

Educação Nutricional em um Grupo de Pacientes Hipertensos em uma Unidade Básica de Saúde

**Ana Lucia Vasconcellos Menna Barreto; Maurem Ramos (orient.);
Adriana Machado Maestri Carvalho (co-orient.)**

Este estudo aconteceu como trabalho de conclusão de uma aluna do curso de nutrição da UFRGS. O objetivo era relatar as alterações ocorridas nos hábitos alimentares, peso corporal e pressão arterial sistêmica de um grupo de pacientes hipertensos, após intervenção nutricional educativa que se desenvolveu na Unidade Básica de Saúde Santa Cecília, município de Porto Alegre, durante 10 encontros no período de julho a setembro de 2007. Trata-se de uma pesquisa com abordagem qualitativa, que se valeu de alguns dados quantitativos, para tanto optou-se pela Pesquisa \square Ação, através da problematização baseada nos preceitos da Educação Popular. Por intermédio desse tipo de intervenção educativa, esse estudo buscou identificar os problemas emergentes, que levaram à descoberta das necessidades de ações educativas que contribuiriam para mudanças no comportamento alimentar dos participantes do grupo. Foram sujeitos, desse estudo, as pessoas hipertensas que aceitaram o convite à participação da pesquisa quando da aplicação do questionário sobre Rotina Alimentar realizado pela pesquisadora. No momento do convite foi explicado às pessoas que ao aceitarem participar da pesquisa, formariam um grupo onde se discutiriam questões problemáticas sobre alimentação e nutrição, assuntos relativos a hábitos de vida diária e alimentares que interferem na Pressão Arterial Sistêmica. A análise dos resultados possibilita afirmar que as mudanças de hábitos alimentares ocorridas reduziram os níveis de pressão arterial sistêmica dos participantes, porém o mesmo não aconteceu em relação ao peso corporal. Apesar do objetivo não ter sido a redução de peso, pois a intervenção educativa trabalhou questões relativas à hipertensão, esperava-se que com a adoção de hábitos mais saudáveis que essa redução tivesse ocorrido. Com base nestes dados levanta-se a hipótese de que a redução de peso corporal necessite de mais tempo e que a mesma seja resultado de mudanças significativas nos hábitos alimentares. Termos de indexação: hipertensão, peso corporal, educação nutricional, hábito alimentar.