



## **CORAÇÃO SOB PRESSÃO: PERCEPÇÕES DE ACADÊMICOS DE MEDICINA EM UM PROJETO EXTENSIONISTA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA ENTRE TRABALHADORES**

Kamila Torres Mattiello<sup>1</sup>, Alana Oliveira Freitas Yoshiura<sup>1</sup>, Aline Dandhara Behrmann Nunes<sup>1</sup>, Bethânia Magalhães Souza<sup>1</sup>, Camilla Sales Costa<sup>1</sup>, Cecília Henrique Nogueira Batista<sup>1</sup>, Isabela Nascimento Mendonça<sup>1</sup>, Isabela Ribeiro Melo<sup>1</sup>, Letícia Souza Lessa Ribeiro<sup>1</sup>, Melanie Araújo Costa<sup>1</sup>, Murilo Rocha Alves<sup>1</sup>, Rian Brito Ribeiro<sup>1</sup>, Sandra Andrade Santos<sup>1</sup>, Taís Sousa Brito<sup>1</sup>, Martha Cerqueira Reis<sup>2</sup>.



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n3p1405-1414>

Artigo publicado em 13 de Março de 2025

### **RELATO DE EXPERIÊNCIA**

#### **RESUMO**

Objetivou-se relatar a experiência de estudantes de medicina acerca da construção e execução de um projeto extensionista voltado para a promoção da saúde e prevenção da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), junto aos colaboradores de um serviço público de atendimento ao cidadão, situado em um município da Bahia. O projeto extensionista envolveu a realização de uma triagem investigativa do público-alvo, a fim de identificar possíveis sinais e sintomas associados às doenças crônicas não transmissíveis, em especial a HAS, e realizar encaminhamento para avaliação clínica médica conforme necessidade. Além disso, possibilitou a execução de um trabalho educativo voltado para a promoção da saúde e prevenção da HAS, a partir da construção, divulgação e discussão de uma cartilha pedagógica. As ações implementadas se mostraram de fácil aplicabilidade, de baixo custo, com potenciais de replicabilidade em outros espaços populacionais, além de promoverem o aprimoramento de habilidades comunicativas, técnicas e clínicas de acadêmicos de medicina.

**Palavras-chave:** Hipertensão; Educação em Saúde; Saúde Ocupacional.



# HEART UNDER PRESSURE: PERCEPTIONS OF MEDICAL ACADEMICS IN AN EXTENSION PROJECT AIMED AT HEALTH PROMOTION AND PREVENTION OF SYSTEMIC ARTERIAL HYPERTENSION AMONG WORKERS

## ABSTRACT

The objective was to report the experience of medical students in the construction and execution of an extension project aimed at health promotion and prevention of Systemic Arterial Hypertension (SAH) among employees of a public citizen service in a municipality in Bahia. The extension project involved conducting an investigative screening of the target audience to identify possible signs and symptoms associated with chronic non-communicable diseases, particularly SAH, and to refer them for medical clinical evaluation as needed. Additionally, it enabled the execution of an educational effort focused on health promotion and SAH prevention through the development, dissemination, and discussion of an educational booklet. The implemented actions proved to be easily applicable, low-cost, with potential replicability in other population settings, and also promoted the enhancement of communication, technical, and clinical skills of medical students.

**Keywords:** Hypertension; Health Education; Occupational Health.

**Autor correspondente:** Kamila Torres Mattiello - [kamilatmattiello@hotmail.com](mailto:kamilatmattiello@hotmail.com)

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





## **INTRODUÇÃO**

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma condição crônica não transmissível, caracterizada por uma interação complexa de fatores genéticos, sociais e ambientais, podendo acarretar em elevados níveis de incapacidades para realização de atividades e participação social.<sup>1-3</sup> Compreendida como uma das principais enfermidades cardiovasculares em todo o mundo, a HAS é a principal causa de morbimortalidade cardiovascular no Brasil, afetando cerca de 25% da população.<sup>4-5</sup>

Diversos estudos apontam o crescimento da HAS em ambientes laborais, associado a fatores como sedentarismo, estresse ocupacional e hábitos alimentares inadequados. Tal condição não apenas reduz a qualidade do indivíduo diagnosticado com o problema, assim como aumenta o nível de absenteísmo e incapacidade laboral, de modo a comprometer a produtividade e a estabilidade financeira deste trabalhador.  
2-3

