UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE

AGUSTIN ERNESTO GOMEZ VALDES

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO INSTRUMENTO DE CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA ZONA DE VACA MORTA, MUNICÍPIO BOQUIRA – BA

São Luís
2017

AGUSTIN ERNESTO GOMEZ VALDES

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO INSTRUMENTO DE CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA ZONA DE VACA MORTA, MUNICÍPIO BOQUIRA – BA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Atenção Básica em Saúde.

Orientador (a): Antonia Iracilda e Silva Viana

São Luís
2017

Valdes, Agustin Ernesto Gomez

Educação em saúde como instrumento de controle da hipertensão arterial sistêmica na zona de Vaca Morta, município Boquira – BA/Agustin Ernesto Gomez Valdes. – São Luís, 2017.

14 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação em Atenção Básica em Saúde) - Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde - PROGRAMA MAIS MÉDICOS, Universidade Federal do Maranhão, UNA-SUS, 2017.

1. Educação em saúde. 2. Hipertensão. 3. Fatores de Risco. I. Título.

CDU 616.12-008.331.1

AGUSTÍN ERNESTO GÓMEZ VALDÉS

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO INSTRUMENTO DE CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA ZONA DE VACA MORTA, MUNICÍPIO BOQUIRA – BA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Atenção Básica em Saúde.

Aprovado em / /

BANCA EXAMINADORA

_____

Prof. Antonia Iracilda e Silva Viana

Mestrado em Saúde Coletiva
Universidade Federal do Maranhão

_____

2º MEMBRO

_____

3º MEMBRO

RESUMO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é um importante fator de risco para complicações cardíacas, cerebrovasculares e renais, constitui um grande problema de saúde pública no Brasil e no mundo, é a principal causa de consulta na atenção primaria e em todos os níveis de atenção em saúde agravando esta situação a falta de adesão ao tratamento junto aos estilos de vida não saudáveis. Neste contexto se faz necessário elaborar um plano de ação voltado para educação em saúde visando promover o conhecimento a doença, seus fatores de risco e a importância de uma boa adesão ao tratamento sendo necessário fazer o diagnostico situacional da comunidade atendida. O presente trabalho objetiva implantar um plano de educação em saúde voltado para a redução e controle dos fatores de risco modificáveis dos pacientes com HAS na comunidade atendida pela UBS Vaca Morta, município Boquira, estado Bahia. Esperamos lograr a prática de estilos de vida saudáveis, um bom controle dos pacientes e uma correta adesão ao tratamento através das atividade de educação em saúde.

Palavras-chave: Educação em saúde. Hipertensão. Fatores de Risco.

ABSTRACT

Hypertension is an important risk factor for heart complications cerebrovacilates and renal, constitutes a major public health problem in Brazil and in de world, is de mean cause of consultation on primary health care and in all levels of health care exacerbating this situation is the lack of adherence to treatment or to unhealthy lifestyles. In this context it is necessary to draw up an actions plan geared towards health education in order to promote knowledge to disease, its risk factors and the importance of a good adhesion of the treatment being required to situational diagnosis of the community attended. The present word aims to deploy a health education plan aimed at the reduction and control of modificaveis risk factors of patients with hypertension in the community every by basic health unite dead cow municipality Boquira, Bahia, Estate. We hope to migrate to practice healthy lifestyle, good control of patients and proper adherence to treatment through health education activate.

Keywords: Health Education. Hypertension. Risk factor.

