

PROJETO DE EXTENSÃO BARRACA DA SAÚDE: ATIVIDADES DE PREVENÇÃO E MONITORAMENTO DE PRESSÃO ARTERIAL NA ESCOLA MARÍLIA POLIESTI

ISMAEL FARIAS MAILAN¹; CAROLINE TAVARES DE SOUZA²; ISABELLE DE VASCONCELOS PRIETSCH³; MANUELA RICALDE MADEIRA⁴; GABRIEL MOURA PEREIRA⁵; FELIPE FEHLBERG HERRMANN⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – ismaelmailan13@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – carolinetavares576@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – acisabelleprietsch@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – manuelaricaldem@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – gabriel_mourap_@hotmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – herrmann.ufpel@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível (DCNT), que tem como principal característica a elevação constante dos níveis de pressão arterial (PA). Há muitos casos assintomáticos, mas diversos casos a relato da presença de dor de cabeça ou na nuca, tonturas, fraqueza, dor no peito e retenção de líquidos. A Genética, idade, sexo, etnia, obesidade, sedentarismo e alta ingestão de sódio são os principais fatores de risco a serem considerados para o seu desenvolvimento (BARROSO, 2020).

A adoção de medidas preventivas é essencial para a redução da incidência de hipertensão arterial na população. Entre as principais recomendações, destaca-se a diminuição da ingestão de sal, o que inclui evitar alimentos industrializados e processados, bem como não adicionar sal aos alimentos já preparados. Além disso, é fundamental manter o peso corporal dentro dos limites ideais, associado à prática regular de atividade física. A redução ou eliminação do consumo de bebidas alcoólicas também é indicada, assim como o aumento na ingestão de alimentos ricos em potássio, que ajudam no controle da pressão arterial. Abandonar o tabagismo e adotar estratégias para evitar o estresse (PORTO; PORTO, 2022).

Nesse contexto, as práticas de enfermagem devem englobar ações voltadas para a prevenção, promoção e reabilitação em saúde, utilizando a educação em saúde como ferramenta fundamental. É essencial o envolvimento da equipe multiprofissional e da comunidade, assegurando uma abordagem integrada e participativa. O cuidado à saúde de pessoas com condições crônicas começa com o rastreamento e a busca ativa de novos casos (SOUZA; HORTA, 2022).

Conforme Potter *et al.* (2024) a prestação de cuidados de saúde tem se transformado, gerando a necessidade de adaptação e de oferecê-los nos locais onde as pessoas vivem, trabalham, socializam-se e aprendem. Esses espaços possibilitam a execução de atividades de promoção da saúde, a prevenção de doenças e os cuidados de recuperação, que agora devem ser abrangidos também fora dos ambientes tradicionais.

Desta forma, o Projeto de Extensão Barraca da Saúde é fruto da colaboração entre professores, estudantes de graduação e pós-graduação da Faculdade de Enfermagem, em parceria com a Faculdade de Nutrição, e com a Pró-Reitoria de Extensão e Cultura, além da participação de outros cursos de graduação. O objetivo é promover ações interdisciplinares de educação em saúde, voltadas para a prevenção de riscos e doenças na saúde pública, englobando tanto a população urbana quanto a rural, incluindo comunidades indígenas e quilombolas.

Essas iniciativas consideram as particularidades culturais e os modos de vida dessas comunidades, fortalecendo a troca de saberes entre os estudantes e a diversidade presente nos diferentes grupos atendidos. Além disso, o projeto intensifica o contato dos alunos com a realidade social, permitindo que a prática da extensão universitária aproxime a universidade da comunidade, ao mesmo tempo em que desperta nos futuros profissionais uma compreensão mais empática e integral da saúde, com foco na equidade e na valorização das diferenças culturais.

A extensão universitária permite ao estudante vivenciar a realidade, interagindo diretamente com ela, o que contribui para sua preparação profissional, ao conhecer as culturas, costumes e crenças das pessoas atendidas. Dessa maneira, há uma troca constante entre teoria e prática, possibilitando ao acadêmico assumir um papel ativo e criar formas abrangentes de cuidado e assistência à comunidade, respeitando suas particularidades dentro de seu contexto social, econômico e cultural (MORAIS *et al.*, 2024).

O objetivo deste trabalho é relatar a experiência vivenciada pelos graduandos do curso de enfermagem durante a ação de extensão promovida pelo projeto "Barraca da Saúde", cujo foco principal foi a promoção de atividades voltadas para a prevenção e monitoramento da pressão arterial na comunidade.