Intervenções extensionistas em saúde, como medidas de triagens, permitem a detecção precoce da HAS, de modo a possibilitar o tratamento oportuno e cuidado integral a saúde do indivíduo, impactando positivamente no bem-estar biopsicossocial dessa classe populacional trabalhadora. O trabalho educativo integrado a tais iniciativas, promove a potencialização do conhecimento acerca do que é a HAS, seus sinais, sintomas e consequências para a vida do ser humano, de modo a incentivar a adoção de práticas sustentáveis de prevenção à saúde, com enfoque no autocuidado e redução dos fatores de risco para a doença.<sup>6-7</sup>

Por fim, ressalta-se que tais projetos possibilitam a criação de vínculos entre a comunidade acadêmica e a sociedade, promovendo o desenvolvimento de um corpo social mais informado e comprometido em lidar com os desafios do presente, além de oportunizar experiências enriquecedoras de aprimoramento científico, comunicativo e clínico para acadêmicos das áreas de saúde, rompendo os muros da instituição de ensino superior e vivenciando de maneira prática as complexas interações entre os fatores risco para a HAS.<sup>8</sup>

Objetiva-se relatar a experiência de estudantes de medicina acerca da construção e execução de um projeto extensionista voltado para a promoção da saúde



e prevenção da HAS junto a colaboradores de um serviço público de atendimento ao cidadão, situado no município de Vitória da Conquista - BA.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de relato de experiência, construído a partir da perspectiva dos estudantes do terceiro período do curso de Medicina, de uma instituição privada de ensino superior (IES) situada no município de Vitória da Conquista – BA, acerca da construção e execução de um projeto de extensão educativo, do tipo pesquisa-ação, voltado para a prevenção e promoção à saúde, com enfoque no desenvolvimento do conhecimento acerca da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e suas consequências, para colaboradores de um serviço público de atendimento ao cidadão.

Os objetivos a serem alcançados com o desenvolvimento do foram extensionista foram a potencialização do conhecimento de classe economicamente ativa acerca da HAS, seus sintomas, fatores de risco, diagnóstico, tratamento e consequências para saúde dos seres humanos; A sensibilização deste público trabalhador para a adoção de práticas preventivas contínuas e de controle da HAS; Identificação de indivíduos que apresentem sintomatologia para doenças crônicas não transmissíveis, em especial, a HAS, e que necessitem de avaliação clínica médica; Por fim, o encaminhamento daqueles com necessidades de avaliação clínica médica junto ao ambulatório de uma instituição particular de ensino superior.

Tais práticas ocorreram durante quatro semanas consecutivas do período de 2024.1, uma vez por semana, nos espaços ofertados pela própria IES proponente. A fim de incentivar a adesão do público-alvo, convites foram divulgados nas redes sociais dos servidores, assim como foi ofertada a coordenação da instituição parceira, uma lista contendo espaços para agendamentos prévios daqueles interessados em participar das ações.

A triagem desses indivíduos foi feita a partir da aplicação de um questionário investigativo, estruturado pelos membros responsáveis do projeto. Tal instrumento visava colher melhores informações acerca do histórico clínico pessoal e familiar, queixas em saúde atuais, sinais e sintomas clínicos existentes, exposição a potenciais



fatores de risco para o desenvolvimento de DCNT, em especial a HAS, assim como o perfil comportamental de hábitos de vida adotados por esses indivíduos.

Em sequência, os sujeitos em análise foram conduzidos a uma avaliação clínica dos sinais vitais, tais como Frequência Cardíaca (FC), Pressão Arterial (PA), Frequência Respiratória (FR) e Saturação de Oxigênio Periférico (SpO<sub>2</sub>). Para a condução desta avaliação, foram utilizados os seguintes recursos auxiliares: Oxímetros periféricos; esfigmomanômetros e estetoscópios.

Após a realização da triagem, aqueles indivíduos como histórico familiar para doenças crônicas, assim como aqueles que relataram queixas a respeito da condição de saúde atual, sinais e sintomas clínicos, além de possíveis alterações nas avaliações de sinais vitais realizada, estes foram encaminhados para avaliação clínica médica, no ambulatório acadêmico da IES proponente. Os encaminhados receberam uma ficha para apresentação a unidade ambulatorial, constando o nome do projeto e motivo de encaminhamento.

