



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:  
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

# FEPEG

F Ó R U M  
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

## GRUPO DE HIPERDIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Autores:** TIÊ MENEZES VIANA, JAQUELINE D'PAULA RIBEIRO VIEIRA TORRES, SAMARA FRANTHEISCA ALMEIDA BARBOSA, NATALIA HIANY FONSECA SANTOS, MARIA TATIANE MARTINS RODRIGUES, CARLA RODRIGUES PEREIRA

### GRUPO DE HIPERDIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Objetivo:** descrever a experiência vivenciada pelos acadêmicos de enfermagem na realização de um grupo de Hiperdia em uma Estratégia Saúde da Família (ESF) de Montes Claros-MG. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência da atuação dos acadêmicos em atividade do internato da graduação em Enfermagem, da Universidade Estadual de Montes Claros-MG, na realização do grupo de Hiperdia em uma ESF de Montes Claros-MG, no dia 11 de outubro de 2018. Participaram deste grupo, hipertensos e diabéticos de uma área de abrangência de uma ESF. Foi realizado um planejamento da educação em saúde e elaborados convites com informações sobre o dia, horário e local do evento, além de orientação sobre comparecer em jejum no dia do grupo. Esses convites foram entregues aos agentes comunitários de saúde, que ficaram responsáveis em convidar a população alvo (hipertensos e diabéticos). **Resultados:** Inicialmente, os acadêmicos e a preceptora responsável se apresentaram e cada participante falou o nome e sua condição clínica. Realizou-se a aferição da pressão arterial e glicemia capilar de todos. Logo após, os acadêmicos convidaram os participantes a uma breve discussão sobre o Diabetes Mellitus tipo 2 e a hipertensão arterial sistêmica. Com os participantes em círculo, foi realizada uma brincadeira, “batata quente”. A brincadeira consistiu em passar de pessoa para pessoa uma caixa com perguntas e tocando uma música, quando a música parava de tocar, a pessoa que ficou com a caixa pegava uma pergunta e respondia de acordo com seu conhecimento. As perguntas se referiam à alimentação saudável, atividade física e ao uso correto e preservação de medicamentos. A partir de cada pergunta gerava uma discussão sobre os temas. Em especial, deu-se destaque para os 10 passos para uma alimentação saudável. No final, foram tiradas as dúvidas que ainda se tinham. **Conclusão:** Conclui-se que o grupo de Hiperdia incentiva ao convívio social, sensibiliza sobre a adesão aos hábitos de vida saudáveis, conscientiza e informa quanto a patologias instaladas, melhorando a qualidade de vida dessas pessoas. Percebe-se que a educação em saúde associada ao autocontrole dos níveis pressóricos e glicêmicos, à atividade física e à dieta alimentar são importantes para melhorar a capacidade de autocuidado e conhecimento do seu quadro clínico, tornando o tratamento mais eficiente.