SUMÁRIO

		p.
1	**IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO**	6
1.1	**Título**	6
1.2	**Equipe Executora**	6
1.3	**Parcerias Institucionais**	6
2	**INTRODUÇÃO**	6
3	**JUSTIFICATIVA**	9
4	**OBJETIVOS**	9
4.1	**Geral**	9
4.2	**Específicos**	9
5	**METAS**	10
6	**METODOLOGIA**	10
7	**CRONOGRAMA DE ATIVIDADES**	11
8	**IMPACTOS ESPERADOS**	12
9	**CONSIDERAÇÕES FINAIS**	12
	REFERÊNCIAS	13

1 - IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

1.1 Título

Educação em saúde como instrumento de controle da hipertensão arterial sistêmica na zona de Vaca Morta, município Boquira – BA

1.2 Equipe Executora

- Nome do (a) aluno(a): Agustín Ernesto Gómez Valdés
- Nome do (a) Orientador(a): Antônia Iracilda Silva Viana

1.3 Parcerias Institucionais

- Secretaria de Saúde Município Boquira - BA
- Coordenação Atenção Básica município Boquira - BA

2 – INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistémica (HAS) constitui importante fator de risco para complicações cardíacas e cerebrovasculares, sendo considerada um problema de saúde pública no Brasil e no mundo (RODOVANOVIC, 2014; FERREIRA; LOPES, 2015).

Em 2000, a prevalência de HAS na população mundial era de 25% e a estimativa para o ano de 2025 é de 29%. Estudos realizados no Brasil revelaram que a prevalência da hipertensão variou entre 22,3% e 49,3% com media de 32,5%. (RODOVANOVIC, 2014)

A situação da saúde da população brasileira atualmente caracteriza-se pela mudança no padrão de adoecimento, mortalidade e acelerada transição demográfica. O que ocasiona crescimento na ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Entre as DCNT destaca-se a HAS por sua elevada prevalência, morbimortalidade e ampla dimensão terapêutica. Além disso, a não adesão ao tratamento agrava a situação contribuindo para a falta de controle de

níveis pressóricos e o aumento de fatores de risco nos hipertensos (SANTOS, 2013; BARRETO, 2014; FERREIRA, 2015).

No Brasil a HAS afeta mais de 30 milhões de brasileiros, destes, 36% dos homens adultos e 30% das mulheres, e é o fator de risco mais importante para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares, responsáveis das maiores causas de mortes no pais (MAGRINI, 2012; FREITAS, 2015).

A HAS apresenta etiologia multifatorial, caracterizada pela elevação persistente da pressão arterial e por alterações metabólicas, levando ao risco de complicações cardiovasculares. Sua prevalência vem aumentando em países em desenvolvimento, devido ser uma doença assintomática em suas fases iniciais. Aliado a isso, a falta de informação, por parte da população, contribui para seu baixo controle, acometendo não somente os idosos, mas indivíduos em faixas etárias cada vez mais precoces (MOURA, 2015).

A hipertensão é a principal causa de consulta na atenção primaria bem como em todos os níveis de atenção em saúde. Uma das principais causas apontadas para o fracasso no tratamento é a baixa adesão, identificada em aproximadamente 50% dos hipertensos sem controle, sendo as proporções consideravelmente maiores quando a falta de adesão relaciona-se a itens como: estilo de vida, ressaltando-se dieta, sedentarismo, tabagismo, etilismo entre outros (SANTOS, 2013).

Boquira é um município brasileiro do estado da Bahia, localizado na mesorregião do centro-sul baiano. Sua população estimada em 2016 segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estadística (IBGE) é de 22.448 habitantes, ocupando uma área de 1.431 km^2. No ultimo censo realizado pelo IBGE no ano 2010 nosso município tinha uma população de 22.037 habitantes (10.856 homens e 11.181 mulheres) morando na zona rural 14.673 pessoas e na zona urbana 7.334 pessoas.

O município está inserido em uma região serrana, riquíssima em minerais preciosos. Até o governo Collor era destaque no cenário nacional pela exportação de mineiro de chumbo, tanto pela qualidade quanto quantidade, sendo a maior reserva do Brasil.

A atividade econômica principal é a agropecuária, com destaque para a criação de caprino e nas épocas das chuvas o plantio de feijão, milho e palma. Na atividade extrativa, frutos como mangaba, umbuzeiro, buriti, pequi, entre outros. Esses produtos enriqueceram de iguarias nativas as feiras locais.

