que incentivam um determinado grupo de pessoas a adotarem hábitos de vida mais saudáveis, além de promover ações que agregam em seus bem estares físicos, emocionais e sociais. O enfrentamento de doenças crônicas, como a diabetes mellitus e a hipertensão, causadas por um estilo de vida ruim, é um desafio de escala mundial, sendo assim, a participação popular em atividades como essa, é de grande valia para a conscientização das pessoas sobre o impacto negativo a saúde que práticas diárias prejudiciais podem causar. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicos de medicina em ações de promoção de saúde com pacientes hipertensos e diabéticos em uma unidade de Estratégia de Saúde da Família. **Metodologia:** Estudo descritivo, do tipo relato de experiência de acadêmicos do quinto ano de medicina durante o internato em saúde coletiva em fevereiro de 2025. A ação foi realizada no salão paroquial de uma igreja do território, com o acompanhamento da médica, enfermeira e agente comunitária da unidade, professora responsável pelo internato e os pacientes que participam do programa de Hipertensão da Unidade. Foram realizadas neste dia consulta médica, educação em saúde sobre como manter a saúde do coração com hábitos saudáveis, aferição de glicemia capilar e pressão arterial, peso, altura e ao final fizeram exercícios de alongamento e mobilidade. **Resultados:** Estiveram presentes dezesseis pacientes, destes 7 passaram por consulta com a medica para entrega de exames, renovação de receita e ajuste das dosagens de medicação. Pudemos acompanhar as consultas e realizamos a aferição de pressão arterial e glicemia, peso, altura e conduzimos a roda de conversa sobre a importância dos hábitos de vida saudáveis, como uma boa alimentação limpa e a prática regular de atividades físicas, a exemplo da caminhada, para a prevenção de comorbidades e tratamento de doenças crônicas, como o Diabetes e a Hipertensão e após houve um momento de exercícios de alongamento, mobilidade e relaxamento. A atividade propiciou um ambiente acolhedor, onde alguns participantes tiraram algumas dúvidas acerca dos hábitos de vida saudáveis e puderam compartilhar suas experiências. **Conclusões:** As atividades educativas assistenciais evidenciam-se como importantes ferramentas na educação em saúde, possibilitando a troca de experiências entre o grupo e o aprendizado sobre os hábitos de vida que devem ser tomados.



**12º CONGRESSO
INTERNACIONAL
EM SAÚDE**
CISaúde - 2025

***Saúde em tempo de crise:
tecnologias emergentes
e equidade no acesso***

06 a 09 de maio de 2025

Além disso, para as acadêmicas, a experiência evidenciou-se importante para o aprendizado sobre a prática médica humanizada e empática, bem como a importância da promoção da saúde para a coletividade.

Palavras-chave: Promoção da Saúde; Estratégia Saúde da Família; Educação em Saúde; Hipertensão; Diabetes Mellitus.