

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

LISANDRA BARBARA VALERINO BORRERO

**PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA DOS FATORES DE RISCO
MODIFICÁVEIS DOS PACIENTES HIPERTENSOS SANTA CRUZ DA VITÓRIA**

São Luís
2017

LISANDRA BARBARA VALERINO BORRERO

**PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA DOS FATORES DE RISCO
MODIFICÁVEIS DOS PACIENTES HIPERTENSOS SANTA CRUZ DA VITÓRIA**

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

Orientador (a): Nayra Rodrigues de Vasconcelos Calixto

São Luís
2017

Borrero, Lisandra Barbara Valerino

Projeto de Intervenção educativa dos fatores de risco modificáveis dos pacientes hipertensos Santa Cruz da Vitória /Lisandra Barbara Valerino Borrero. – São Luís, 2017.

13 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, UNASUS, 2017.

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

CDU 616.12-008.331.1

LISANDRA BARBARA VALERINO BORRERO

**PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA DOS FATORES DE RISCO
MODIFICÁVEIS DOS PACIENTES HIPERTENSOS SANTA CRUZ DA VITÓRIA**

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

Aprovado em / /

BANCA EXAMINADORA

Prof. Nayra Rodrigues de Vasconcelos Calixto

Mestre em Odontologia
Universidade Federal do Maranhão

2º MEMBRO

3º MEMBRO

RESUMO

A hipertensão arterial sistêmica é uma condição multifatorial caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial. São muitos os fatores que contribuem para a elevação dos níveis pressóricos, entre os quais se destacam idade avançada, etnia negra, obesidade, consumo excessivo de álcool, sedentarismo, dislipidemias, diabetes mellitus, e alto teor de sódio na alimentação. Este trabalho objetivou elaborar um plano de intervenção a ser implementado pela equipe da saúde da família na comunidade Vila Nova do município Santa Cruz da Vitória, buscando diminuir os fatores de risco modificáveis dos pacientes hipertensos. A proposta de intervenção aponta ações educativas desenvolvidas pela equipe de saúde da família para aumentar o nível de conhecimento dos pacientes hipertensos com mudanças do estilo de vida e assim diminuir os risco de complicações da hipertensão, favorecendo uma melhor qualidade de vida dos pacientes hipertensos.

Palavras-chave: Hipertensão. Fatores de risco. Educação em Saúde.

ABSTRACT

The systemic arterial hypertension is a clinical medical condition multifactorial characterized by sustained levels of high blood pressure. There are many factors that contribute to high blood pressure levels, including advanced age, black ethnicity, obesity, excessive alcohol consumption, physical inactivity, dyslipidemia, diabetes mellitus and high sodium content in food. This work is aimed at drawing up a contingency plan to be implemented by the health team of the Family in the community of Vila Nova municipality Santa Cruz da Vitória, aiming to decrease the modifiable risk factors of hypertensive patients. The proposed plan points includes educational actions developed by the Family health team, to increase the level of knowledge of the hypertensive patients with changes of lifestyle and so reduce the risk of complication of hypertension, favoring a better quality of hypertensive patients.

Keywords: Hypertension. Risk factors. Health education

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.....	8
4 OBJETIVOS.....	9
4.1 Geral.....	9
4.2 Específicos.....	9
5 METAS.....	9
6 METODOLOGIA	10
7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES.....	11
8 IMPACTOS ESPERADOS.....	11
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	11
REFERÊNCIAS.....	13

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

1.1 Título

Projeto de intervenção educativa dos fatores de risco modificáveis de pacientes hipertensos em Santa Cruz da Vitória.

1.2 Equipe Executora

- Lisandra Barbara Valerino Borrero.
- Nayra Rodrigues Vasconcelos Calixto.
- Outros

1.3 Parcerias Institucionais

- Secretaria Municipal
- Secretaria Estadual
- ONGs etc.