Por fim, os sujeitos abordados receberam uma cartilha educativa sobre a HAS, contendo informações relevantes a respeito da doença, tais como seu conceito, fatores de risco, sinais e sintomas, consequências, tratamento e medidas preventivas que possam ser adotadas. Durante a entrega, todos os elementos contidos na cartilha foram explicados, de modo a esclarecer possíveis dúvidas de aspectos atrelados ao controle e prevenção da doença.

Previamente a execução das ações, os participantes do projeto foram orientados quanto aos objetivos das ações, assim como potenciais benefícios e riscos em sua participação, a partir da aplicação de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, de modo a garantir os princípios éticos da autonomia, beneficência, não maleficência e justiça, assegurando sempre o bem-estar dos participantes do projeto extensionista e a adequada abordagem.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Durante a execução do projeto foi possível observar uma demonstração da sensibilização dos participantes para a melhoria dos hábitos de vida e cuidados com a saúde por meio da adesão ao projeto. Essa interação entre estudantes e trabalhadores



possibilitou o rastreamento dos sinais e sintomas clínicos e posterior encaminhamento ao ambulatório acadêmico que se mostrou como uma etapa crucial para a garantia da promoção da saúde e prevenção da HAS no público. Dessa forma, contribuiu para a promoção, de forma significativa, da qualidade de vida dos trabalhadores que participaram do projeto.

Além disso, as atividades executadas viabilizaram uma troca de saberes entre a população acadêmica e social, o que permitiu aprimoramento dos conhecimentos em saúde, além de oportunizar a possibilidade de os acadêmicos de medicina desenvolverem habilidades para avaliação e investigação em saúde, a partir da interação com a comunidade.

Destarte, as atividades tiveram um impacto positivo no âmbito individual e coletivo dos funcionários. Ademais, permitiu aos estudantes de medicina uma aplicação prática dos conhecimentos teóricos, enriquecendo sua formação acadêmica e fortalecendo o vínculo com a comunidade. Assim, essas experiências não apenas beneficiam os estudantes, mas também fortalecem a relação entre a instituição acadêmica e a sociedade, gerando impactos positivos de longo prazo na saúde desses profissionais.

Ocorreu ainda uma abordagem com a cartilha educativa, a qual permitiu uma explanação mais detalhada acerca da HAS, seus sinais, sintomas e complicações, de modo a ofertar informações valiosas para o autocuidado desses indivíduos no dia-a-dia, além da resolução de dúvidas acerca da doença.

Somado a isso, o trabalho educativo proposto incentivou o aprimoramento das habilidades criativas, didáticas de ensino-aprendizagem dos acadêmicos de medicina. Ademais, as práticas implementadas se mostraram de fácil aplicabilidade, de baixo custo, com potenciais de replicabilidade em outros espaços populacionais.

Por fim, limitações foram encontradas no decorrer do projeto no que tange a quantidade de trabalhadores presentes para a execução das atividades, tendo em vista que o projeto ocorreu em horário comercial. Tal contexto favoreceu uma menor adesão do público-alvo, o que contribuiu para uma menor demanda de indivíduos para realização da triagem.

Nessa perspectiva, a educação em saúde é um instrumento de mudança social que tem como objetivo capacitar os indivíduos a tomarem decisões informadas quanto

ao seu processo de saúde e doença. Dessa forma, a explanação realizada sobre a HAS possibilitou a sensibilização e compreensão quanto aos riscos, medidas preventivas e de controle necessárias, contribuindo assim para a redução das complicações e promoção do bem-estar dos trabalhadores. Desse modo, foi oportunizado a divulgação do conhecimento, por meio da interação entre os acadêmicos e os trabalhadores de um serviço de atendimento ao cidadão, sobre prevenção e cuidado da hipertensão arterial.

8-9

Assim, fatores como sexo, idade, etnia, diabetes mellitus, tabagismo, etilismo, sedentarismo e consumo excessivo de sal estão associados ao desfecho da HAS. Nesse sentido, a análise dessas características viabiliza um melhor entendimento do que influencia nesse contexto, bem como as medidas que devem ser tomadas, principalmente nas políticas públicas da atenção primária para atenuação desse quadro, com ações de prevenção e promoção mais incisivas e resolutivas. A partir da identificação e resolução desses determinantes, espera-se diminuir a incidência de eventos cardiovasculares mais graves, junto a sobrecarga ao sistema público de saúde.<sup>1,10</sup>

