



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
Curso de Especialização em Saúde da Família



CARLOS JONETH SANTANA DE OLIVEIRA

**HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA DOS IDOSOS À PARTIR DOS 50 ANOS
DE IDADE ATÉ OS 60 ANOS DE IDADE**

BELÉM – PA

2019

CARLOS JONETH SANTANA DE OLIVEIRA

**HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA DOS IDOSOS À PARTIR DOS 50 ANOS
DE IDADE ATÉ OS 60 ANOS DE IDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde da Família, Modalidade à distância, Universidade Federal do Pará, Universidade Aberta do SUS, para obtenção do Certificado de Especialista.

Orientador: Camilo Eduardo Almeida Pereira

BELÉM – PA

2019

FOLHA DE APROVAÇÃO

CARLOS JONETH SANTANA DE OLIVEIRA

HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA DOS IDOSOS À PARTIR DOS 50 ANOS DE IDADE ATÉ OS 60 ANOS DE IDADE

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado como requisito parcial à obtenção do título de Especialista, Curso de Especialização em Saúde da Família, Universidade Aberta do SUS, Universidade Federal do Pará, pela seguinte banca examinadora:

Conceito: _____

Aprovado em: ____/ ____/ ____

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Camilo Eduardo Almeida Pereira
Orientador

Prof. Ma. Leidiana de Jesus Silva Lopes
Membro da Banca

RESUMO

Objetivo: O presente estudo tem como objetivo realizar uma intervenção para controlar a pressão arterial dos idosos da vila do Arraial do Caeté, município de Ourém - PA, para minimizar a incidência de acidente vascular cerebral. **Método:** pesquisa-ação que será realizado, com 400 pessoas idosas com hipertensão arterial, atendidas na unidade de saúde R.R. Barros da vila do Arraial do Caeté, do município de Ourém-PA. Serão avaliados a rotina diária, alimentação adequada, medicamentos adequados. **Resultados:** Espera-se controlar a pressão arterial dos 400 idosos, com a prática de atividade física, alimentação saudável e medicação adequada, para que eles tenham uma qualidade de vida melhor. **Conclusão:** Espera-se que a prática de atividade física, uma alimentação saudável, e medicação adequada sejam comportamentos que propiciam uma melhor qualidade de vida dos idosos com hipertensão arterial. E que o trabalho em equipe é essencial para conseguir controlar, e tratar a patologia.

Palavras-chave: Hipertensão; Abordagens dietéticas para conter a hipertensão; Pré-Hipertensão.

ABSTRACT

Objective: This study aims to perform an intervention to control the blood pressure of the elderly, in order to minimize the incidence of stroke, in the municipality of Arraial do Caeté. **Method:** action research that will be carried out with 400 elderly people with hypertension, attended at the R.R. Barros health unit in the village of Arraial do Caeté, in the municipality of Ourém-PA. The daily routine, adequate food, and appropriate medicines will be evaluated. **Outcome:** Blood pressure of the 400 elderly is expected to be controlled, with the practice of physical activity, healthy eating and adequate medication, so that they have a better quality of life. **Conclusion:** It is expected that the practice of physical activity, healthy eating, and appropriate medication are behaviors that provide a better quality of life for the elderly with hypertension. And that teamwork is essential to being able to control, and treat the pathology.

Keywords: Hypertension; Dietary approaches to stop hypertension; PreHypertension.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	06
1.1. JUSTIFICATIVA	07
2. OBJETIVOS	08
2.1. OBJETIVOS GERAIS	08
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	08
3. METODOLOGIA	09
3.1. IMPLICAÇÕES ÉTICAS	09
3.2. DELINEAMENTO DO ESTUDO	09
3.3. POPULAÇÃO DE ESTUDO	10
3.4. VARIÁVEIS DO ESTUDO	10
3.5. ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS	10
3.6. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES	11
3.7. ORÇAMENTO	12
4. RESULTADOS	13
5. CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS	14
6. REFERÊNCIAS	15

1. INTRODUÇÃO

Esperandio et al (2013, p.2), afirmam que no mundo há cerca de 600 milhões de idosos. No ano de 2007, cerca de 70% das mortes no Brasil foram atribuídas às doenças crônicas não transmissíveis, especialmente as doenças cardiovasculares, uma das causas mais frequentes de mortalidade entre os idosos. Nos estados unidos a Hipertensão Arterial teria afetado cinquenta milhões de pessoas. Já no Brasil a hipertensão arterial afeta mais de trinta milhões de brasileiros (36% dos homens adultos e 30% das mulheres), e é o maior fator de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares, com destaque para o acidente vascular encefálico (AVC) e o infarto do miocárdio, as duas maiores causas isoladas de mortes no país

A pré-hipertensão arterial não é uma categoria de doença. Porém, foi nomeada para chamar a atenção para um segmento da população que apresenta maiores chances de progressão para hipertensão arterial, e que poderá desenvolver uma doença cardiovascular, sendo o risco maior do que em indivíduos com valores de pressão arterial normais. Nesse sentido as ações preventivas iniciadas precocemente, ainda é a forma mais eficaz contra a crescente epidemia de hipertensão arterial (BEZERRA et al, 2017, p. 2).