2 INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição clínica multifatorial caracterizada por níveis elevados de pressão, ainda de acordo com essas mesmas diretrizes são considerados portadores de HAS indivíduos com PA igual ou superior a 140/90 mm hg (MINISTERIO DA SAÚDE, 2010). No Brasil a prevalência de HAS está entre 22% e 44 % para adultos, chegando a mais de 50% para indivíduos com 60 a 69 anos e 75% em indivíduos com mais de 70 anos (SILVA, 2011).

A HAS é silenciosa e a mais prevalente doença vascular no mundo e o mais importante fator de risco para doenças cerebrovasculares, predominante causa de morte no Brasil. A HAS ocupa lugar de destaque no contexto da transição epidemiológica, e constitui um dos principais fatores de risco para o aparecimento das doenças cardíacas. O controle da HAS está diretamente relacionado ao grau de adesão do paciente ao regime terapêutico seja ele medicamento ou não (ARAÚJO, 2016).

Associa-se frequentemente a alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos alvos (coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos) e a alterações metabólicas, com consequente aumento do risco de eventos cardiovasculares fatais e não fatais. A hipertensão arterial pode ser também classificada pela etiologia

Acredita-se que 95 e 99 % dos casos são de hipertensão primária ou essencial, para a qual existe causa orgânica evidente. Para os demais casos a hipertensão é secundária à drogas (contraceptivos orais, hormônios da suprarrenal, dentre outras); gravidez; doença cardiovascular como coarctação da aorta, doença renal; doença das glândulas suprarrenais (córtex ou medula) (PUCCI, 2011).

Devido à sua prevalência e morbidade faz-se necessário uma maior atenção à prevenção a fim de evitar o desenvolvimento de novos casos ou que os existentes evoluam para quadros mais graves. 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 morbidades associadas (KEARNEY, 2004).

O desenvolvimento da hipertensão não ocorre instantaneamente, há um conjunto de fatores que estão associados à sua evolução e agravamento. Estes fatores são conhecidos como fatores de risco e são: idade, sexo/gênero e etnia, fatores socioeconômicos, ingestão de sal, excesso de peso e obesidade, ingestão de álcool, genética, e sedentarismo. Além desses, outros autores acrescentam ainda o tabagismo e a não adesão ao tratamento.

Muitos fatores de risco para hipertensão são modificáveis, o que torna a hipertensão evitável na maioria dos casos ou com alta probabilidade de controle (SANTOS, 2008). E fatores ambientais e socioeconômicos são de difícil modificação logo, a atenção do profissional com relação aos mesmos deve ser diferenciada. O sal, o álcool, a obesidade e o sedentarismo são passíveis de modificação a fim de reduzir o risco para hipertensão. Deste modo, para tornar o controle da hipertensão mais eficaz, torna-se indispensável, além do seu tratamento, também o controle de seus fatores de risco. As estratégias educativas devem ser simples e objetivas, para maior entendimento do paciente (ZATTAR, 2013).

3 JUSTIFICATIVA

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição clínica multifatorial caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial. Associa-se frequentemente a alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos-alvo (coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos) e a alterações metabólicas, com consequente aumento do risco de eventos cardiovasculares fatais e não – fatais. Devido à sua alta prevalência e morbidade faz-se necessário uma maior atenção à prevenção a fim de evitar o desenvolvimento de novos casos ou que os existentes evoluam para quadros mais graves. Há um conjunto de fatores que estão associados à sua evolução e agravo, são: idade, sexo/gênero e etnia, fatores socioeconômicos, ingestão de sal excessivo, excesso de peso e obesidade, ingestão de álcool, genética, e sedentarismo, o tabagismo e a não adesão ao tratamento.

Muitos fatores de risco para hipertensão são modificáveis, o que torna a hipertensão evitável na maioria dos casos ou com alta probabilidade de controle. O fato de ser a área considerada de risco devido às precárias condições socioeconômicas da população local e a quantidade atual de pacientes hipertensos com fatores de risco na comunidade referida onde pode-se notar o impacto das complicações da hipertensão arterial para o paciente, família e sociedade, que esta depende de variáveis culturais, familiares, sociais e individuais presente na área, justificando-se a razão da elaboração deste plano de intervenção.