O comercio está em desenvolvimento, visto que, a cidade está atrelada aos empregos públicos e sua economia está dependente dos recursos do governo Federal e do Estadual.

Os principais problemas de saúde são as doenças crônicas não transmissíveis fundamentalmente a HAS sendo esta doença uma dos principais motivos de consulta na Unidade Básica de Saúde (UBS) de Vaca Morta, município de Boquira, estado Bahia.

Na comunidade rural de Vaca Morta encontra-se a UBS do mesmo nome. Nossa equipe de saúde está composta por um médico, um enfermeiro, uma técnica de enfermagem, uma técnica de farmácia e 7 agentes comunitários de saúde. Brindamos cobertura medica as seguintes comunidades rurais: Vaca Morta, Vereda, Tombo, São Marcos, Varginha, Poções, Malhada, Novo Paraiso, Santa Barbara, Capim Grosso, Sobrado e Lapinha. Segundo os dados do Sistema de Informação de Atenção Básica (SIAB) do ano 2015 temos aproximadamente um total de população de 2.345 habitantes (1.159 sexo feminino e 1.186 sexo masculino).

Nossa população adulta trabalha fundamentalmente na roça, apresentando fatores de risco como: obesidade, sedentarismo, maus hábitos alimentares, tabagismo, alcoolismo e o principal problema de saúde é o numero elevado de pacientes com hipertensão arterial os quais não tem uma adequada adesão ao tratamento o que origina falta de controle dos níveis pressóricos ração esta que nos motiva a fazer um plano de ação para lograr mudar esta situação através da prevenção e promoção da saúde.

Para que a prevenção e a promoção da saúde sejam feitas de forma eficaz é necessário o conhecimento sobre a doença e dos fatores de risco que colaboram para o desenvolvimento da mesma ou das comorbidades associadas (MACHADO, 2012).

Acredita-se que a educação dos indivíduos seja o melhor caminho para o alcance de uma redução dos casos de hipertensão arterial, não sendo apenas uma transmissão de conteúdos referentes á patologia e ao tratamento, mas sim que se promova a adaptação dos pacientes ao tratamento. Para se chegar a essa adaptação é preciso que os indivíduos estejam motivados para que tais mudanças ocorram e também para que assimilem os conhecimentos que poderão melhorar a qualidade de vida dos mesmos (MARTELLI, 2014).

3 - JUSTIFICATIVA

A HAS é considerada um dos grandes problemas para saúde pública no Brasil agravada por sua incidência e detecção quase sempre tardia, além de constituir um dos principais fatores de risco para as doenças cardiovasculares e cerebrovasculares. Ela representa um dos maiores desafios em saúde tanto para as pessoas hipertensas como para a sociedade. Seu aparecimento está relacionado a estilos de vida inadequados (sedentarismo, estresse, obesidade, tabagismo, etilismo) e outros fatores como sexo, idade, história familiar, raça, etc.

Devido ser a principal causa de atendimento nas consultas de nossa equipe de saúde torna-se necessária a elaboração de um plano de ação na área rural de Vaca Morta, município Boquira, estado Bahia. Este será voltado para educação em saúde visando promover o conhecimento a doença e com isso contribuir para a redução do numero de pacientes que tem descontrole ou que vem a consulta por esse motivo.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

Implantar um Plano de Educação em Saúde voltado para a redução e controle de pacientes com Hipertensão Arterial Sistémica na comunidade atendida pela UBS Vaca Morta, município Boquira- BA.

4.2 Específicos

- Promover o conhecimento sobre hábitos e práticas saudáveis para o controle e prevenção da HAS.
- Identificar na comunidade os pacientes com diagnostico de HAS que apresentam fatores de risco para desenvolver futuras complicações.
- Estimular aos pacientes para a adesão ao tratamento.
- Capacitar aos agentes comunitários de saúde sobre prevenção e controle da HAS.

