

AÇÕES DE ENFERMAGEM NA PREVENÇÃO DE RISCOS CARDIOVASCULARES

Carla Maria da Silva¹, Isabela Olímpio Marquesini², Samara Silvério Vicente³, Maria Justina Dalla Bernardina Felipe⁴

¹Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Galileu. E-mail: mariacarlasilva2311@gmail.com; ²Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Galileu. E-mail: isabelamarquesine71@gmail.com; ³Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Galileu. E-mail: samarasilveriovicen10@gmail.com;

⁴Docente do Curso de Enfermagem da Faculdade Galileu. E-mail: majudalla@gmail.com

Introdução: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição crônica e multifatorial caracterizada pela elevação persistente dos níveis de pressão arterial, sendo um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares, como infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral. Mesmo com o avanço das políticas públicas e o fortalecimento da atenção primária, o controle pressórico ainda representa um desafio, sobretudo entre idosos, devido à baixa adesão ao tratamento e à falta de informações sobre o autocuidado. Nesse contexto, a atuação do enfermeiro é essencial, pois, além do acompanhamento clínico, ele exerce papel educativo, orientando sobre mudanças de estilo de vida e prevenindo complicações. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada em atividade de extensão universitária com pacientes hipertensos, destacando as intervenções de enfermagem e os fatores de risco cardiovascular identificados. **Material e Método:** Relato de experiência de caráter observacional e descritivo, desenvolvido nas Atividades de Extensão do Curso de Enfermagem da Faculdade Galileu, realizadas no município de Bofete, São Paulo, entre 15 de março e 30 de agosto de 2025, com 246 indivíduos cadastrados da população local, segundo relatório da Secretaria Municipal de Saúde. As ações envolveram aferição da pressão arterial, punção capilar para glicemia, colesterol e triglicérides, cálculo do índice de massa corporal, aplicação do Escore de Risco Global (ERG) e orientações sobre alimentação saudável, prática de atividade física, controle de peso e uso correto de medicamentos anti-hipertensivos. **Discussão:** A população foi composta por 125 (50,81%) indivíduos do gênero feminino e 121 (49,19%) masculino, com idade entre 16 e 82 anos. Observou-se 129 (52,44%) casos com alterações nos valores de pressão sistólica (131 a 230 mmHg) e conhecimento limitado sobre hipertensão e fatores de risco cardiovasculares. Destes, 82 (33,33%) mulheres e 57 (23,17%) homens faziam uso de medicação para doença cardiovascular. Os problemas mais recorrentes foram ingestão excessiva de sal, sedentarismo, interrupção do tratamento sem orientação profissional, alterações no colesterol, tabagismo e presença de diabetes. Durante as atividades, percebeu-se o impacto positivo da escuta ativa e do acolhimento humanizado, que fortaleceram o vínculo entre equipe e comunidade, estimulando o comprometimento dos participantes com o autocuidado. **Conclusão:** Essas ações possibilitam o fortalecimento do aprendizado acadêmico e a promoção da saúde na comunidade, aproximando o cuidado científico da realidade populacional. As intervenções demonstraram efetividade na conscientização sobre a importância da adesão ao tratamento e das mudanças no estilo de vida. **Contribuições para a Enfermagem:** Este relato reforça a relevância do enfermeiro na atenção primária como educador e agente transformador, capaz de estimular mudanças de comportamento e reduzir complicações associadas à HAS, destacando também as Atividades de Extensão como ferramenta de integração entre teoria e prática, ampliando o compromisso social da enfermagem. **Descritores:** Hipertensão Arterial Sistêmica, Intervenções de Enfermagem, Fatores de Risco, Doenças Cardiovasculares.