Além disso, ambientes de trabalho são determinantes quanto aos níveis pressóricos, de modo que o estresse, sobretudo, nesses locais pode ser extremamente danoso ao trabalhador e tende a elevar a pressão arterial dos indivíduos. Nesse sentido, o estresse ocupacional acarreta um estado de desgaste do organismo humano que interfere tanto na saúde física quanto mental e, conseqüentemente, impacta na diminuição da capacidade de trabalho.<sup>6</sup>

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As ações com vistas para a promoção da saúde e prevenção da HAS entre o público economicamente ativo se mostraram efetivas, na medida em que promoveu espaços de troca de saberes acerca dos processos que envolvem a HAS, além de permitir, por meio da triagem realizada, a identificação de possíveis problemas de saúde e encaminhamentos destes para avaliação clínica médica junto ao ambulatório acadêmico da IES proponente. Ademais, as práticas implementadas se mostraram de fácil aplicabilidade, de baixo custo, com potenciais de replicabilidade em outros espaços



populacionais, além de proporcionarem aos estudantes de medicina o desenvolvimento de habilidades comunicativas e estratégicas para atuação junto a comunidades vulneráveis.

Chama-se atenção para a importância e necessidade de maiores práticas extensionistas contínuas, como um agente complementar e fortalecedor das iniciativas governamentais de prevenção e promoção da saúde. Ao integrar as políticas públicas de saúde, com as instituições de ensino, empresas e comunidades de trabalhadores, tais ações possibilitarão a identificação de riscos ocupacionais, além da implementação de medidas mais eficazes de prevenção e promoção de hábitos de vida saudáveis.

## **REFERÊNCIAS**

BARROSO WKS, RODRIGUES CIS, BORTOLOTTO LA, MOTA-GOMES MA, BRANDÃO AA, FEITOSAADD, et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial-2020. Arquivos Brasileiros de Cardiologia. 2021;116(3):516-658.

SOUZA NPG, DE OLIVEIRA GYM, GIRÃO ALA, SOUZA LM, DE FREITAS MANIVA SJC, DE FREITAS CHA. Adoecimento por hipertensão arterial e Diabetes Mellitus: concepções de um grupo de pacientes hospitalizados. Revista de Enfermagem UERJ. 2015;23(1):52-57.

SPEKALSKI MVS, BOBATO GR, CABRAL LPA, FADEL CB, KRUM EA, BORDIN D. Prevalência e fatores associados a hipertensão arterial em trabalhadores de uma instituição de ensino superior. Revista Saúde Pública, Paraná. 2020;5(2):1 -13.

QUEIROZ MG, DE AQUINO MLA, BRITO ADL, MEDEIROS CCM, DA SILVA SIMÕES MO, TEIXEIRA A, et al. Hipertensão arterial no idoso- doença prevalente nessa população: uma revisão integrativa. Braz. J. of Develop.. 2020;6(4):22590-22598.

JULIÃO NA, SOUZA A, GUIMARÃES RRM. Tendências na prevalência de hipertensão arterial sistêmica e na utilização de serviços de saúde no Brasil ao longo de uma década (2008 - 2019). Ciência & Saúde Coletiva. 2021;26(9):4007-4019.

VITAL TG, DE OLIVEIRA SILVA I, DO NASCIMENTO PAZ FA. Hipertensão arterial e os fatores de risco relacionados ao trabalho: uma revisão de literatura. Research, Society and Development. 2020;9(7):1-15.

SAMPAIO SML, SILVA IB, DE LUNA CA, RANGEL JF, FEITOSA PG, FERREIRA FDW, et al. Promoção da saúde de pacientes hipertensos: uma revisão integrativa. Brazilian Journal of Health Review. 2021;4(2):1-12.





FRAUSINO LF, SENA EH, FLÁVIO GAL, DE LIMA GHMA. Ação acadêmica de combate a hipertensão arterial sistêmica: um relato de experiência. *Brazilian Journal of Health Review*. 2023;6(5):1-7.

CONCEIÇÃO DS, VIANA VSS, BATISTA AKR, ALCÂNTARA ADSS, ELERES VM, PINHEIRO WF, et al. A educação em saúde como instrumento de mudança social. *Brazilian Journal of Development*.2020;6(8):59412-59416.

DOS SANTOS DIAS G, COSTA MCB, DAS NEVES FERREIRA T, DOS SANTOS FERNANDES V, DA SILVA LL, JÚNIOR LMS, et.al. Fatores de risco associados à hipertensão arterial entre adultos no Brasil: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Development, Curitiba*. 2021;7(1):963-978.