5 METAS

- Capacitar 100% dos agentes comunitários de saúde para promover estilos de vida saudáveis em 3 meses;
- Orientar 100% dos pacientes com diagnostico de HAS sobre como modificar fatores de risco para desenvolver futuras complicações em 4 meses;
- Aumentar em 30% a adesão ao tratamento anti-hipertensivo em 4 meses.

6 METODOLOGIA

Nosso trabalho foi realizado a partir do maior problema de saúde apresentado na nossa área o que é o numero elevado de pacientes com hipertensão arterial os quais não tem uma adequada adesão ao tratamento o que origina falta de controle dos níveis pressóricos.

A fim de elaborar a proposta do plano de ação para educação em saúde voltado para a redução e controle de pacientes com Hipertensão Arterial Sistémica atendidos na UBS de Vaca Morta foram descritas ás seguintes etapas: diagnostico situacional e elaboração do plano de ação. Inicialmente foi realizado um diagnostico situacional para identificar os problemas relativos ao controle dos pacientes hipertensos e seus fatores de risco para desenvolver futuras complicações.

Através das visitas domiciliares e consultas programadas e de demanda espontânea feitas na unidade, foi possível conhecer a baixa adesão ao tratamento anti- hipertensivo dos pacientes e a presença dos fatores de risco para desenvolver futuras complicações além da falta de informações dos pacientes e suas famílias sobre a hipertensão arterial, fatores de risco e suas complicações. Para o enfrentamento do problema, foi elaborado um plano de ação, seguindo o Manual para Organização de Trabalho de Conclusão de Curso (OLIVEIRA, 2013).

Para a execução do plano de ação serão realizadas as seguintes etapas:

Capacitação dos agentes comunitários de saúde para realizar ações educativas de orientação aos pacientes com diagnostico de HAS sobre a promoção de hábitos saudáveis, fatores de risco, importância de uma boa adesão ao tratamento.

Fazer rodas de conversa sobre HAS e seus fatores de risco, importância da continuidade do tratamento medicamentoso na hora certa com grupos de hipertensos e idosos na UBS.

Realizar palestras na comunidade, nas igrejas e nas escolas para promover estilos de vida saudáveis.

Realizar visitas domiciliares por parte da equipe de saúde aos pacientes que não comparecem a unidade de saúde as consultas de cuidado continuado e aos pacientes que não podem locomover por encontrar-se acamados ou muito idosos.

7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

ATIVIDADES	Mês 01/2017	Mês 02/2017	Mês 03/2017	Mês 04/2017	Mês 05/2017	Mês 06/2017
Elaboração do plano de ação	X					
Realização da analise situacional	X					
Apresentação do plano de ação a equipe		X	X	X	X	
Capacitar aos agentes comunitários de saúde		X	X	X		
Implantação dos grupos de educação em saúde		X	X	X	X	
Realizar as visitas domiciliares		X	X	X	X	
Realizar as palestras na comunidade, nas escolas e nas igrejas		X	X	X	X	

8 IMPACTOS ESPERADOS

Melhorar a qualidade de vida dos pacientes através da prática de estilos de vida saudáveis.

Reduzir o numero de pacientes com complicações por descontrole dos níveis pressóricos.

Lograr adesão ao tratamento anti-hipertensivo.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o presente Plano de Ação poderemos demonstrar a importância de praticar estilos de vida saudáveis, influenciar para um bom controle dos pacientes e uma correta adesão ao tratamento. A participação de toda equipe de saúde tem fundamental importância no acompanhamento e controle do paciente hipertenso, destaca-se as atividades dos agentes comunitários ao ficarem mais perto dos pacientes e de seu entorno familiar. A execução desse Plano irá contribuir para uma correta adesão ao tratamento e modificar os fatores de risco o que favorece a não aparição e ou agravamento das complicações da HAS.