Em nossa prática diária de trabalho na Unidade de Saúde da Família (USF) Vila Nova na parte sul do município Santa Cruz da Vitória possui um total de 2275 habitantes. Os moradores são, em sua maioria, carentes dependendo do recebimento do benefício do programa Bolsa Família e outros benefícios oferecidos pela prefeitura do próprio município para sua subsistência. Alta prevalência dos pacientes hipertensos e com fatores de risco é um dos principais problemas de saúde de nossa unidade. O número de pacientes hipertensos é 245, deste 23% não tem estratificação do risco cardiovascular, aproximadamente 51% tem atrasos na consulta agendada em mais de 7 dias, 42% têm feito seus exames complementários em dia nesse sentido, com o controle dos fatores de risco modificáveis dos pacientes com hipertensão conseguirão controlar os níveis de hipertensão evitando as

consequências negativas de morbimortalidades cardiovasculares ,bem como viver com mais qualidade por meio da mudança do estilo de vida.

Dessa forma, a implementação deste projeto na comunidade vai ser de muita importância na orientação para os pacientes hipertensos, família, profissionais de saúde, o que fortalecerá o alcance dos objetivos reduzindo assim a morbimortalidade por complicações da hipertensão arterial na comunidade.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

Diminuir os fatores de risco modificáveis de pacientes hipertensos adscritos na Unidade de Saúde Vila Nova, do município Santa Cruz da Vitoria, Bahia.

4.2 Específicos

- * Sensibilizar pacientes e familiares sobre a importância no controle dos fatores de risco.
- * Capacitar toda a equipe de USB para melhor direcionamento dos pacientes hipertensos.
- * Promover palestras educativas sobre o controle da Hipertensão Arterial.
- * Estimular a prática de hábitos saudáveis através de campanhas na Unidade Básica de Saúde.

5 METAS

- * Capacitação do 100% dos profissionais da saúde da Unidade Básica de Saúde sobre a hipertensão e seus fatores de risco e suas complicações, incrementando o conhecimento do 100% da equipe. No prazo de três meses.
- * Mobilização e capacitação dos usuários hipertensos e familiares para a participação na pesquisa e implementação do projeto no período de três meses.
- * Formação de grupos para educação em saúde no período de três meses.
- * Realização de atividades educativas voltadas a mudanças de estilo de vida no período de três meses.

6 METODOLOGIA

Trata-se de uma proposta de intervenção multiprofissional direcionada aos pacientes hipertensos da área de abrangência da equipe de saúde da família Vila Novos do município Santos Cruz da Vitória no estado Bahia. A proposta não é apenas de caráter educativo e informativo. A participação ativa dos pacientes hipertensos, no processo é importante no sentido de incorporar o sentimento de pertença e interiorizar reflexões que promovam a construção da autonomia pessoal. No lugar de ouvintes e meros expectadores, buscar-se-á colocá-los no lugar de protagonistas de seu processo e que eles sejam agentes multiplicadores na comunidade. A intervenção envolverá aos 100 % dos pacientes hipertensos e familiares cadastrados na Unidade Básica de Saúde.

Inicialmente se realizara uma reunião da equipe da Estratégia de Saúde da Família com as lideranças da comunidade da área de abrangência onde se expõe o problema dos fatores de risco da hipertensão arterial e os objetivos do presente trabalho.

- Mobilização dos usuários hipertensos e familiares para a participação na pesquisa.
- Formação de grupo para educação em saúde.
- Realização de atividades educativas voltadas a aumentar o nível de conhecimento dos pacientes hipertensos e suas famílias para mudanças no estilo de vida.
- Capacitação da equipe multidisciplinar da USB sobre abordagem domiciliar dos hipertensos.

Nestes encontros serão colocadas em práticas ações para diminuir os fatores de risco modificáveis com mudanças do estilo de vida, ocorrerá a apresentação de vídeos educativos sobre a temática e da proposta. Além disso, os encontros poderão oportunizar debates, considerações e esclarecimentos de dúvidas.

