

# **O COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL NA DIETA HIPOSSÓDICA NO IDOSO (APOIO UNIP)**

**Aluna:** Natália Fernanda Barbosa

**Orientadora:** Profa. Dra. Raquel M. C. Coutinho

**Curso:** Enfermagem

**Campus:** Campinas Swift

Com uma alimentação hipossódica, é possível atingir um maior número populacional, individualizando o tratamento para o controle da hipertensão arterial sistêmica (HAS) no idoso. O objetivo deste estudo é avaliar o comportamento da pressão arterial na dieta hipossódica e identificar a quantidade de sal consumida pela população estudada. Foi realizada uma pesquisa exploratória, quantitativa, em uma Unidade Básica de Saúde na cidade de Campinas. A população deste estudo são idosos, de ambos os sexos, diagnosticados com HAS em uso ou não de medicamentos e participantes de um grupo de Lian Gong. A pesquisa foi aprovada pelo CEP sob o parecer 3.683.326 e pela Secretaria Municipal de Saúde. A coleta de dados foi dividida em 2 fases. A primeira fase foi destinada ao preenchimento do questionário, aferição da pressão arterial (PA) e educação dos novos hábitos alimentares; a segunda fase se deu após 60 dias, com aferição da PA, acompanhamento do uso do sal realizado pela aplicação do instrumento e identificação na aderência aos novos hábitos, comparando os valores da PA. A amostra contou com 9 participantes do sexo feminino e questionário com 22 perguntas baseadas em hábitos alimentares dos indivíduos. Este instrumento foi adaptado e validado por Kelli Destri, do questionário do SISVAN. Após ação educacional e controle da pressão arterial identificamos redução de 11% no consumo de sal, sendo 78% consumindo até 5 gramas de sal por pessoa/dia e 22% consumindo até 10 gramas de sal por pessoal/dia. Relacionado à pressão arterial, identificamos redução de 6,67mmHg da PAS e 2,23mmHg da PAD. Uma intervenção educacional proporcionou redução na ingestão de sal para a população e promoveu melhora nos valores da pressão arterial.