Moroz et al (2016, p.2), definem a hipertensão arterial sistêmica como uma patologia crônica de alta prevalência, e com baixas taxas de controle, porem ela é modificável tomando os devidos cuidados. Os autores ainda defendem que para se ter o controle da pressão arterial e reduzir a morbimortalidade associada à doença não depende só da adesão dos pacientes, mas também dos profissionais de Saúde e das ações institucionais. As causas relacionadas aos profissionais incluem falta de conhecimento ou não adesão aos protocolos, preocupação com efeitos colaterais dos medicamentos e relutância em tratar uma condição assintomática.

Além do ministério da saúde recomendar que os profissionais sejam capacitados para fazer atendimento adequado aos pacientes com hipertensão arterial sistêmica, ele também recomenda a adoção de estratégias, principalmente de caráter educativo, com esquemas terapêuticos baseados em consultas e ações equitativas realizadas pelos profissionais de saúde. (REGO, et al, 2018, p.8)

Esta enfermidade além, de ser um dos principais fatores de risco para a mortalidade dos idosos, também causa prejuízo na qualidade de vida, fazendo com que muitas vezes retire o valor da longevidade conquistada.

A hipertensão arterial sistêmica apresenta forte impacto econômico para o Sistema Único de Saúde, despontando como preditor clínico potencial para o agravamento de outras

doenças crônicas, que pode levar a internação do paciente, e o tempo de internação apresenta associação positiva com a elevação dos custos com o tratamento (DANTAS et al, 2018, p.2)

Diante dos estudos realizados os autores Leao et al, 2013, p.2), dizem que o conhecimento existente a respeito da hipertensão arterial e das medidas de controle constituem-se em elementos significativos capazes de reduzir drasticamente óbitos decorrentes desta doença, desde que aplicados corretamente em sua totalidade.

Considerando a importância do controle da PA para reduzir a morbimortalidade e o escasso número de publicações sobre o tema, este trabalho tem como objetivo controlar a pressão arterial em idosos hipertensos da comunidade do arraial do caeté na Unidade de Saúde da Família R.R. Barros e determinando os possíveis fatores associados, e possibilitando tratamento adequado.

1.1. JUSTIFICATIVA

A ausência de informações e orientações sobre os riscos que a hipertensão arterial trás, pode afetar a qualidade de vida dos idosos acometidos por essa patologia, visto que projetos de intervenção que possibilitem informações aos pacientes são inexistentes na região da Unidade de Saúde R. R. BARROS no município de Ourém.

A falta de profissionais de saúde capacitados na equipe da UBS é um fator que possibilita que os pacientes não recebam orientações adequadas sobre a hipertensão arterial; o baixo nível de escolaridade dos pacientes, também é um fator que interfere no entendimento dos pacientes sobre a doença o que reflete numa baixa qualidade de vida o que faz aumentar o número de casos de pacientes idosos na UBS com complicações decorrentes da falta de controle da hipertensão arterial.

A partir do momento em que os pacientes com essa patologia passam a entender quais os riscos que correm, começam a ter um cuidado melhor com a saúde, tendo uma alimentação saudável, praticando exercícios físicos, fazendo uso de medicação adequada e fazendo um controle da pressão arterial, podendo assim ter uma longevidade com qualidade.

O projeto é será desenvolvido para melhorar a qualidade de vida dos idosos, pois há incidências altas de acidente vascular cerebral em idosos na vila arraial do caeté, e que sofrem com esta patologia.

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVOS GERAIS

Desenvolver um plano de intervenção para o controle hipertensão arterial sistêmica dos pacientes da unidade de saúde R. R. Barros.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar palestras à comunidade sobre os riscos da hipertensão arterial;
- Orientar sobre a importância da mudança do estilo de vida para o controle da hipertensão arterial sistêmica;
- Fazer acompanhamento e controle da pressão arterial de cada paciente atendido na UBS e em domicílio;
- Acompanhar os pacientes com hipertensão arterial para verificar o uso adequado do medicamento.