2. METODOLOGIA

A atividade foi realizada no dia 14 de setembro de 2024, durante um evento comunitário organizado pela Escola Municipal de Educação Infantil Marília Poliesti, no município de Pelotas, das 13h30 às 17h. A equipe responsável pela execução da ação era composta por cinco enfermeiros, encarregados da supervisão das atividades, e quatro estudantes de graduação em Enfermagem, que atuaram diretamente na condução da atividade proposta.

O local da ação foi devidamente sinalizado com uma placa de identificação referente à aferição de pressão arterial, permitindo que os participantes buscassem a atividade de forma espontânea. Após uma breve acolhida, realizada de acordo com princípios éticos e de humanização do cuidado, procedeu-se à aferição da pressão arterial com equipamentos adequados e calibrados, conforme os protocolos estabelecidos pelo Ministério da Saúde.

Os valores obtidos durante a aferição foram registrados em fichas específicas, que permitiam o acompanhamento individualizado de cada participante. Com base nesses dados, cada indivíduo recebeu orientações personalizadas, com ênfase nas medidas preventivas e no manejo adequado da pressão arterial, além da distribuição de folders educativos e caderneta de saúde da pessoa idosa.

A avaliação da atividade foi baseada em indicadores quantitativos e qualitativos, incluindo o número de participantes atendidos, a identificação de casos de hipertensão, e o feedback fornecido pelos participantes. Esses dados foram fundamentais para a análise do impacto da intervenção na comunidade, bem como para o planejamento de futuras ações de promoção da saúde.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Até o momento, a atividade de extensão realizada no evento comunitário em Pelotas envolveu a aferição da pressão arterial de 21 participantes, sendo 16 mulheres e 5 homens. Entre os resultados, foi possível identificar variações significativas, com alguns casos de pressão arterial elevada, como o de uma mulher de 46 anos com 180x110 mmHg, sugerindo um quadro de hipertensão

grave, e casos mais moderados, como o de um homem de 47 anos com 140x90 mmHg. Além disso, foi registrada a participação de uma gestante de 29 anos com pressão de 130x80 mmHg, o que exigiu atenção especial.

Portanto, 76,19% dos participantes eram mulheres e 23,81% eram homens.

A análise dos dados revelou a importância de intervenções educativas sobre o controle da pressão arterial, destacando-se a contribuição para a formação acadêmica dos estudantes de Enfermagem, que puderam aplicar seus conhecimentos em um contexto prático e promover a saúde na comunidade. A ação teve um impacto social positivo, reforçando a conscientização sobre a prevenção e manejo da hipertensão.

4. CONSIDERAÇÕES

O Projeto Barraca da Saúde traz contribuições tanto para a comunidade quanto para a formação acadêmica dos envolvidos. A atividade desenvolvida proporcionou uma oportunidade ímpar para a integração entre o saber teórico e a prática, permitindo uma vivência direta da realidade da população e dos desafios de saúde pública, especialmente no que se refere à hipertensão arterial.

O envolvimento dos estudantes de graduação em Enfermagem em atividades de extensão realizadas na comunidade promove um amadurecimento intelectual e interpessoal significativo. Ao aplicar na prática os conhecimentos adquiridos em sala de aula, os alunos enfrentam situações reais que exigem uma reflexão crítica da situação e adaptabilidade, proporcionando assim o aprimoramento da habilidade de raciocínio clínico e resolução de problemas.

Além disso, ao interagir diretamente com diversas populações, possibilita o desenvolvimento de uma maior sensibilidade e empatia, aprendendo a lidar com diferentes contextos sociais, culturais e emocionais. Essas experiências fortalecem a comunicação, o trabalho em equipe e a capacidade de lidar com desafios humanos e profissionais, preparando os discentes para uma atuação mais consciente e humanizada na profissão.

Por fim, o contato com diferentes grupos sociais, aliado à atuação em uma equipe multiprofissional, consolidou a importância de intervenções educativas e preventivas no manejo da HAS. Além disso, a parceria entre a universidade e a comunidade demonstrou o valor da extensão universitária como ferramenta de transformação social, promovendo uma aproximação entre os diferentes saberes e o fortalecimento do vínculo entre teoria e prática profissional.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARROSO, Weimar Kunz Sebba et al. VIII Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia** 2021; v. 116, n.3, p. 516-658, 2020.

MORAIS, Fernanda de. et al. **A influência da extensão universitária na formação profissional do enfermeiro e do psicólogo egresso.** CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES, v. 17, n. 9, 2024.

PORTO, Celmo C.; PORTO, Arnaldo L. **Clínica Médica na Prática Diária.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2022.

POTTER, Patricia A. et al. **Fundamentos de Enfermagem.** 11. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2024.

SOUZA, Marina Celly Martins Ribeiro de; HORTA, Natália de C. **Enfermagem em Saúde Coletiva: Teoria e Prática.** 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2022.