As ações propostas e monitoramento será realizado através do acompanhamento da digitação dos dados em planilha Excel e adaptada para o estudo pelos membros da equipe multidisciplinar da unidade da Unidade Básica de Saúde (USB) Vila Nova, situada no município Santa Cruz Da Vitoria, estado na Bahia.

7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

ATIVIDADES	Mês jul-set 2016	Mês out-dez 2016	Mês jan 2017	Mês março 2017	Mês abril 2017	Mês maio 2017
Sensibilizar pacientes e familiares no controle dos fatores de risco	X	X	X	X		
Capacitar a equipe da USB	X	X				
Promover palestras educativas		X	X	X		
Fazer campanhas na USB			X	X	X	
Apresentação do trabalho						X
Socialização do trabalho						X

8 IMPACTOS ESPERADOS

Diante desse cenário, o plano de intervenção proposto busca contribuir para diminuição dos fatores de risco modificáveis do paciente hipertenso aumentando o nível de conhecimento, auxiliando-os por meio de orientações no desenvolvimento da autonomia para autocuidado. Assim poderá haver um melhor controle dos níveis pressóricos e assim diminuir os risco de complicações da hipertensão, favorecendo uma melhor qualidade de vida destes pacientes.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O plano de ação aqui apresentado mostra que realizando ações educativas sistematizadas pode diminuir a incidência da hipertensão arterial na população e seus fatores de risco modificáveis com mudanças do estilo de vida do paciente hipertenso. Ainda, novas formas de abordagem das ações de rotina podem permitir que aja melhoria na qualidade e no projeto de vida do paciente hipertenso, conseqüentemente do processo de saúde como um todo.

Portanto, pode-se concluir que as políticas públicas para o enfrentamento de tal situação ainda são falhas e que as Equipes de Saúde da Família (ESF) tem um papel fundamental na redução do elevado índice da hipertensão arterial e seus fatores de risco modificáveis.

A proposta de abordagem integral do indivíduo em conjunto com a abordagem familiar deve ser usada de forma sistemática para a realização de um trabalho efetivo com os pacientes hipertensos. Uma equipe multidisciplinar bem motivada e capacitada para o trabalho com os pacientes hipertensos deve de estar pronta para fazer o acolhimento a planejar ações preventivas.

Com base nesta experiência, sugere-se uma maior atenção aos programas de atenção de Hipertensão a nível municipal e estadual e espera-se que a comunidade se aproprie da proposta e contribua com sua continuidade e aperfeiçoamento.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA F.A. et al. O conhecimento sobre a doença do paciente com hipertensão arterial nas unidades básicas de saúde (USB). In:9 **Encontro Paulista de Nefrologia**, São Paulo; 2003; 24 (Supl 1):41.
- ARAÚJO, G.B.; GARCIA, T.R. Adesão ao Tratamento anti-hipertensivo: uma análise conceitual. **Revista eletrônica de Enfermagem**. 2006; 8 (2): 259-272.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Datasus**. Disponível em:<http://hiperdia.datasus.gov.br>. Acesso em: 10 mar 2015.
- KEARNEY, P.M. et al. World wide prevalence of hypertension: a systematic review. **J. Hypertens** .2004; 22 (1):11-9.
- SANTOS, Z.M.S.A.; LIMA, H.P. Tecnologia educativa em saúde ne prevenção da hipertensão arterial em trabalhadores :análise das mudanças no estilo de vida. **Texto Contexto Enferm**. 2008;17(17):90-7.
- SCHILLACI, G.; PUCCI, G. Central and 24 h blood pressure: dwarfs standing upon the shoulders of giants? **J Hypertens**. 2011;29(3):430-3
- SCHMIDT, M.I. et al. Chronic non-communicable diseases in Brazil: burden and current challenges. **Lancet** 2011; 377:1949-61.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA/ Sociedade Brasileira de Hipertensão/ Sociedade Brasileira de Nefrologia. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arq Bras Cardiol** 2010; 95(1 supl.1): 1-51
- ZATTAR, L.C. et al. Prevalência e fatores associados à pressão arterial elevada, seu conhecimento e tratamento em idosos no sul do Brasil. **Cad Saúde Pública** 2013; 29: 507-21.