3. METODOLOGIA

3.1 IMPLICAÇÕES ÉTICAS

Será analisado os dados secundários dos programas no município de Ourém e também da estratégia de saúde da família R. R. BARROS, atividades ligadas à gestão e planejamento habituais, trazendo uma melhor qualidade na vida da população pesquisada e respeitando os princípios éticos de cada pessoa.

3.2 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Será utilizado um estudo de intervenção, nos quais o pesquisador vai manipular, tratar, influenciar para fazer a intervenção a partir da realidade observada. Desta maneira, será feito um estudo de avaliação da efetividade/impacto/resultados de linhas de cuidado do programa HIPERDIA de acordo estratégia metodológica ensaio comunitário.

A proposta de intervenção foi baseada no planejamento estratégico situacional, onde a partir de um problema identificou-se os NOS CRITICOS abaixo:

- NC1 A alimentação dos pacientes não é saudável.
- NC2 Falta de informações, da equipe da UBS e falta de informação dos pacientes.
- NC3 Falta da prática de exercícios físico.

A partir dos NOS CRITICOS foram propostas as seguintes operações:

- Orientação para uma alimentação saudável;
- Orientação para pratica, e incentivo de atividade física;
- Mudança de habito alimentar.
- Reuniões e rodas de conversa com a equipe, com orientações sobre a doença para o acompanhamento de cada paciente com hipertensão arterial. A equipe será capacitada para tratar pacientes com hipertensão arterial.

As operações estarão sob responsabilidades dos:

- Os agentes comunitários que irão fazer o acompanhamento de idosos com hipertensão arterial;
- Pela nutricionista, que deverá acompanhar o paciente com hipertensão arterial orientando sobre a dieta recomendada;
- O paciente com hipertensão arterial, seguiria uma rotina de exercícios físicos. O educador físico, passará uma rotina de exercícios físicos adequados a cada paciente com hipertensão arterial.

Com a aplicação do projeto pretende-se alcançar os seguintes resultados:

- D1. Diminuição em 50 % do casos de complicações em idosos em tratamento para hipertensão arterial.
- D2. Medicação disponível na unidade.
- D3. Diminuição dos casos de encaminhamentos de pacientes idosos para urgência e emergência.

Será utilizado avaliação clínica, e análise de novos exames após o tratamento da patologia.

3.3 POPULAÇÃO DE ESTUDO

A população de estudo serão as pessoas, com faixa etária a partir dos 50 anos de idades até os 60 anos de ambos os sexos, cadastrados na Unidade de Saúde R.R.BARROS, moradores da comunidade do Arraial do Caeté, município de Ourem, que apresentem sintomas da patologia Hipertensão Arterial.

3.4 VARIÁVEIS DO ESTUDO

As variáveis do estudo será a idade, sendo estudados todos os idosos da população que apresentam os sintomas da patologia, sendo do sexo feminino e masculino, medição dos níveis pressóricos.

Os instrumentos utilizados será avaliação clínica, observação, rodas de conversa entre a equipe para poder trazer os pacientes para fazer tratamento adequado, e grupo focal, onde o foco será os pacientes idosos que apresentam sintomas da patologia. Para aferir a pressão arterial, será utilizada o aferidor de pressão arterial digital. Exames complementares como hemograma completo triglicérides e colesterol.

3.5 ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS

O estudo será realizado através de estatística descritiva. É a etapa inicial da análise, que organiza os dados e tendências futuras baseadas em informações demográficas, envolvendo a coleta e o exame detalhado dos dados que constam no prontuário de saúde de cada paciente com hipertensão arterial sistêmica.

3.6 CRONROGRAMA DE ATIVIDADES

OPERAÇÕES PROPOSTAS	RESPONSÁVEIS PARA REALIZAR AS OPERAÇÕES
<ul style="list-style-type: none"> • Orientação para uma alimentação saudável; • Orientação para prática, e incentivo de atividade física; • Mudança de hábito alimentar. • Reuniões e rodas de conversa com a equipe, com orientações sobre a doença para o acompanhamento de cada paciente com hipertensão arterial. A equipe será capacitada para tratar pacientes com hipertensão arterial. 	<ul style="list-style-type: none"> • Os agentes comunitários que irão fazer o acompanhamento de idosos com hipertensão arterial; • Pela nutricionista, que deverá acompanhar o paciente com hipertensão arterial orientando sobre a dieta recomendada; • O paciente com hipertensão arterial, seguirá uma rotina de exercícios físicos. O educador físico, passará uma rotina de exercícios físicos adequados a cada paciente com hipertensão arterial.