REFERÊNCIAS

BARRETO, M. S.; REINIERS, A. A. O.; MARCON, S.S. Conhecimento sobre Hipertensão Arterial Sistémica e fatores associados á não adesão á farmacoterapia. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, Universidade Estadual de Maringá, PR, v.22, n.3, mai./jun.2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n3/pt_0104-1169-rlae-22-03-00491.pdf>. Acesso em: 3 fev.2017.

FERREIRA, M. A. *Determinantes da adesão ao tratamento de usuários com hipertensão cadastrados no programa de hiperdia da Atenção Primaria á Saúde*. 2015.87f. Dissertação (Mestrado em Atenção á Saúde) – Programa de Pós – Graduação Stricto Sensu em Atenção á Saúde, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, 2015. Disponível em: < http://bdtd.uftm.edu.br/handle/tede/226 >.

FREITAS, J. G. A.; NIELSON, S. E. O.; PORTO, C. C. Adesão ao tratamento farmacológico em idosos hipertensos: uma revisão integrativa da literatura. *Rev. Soc. Bras Clin,* v.13, n.1.jan./mar.2015. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1679-1010/2015/v13n1/a4782.pdf >. Acesso em: 3 fev.2017.

LOPES, J. H. P.; et al. Adesão do paciente á terapia medicamentosa da hipertensão arterial: revisão da literatura. *Rev. Odontol. Univ. Cid. São Paulo*, São Paulo, v.2, n.3, set./dez.2015. Disponível em:< http://arquivos.cruzeirodosuleducacional.edu.br/principal/old/revista_odontologia/pdf/setembro-dezembro-2015/Odonto_03_2015_235-243.pdf>. Acesso em: 3 fev.2017.

MACHADO, M. C.; PIREZ, C. G. S.; LOBÃO, W. M. Concepções dos hipertensos sobre os fatores de risco para a doença. *Rev. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro,* v.17, n.5, mai.2012. Disponível em:< http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n5/a30v17n5.pdf >. Acesso em: 3 fev.2017.

MAGRINI, W. D.; MARTINI, G. J. Hipertensão arterial: principais fatores de risco modificáveis na estratégia saúde da família. *Rev. Enfermeria Global*, Murcia, España,v.11,n.26,abr.2012.Disponível em: <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v11n26/revision5.pdf >. Acesso em: 2 fev.2017.

MARTELLI, A. Redução das concentrações de cloreto de sódio na alimentação visando a homeostase da pressão arterial. *Rev. Eletrônica em Gestão, Educação e Tecnologia ambiental – REGET*, Santa Maria, v.18, n.1, abr.2014. Disponível em:< http://periodicos.ufsm.br/reget/article/viewFile/12486/pdf >. Acesso em: 2 fev.2017.

MOURA, I. H.; et al. Prevalência de Hipertensão Arterial Sistémica e seus fatores de risco em adolescentes. *Acta paul. enferm,* São Paulo, v.28, n.1, jan./fev.2015. Disponível em: < www.scielo.br/pdf/ape/v28n1/1982-0194-ape-028-001-0081.pdf >. Acesso em: 3 fev.2017.

OLIVEIRA, F. A. E.; et al. Manual para organização de trabalho de conclusão de curso. São Luis, MA. Virtual Books, 2013. Disponível em:<

http://avaunasus.ufma.br/course/ambientetcc/331/arquivos/MANUAL_DE_TCC.pdf >. Acesso em: 1 fev.2017.

RODOVANOVIC, C. A.; et al. Hipertensão arterial e outros fatores de risco associados ás doenças cardiovasculares em adultos. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, *Universidade Estadual de Maringá*, PR, v.22, n.4, jul./ago.2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n4/pt_0104-1169-rlae-22-04-00547.pdf>. Acesso em: 3 fev.2017.

SANTOS, M. V. R.; et al. Adesão ao tratamento anti-hipertensivo: conceitos, aferição e estratégias inovadoras de abordagem. *Rev. Bras Clin Med. São Paulo*, São Paulo, v.11, n.1, jan./mar.2013. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1679-1010/2013/v11n1/a3390.pdf >. Acesso em: e fev.2017.