UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LILIANA ALVAREZ SOTO

# ESTRATEGIAS EDUCATIVAS PARA O CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL DA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE VILA AMORIM. VOTORANTIM. SÃO PAULO.

SÃO PAULO
2017

LILIANA ALVAREZ SOTO

# ESTRATEGIAS EDUCATIVAS PARA O CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL DA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE VILA AMORIM. VOTORANTIM. SÃO PAULO.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde da Família da Universidade Federal de São Paulo para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família

Orientação: MICHELE PEIXOTO QUEVEDO

SÃO PAULO
2017

**Resumo**

Neste trabalho será explanado um projeto de intervenção que propor um grupo de ações no fim de elevar o nível de conhecimento, permitir a conscientização da necessidade do uso e administração correta dos medicamentos, os horários corretos em pacientes hipertensos, com abordagem multiprofissional na Unidade Básica de Saúde. Além de um programa educacional sobre a importância de modificar estilos de vida.

**Palavra-chave**

Hipertensão. Promoção. Prevenção. Educação em Saúde.

## Introdução

A Hipertensão Arterial Sistêmica é a mais frequente das doenças cardiovasculares. É diagnosticada quando um paciente apresenta uma pressão arterial sistólica maior ou igual a 140 mmHg e uma pressão arterial diastólica maior ou igual a 90 mmHg. (CAMPOS; FARIA; SANTOS, 2010).

É um dos principais fatores de risco para as complicações mais comuns como são outras doenças cardiovasculares, cerebrovascular e renal crônica. É por isso que constituem um problema grave de saúde no Brasil e no mundo.(COOPER; ROTIMI,1990).

Onde a modificações de estilo de vida é de fundamental importância no processo terapêutico e na prevenção da hipertensão.

( Que referência é essa?)

Devido a elevada incidência que tem a HAS e suas complicações em nossa comunidade. Uma intervenção cedo com medidas de estilo de vida poderia reduzir a pressão arterial e o progresso da HAS com o passar dos anos. O controle adequado dos pacientes com HAS deve ser uma das prioridades da Atenção Básica a partir do princípio de que o diagnóstico precoce, o bom controle e o tratamento adequado dessa afecção são essenciais para a diminuição das complicações ( BRASIL, 2013)

Este  projeto de intervenção tem muita importância porque vai a realizar atividades de promoção de saúde na população. Fornecerá educação continuada a os pacientes com hipertensão arterial, agentes comunitários de saúde, outros trabalhadores da ESF. Permitindo um conhecimento real da Hipertenção Arterial, seu tratamento medicamentoso e não medicamentoso. Contribuindo a diminuição das complicações e internações por urgências clínica. Ajudará a comprometer mais ao pessoal da saúde cada dia mais para garantir uma população saudável. Onde com as modificaçãoes do estilos de vida, levando a um melhor controle da pressão arterial, nós fazemos redução das sequelas e complicações.

## Objetivos (Geral e Específicos)

## OBJETIVOS

### Geral

Elaborar estratégias a fin de melhorar os conhecimento dos casos de Hipertensão Arterial na população de Vila Amorim, Votorantim, São Paulo.

### Específicos

- Elevar o nível de conhecimento da população sobre Hipertensão Arterial Sistêmica para assim diminuir novos casos e complicações.
- Orientar a população sobre como modificar o estilo de vida para prevenção da HAS e complicações.
- Realizar atividades de promoção de saúde sobre hipertensão arterial dirigido á população com HAS e população em geral.
- Fornecer educação continuada do tema aos agentes comunitários de saúde e enfermeiras da ESF.
- Incluir dentro da consulta do programa de HAS, temas relacionados com bom controle da doença por meio de mudanças de estilo de vida e tratamento correto.

**Método**

Método:

- Local de estudo:

- Nosso projeto de intervenção será realizado na Unidade de Estratégia de Saúde da Família, Vila Amorim, do município Votorantim. Estado São Paulo.
- Sujeitos de intervenção (público – alvo):
- . Na unidade temos 172 com diagnóstico de hipertensão arterial q serão o público alvo.

Com os seguintes critérios:

Critérios de inclusão:

- Pacientes maior de 15 anos.
- Paciente que desejem participar.
- Pacientes com diagnostico de HAS.

Critérios de exclusão:

- Pacientes menores de 15 anos.
- Pacientes com doenças mentais.
- Planos de ações:
  - Reavaliar e fazer levantamento dos pacientes portadores de hipertensão arterial, assim como os casos com descontrole e irregularidades no cumprimento do tratamento.
  - Efetuar atividades de promoção de saúde com o grupo de pacientes hipertensos para apresentação dos participantes e definição dos temas de interesse por meio de palestras, dinâmicas de grupos utilizando técnicas participativas e filmes educativos.
  - Elabora planos de atividades com os temas de interesses para aumentar o nível de conhecimento e responsabilidade dos pacientes com hipertensão arterial e seus familiares assim como aos agentes comunitários de saúde. Sobre como prevenir complicações, controlando seus fatores de risco e cumprindo com o tratamento orientado.
  - Garantir consultas agendadas com reavaliações mensais aos hipertensos com descontrole das cifras tensionais, a traves do seguimento das cifras de pressão arterial pela equipe.
  - Planificar visitas domiciliares com prioridade, para aqueles que têm alguma

impossibilidade de receber o atendimento na UBS com monitorização dos hábitos da alimentação e higiene, assim como o cumprimento do tratamento dos pacientes selecionados.

- Avaliação e monitoramento

O projeto permitirá realizar um monitoramento mais confiável do uso correto dos medicamentos em pacientes hipertensos e incrementar os conhecimentos da sua doença para atingir um melhor controle da mesma.

Os pacientes vão ser motivados nas reuniões de grupos de pacientes hipertensos, nas consultas e nas visitas domiciliarias feitas pela equipe; vão falar das experiências com o tratamento, conhecimentos adquiridos, mudanças nos hábitos e estilos de vida, aspectos positivos e negativos da intervenção, para avaliação constante da efeito positivo do projeto após a intervenção.

As reuniões semanais da equipe da família constituem o momento ideal para avaliar o desenvolvimento do projeto, avaliar as possíveis mudanças; assim como ações que favoreçam o cumprimento das medidas terapêuticas orientadas.

A implementação do questionário permitirá avaliar os pontos positivos e negativos desde o ponto de vista dos pacientes, assim com os tópicos desejados e alcançados por eles com a intervenção.

**Resultados Esperados**

Espera-se com este projeto de intervenção de nossa equipe de saúde da ESF Vila Amorim, melhorar a qualidade de vida da população, diminuir em 50% a mobilidade e mortalidade de esta doença assim como suas complicações, realizando atividades de promoção e prevenção para prevenir as complicações e sequelas por HAS, elevando o nível de conhecimento da doença e suas possíveis complicações. E assim proporcionar a conscientização da importancia de modificações de estilos de vida , correto tratamento medicamentoso e não medicamentoso de esta doença.

**Referências**

BRASIL.Ministerio da Saúde. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crõnica: hipertensão arterial sistêmica. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.( Cadernos de Atenção Básica, n.37)

CAMPOS, F.C.; FARIA H.P.; SANTOS, M.A. **Planejamento e das ações em saúde**. 2ed. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2010.

COOPER, R.; ROTIMI, C**. Hypertension in blacks**. American Journal of Hypertension,

v.10, p. 804-812, 1997.