ETAPAS	2018/2019									
	Out.	Nov.	Dez.	Jan.	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.	Jun.	Jul.
PESQUISA BIBLIOGRÁFICA	20 à 25	01 e 09	X	X	X	X	X	X	X	X
COLETA DE DADOS/ TRABALHO DE CAMPO	X	X	X	25 à 30	X	X	X	X	X	X
ANÁLISE DOS DADOS	X	X	X	X	20 à 25	X	X	X	X	X
ELABORAÇÃO DO TEXTO DOS RESULTADOS	X	X	X	X	X	01 à 10	X	X	X	X

ELEABORAÇÃO DO TEXTO DE DISCUSSÃO	X	X	X	X	X	10 à 15	X	X	X	X
REVISÃO FINAL DO TRABALHO	X	X	X	X	X	15 à 30	01 à 31	01 à 30	01 à 16	X
APRESENTAÇÃO DO TCC	X	X	X	X	X	X	X	X	X	05

3.7 ORÇAMENTO

3.7.1 Recursos Necessários

Materiais necessários	Aparelho aferidor de pressão digital	Curso de capacitação para os agentes comunitário	Panfletos informativos sobre a enfermidade	Medicação indicada para hipertensão arterial
Quantidade	06 unidades	06 pessoas	3.000 unidades	400 pessoas
Valor a ser investido	900,00	1.800,00	240,00	20.000

3.7.2 Responsáveis pelo recurso

Gestor municipal.

4. RESULTADO ESPERADO

Com este projeto espera-se apresentar as informações e cuidados necessários para que as pessoas que sofrem de hipertensão arterial sistêmica, para que as pessoas possam tomar o devido cuidado e controlar as consequências da patologia. Espera-se contribuir para a diminuição dos casos de mortalidade relacionados a doença. Além disso proporcionar melhor qualidade de vida e uma longevidade aos pacientes que sofrem com esta patologia.

5. CONSIDERAÇÕES GERAIS

O estudo em questão poderá contribuir principalmente, para a mudança do estilo de vida da população com hipertensão arterial. Pois ele apresenta informações e cuidados que devem ser tomados e evitados por pessoas que sofrem com a hipertensão arterial sistêmica, adquirindo assim a longevidade com qualidade.

Com este estudo os usuários do sistema único de saúde, vão adquirir uma qualidade de vida melhor, propiciando longevidade para as pessoas que sofrem com a hipertensão arterial sistêmica, e assim manter sob controle a pressão arterial.

6. REFERÊNCIAS

BEZERRA, Vanessa Moraes et al. Pré-hipertensão arterial em comunidades quilombolas do sudoeste da Bahia, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.33, n.10,e00139516, 2017Availablefromhttp://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2017001005006&lng=en&nrm=iso>. Access on 21Apr. 2019. Epub Oct 26,2017. <http://dx.doi.org/10.1590/0102311x00139516>.

DANTAS, Rosimery Cruz de Oliveira et al . Fatores associados às interações por hipertensão arterial. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo , v. 16, n. 3, eAO4283, 2018.Disponívelem<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082018000300214&lng=pt&nrm=iso>. acesso em 21 abr. 2019. Epub 21-Set-2018. <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082018ao4283>.

ESPERANDIO, Eliane Maria et al . Prevalência e fatores associados à hipertensão arterial em idosos de municípios da Amazônia Legal, MT. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 3, p. 481-493, set. 2013. Disponívelem<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180998232013000300007&lng=pt&nrm=iso>.acessoem 09 nov. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232013000300007>.

LEAO E SILVA, Leonardo Oliveira et al . Hipertensão Arterial Sistêmica: Representações Sociais de idosos sobre a doença e seu tratamento. **Cad. saúde colet.**, Rio de Janeiro , v. 21, n. 2, p. 121-128, jun. 2013 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414462X2013000200004&lng=pt&nrm=iso>.acessoem 09 nov. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-462X2013000200004>.

MOROZ, Maisa Bastos; KLUTHCOVSKY, Ana Claudia Garabeli Cavalli; SCHAFRANSKI, Marcelo Derbli. Controle da pressão arterial em idosas hipertensas em uma Unidade de Saúde da Família e fatores associados. **Cad. saúde colet.**, Rio de Janeiro , v. 24, n. 1, p. 111-117, mar. 2016 . Disponível em<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414462X2016000100111&lng=pt&nrm=iso>.acessoem 09nov.2018.<http://dx.doi.org/10.1590/1414-462X201600010276>.

REGO, Anderson da Silva et al . Acessibilidade ao tratamento da hipertensão arterial na estratégia saúde da família. **Rev. Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre , v. 39,e201800372018Disponívelem<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472018000100460&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 21 abr. 2019. Epub 22-Out-2018. <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2018.20180037>.