



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
FACULDADE DE MEDICINA
DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA

HARINA MARA DA SILVA REIS

ELABORAÇÃO DE UMA CARTILHA PARA HIPERTENSOS DA ZONA RURAL DO
ESTADO DO CEARÁ

FORTALEZA

2022

HARINA MARA DA SILVA REIS

ELABORAÇÃO DE UMA CARTILHA PARA HIPERTENSOS DA ZONA RURAL DO
ESTADO DO CEARÁ

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Fisioterapia da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

Orientador(a): Prof. Daniela Gardano
Bucharles Mont'Alverne

FORTALEZA

2022

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Biblioteca Universitária
Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

- R31e Reis, Harina Mara da Silva.
Elaboração de uma cartilha para hipertensos da zona rural do Estado do Ceará / Harina Mara da Silva Reis. – 2022.
25 f. : il. color.
- Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Federal do Ceará, Faculdade de Medicina, Curso de Fisioterapia, Fortaleza, 2022.
Orientação: Profª. Dra. Daniela Gardano Bucharles Mont'Alverne.
1. hipertensão arterial. 2. educação em saúde. 3. exercício físico. I. Título.
- CDD 615.82
-

HARINA MARA DA SILVA REIS

ELABORAÇÃO DE UMA CARTILHA PARA HIPERTENSOS DA ZONA RURAL DO
ESTADO DO CEARÁ

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Fisioterapia da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

Data de aprovação: 21/01/2022.

BANCA EXAMINADORA

Profª Dra. Daniela Gardano Bucharles Mont'Alverne (Orientadora)
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Profª Dra. Raimunda Hermelinda Maia Macena
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof. Dr. Magno Markus Ferreira Formiga Gonçalves de Oliveira
Universidade Federal do Ceará (UFC)

RESUMO

A Hipertensão Arterial Sistêmica é uma condição sistêmica que está relacionada com o risco de doenças cardiovasculares. As doenças do aparelho circulatório são as doenças crônicas não-transmissíveis com maior taxa de mortalidade no Ceará, principalmente no interior do Estado, cuja população apresenta um déficit no cuidado à saúde relacionado a fatores como baixa escolaridade e hábitos de vida não saudáveis. As tecnologias em saúde são simples e eficazes na promoção do autocuidado. O trabalho tem como objetivo elaborar uma tecnologia em saúde voltada para o população com diagnóstico de Hipertensão Arterial Sistêmica da zona rural do Estado do Ceará. Foi realizado um estudo metodológico do tipo desenvolvimento realizado em três etapas: delimitação do tema, levantamento bibliográfico sobre do manejo e fatores de risco da HAS e exercícios para o controle da HAS; e construção do material educativo. Foi produzida uma cartilha com 16 páginas composta por educação em saúde e prescrição de exercícios, elaborada através de orientações de linguagem, ilustrações e layouts direcionados para o repasse efetivo do conteúdo. A tecnologia em saúde é um meio de auxílio no cuidado da população com hipertensão arterial na zona rural. O material necessita passar pelo processo de validação para que seja possível sua utilização pelos profissionais de saúde.

Palavras-chaves: hipertensão arterial; educação em saúde; exercício físico.

ABSTRACT

Systemic Arterial Hypertension is a systemic condition that is related to the risk of cardiovascular diseases. Diseases of the circulatory system are the chronic non-communicable diseases with the highest mortality rate in Ceará, especially in the interior of the state, whose population has a deficit in health care related to factors such as low education and unhealthy lifestyle habits. Health technologies are simple and effective in promoting self-care. The objective of this work is to develop a health technology aimed at the population diagnosed with Systemic Arterial Hypertension in the rural area of the State of Ceará. A methodological study of the development type was carried out in three stages: delimitation of the theme, bibliographic survey on the management and risk factors of SAH and exercises for the control of SAH; and construction of educational material. A 16-page booklet was produced, consisting of health education and exercise prescription, elaborated through language guidelines, illustrations and layouts aimed at the effective transfer of the content. Health technology is a means of helping the population with arterial hypertension in rural areas. The material needs to go through the validation process so that it can be used by health professionals.

Keywords: arterial hypertension; health education; exercise