

**ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO**

**INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM PACIENTES HIPERTENSOS DA UBS
CENTRO DE SAÚDE II**

PERÍODO: MARÇO 2014-MARÇO 2015.

Aluna: ANA MARY GONZALEZ PERALO

Orientadora: DÉBORA BARBOSA E ALCÂNTARA

ESPÍRITO SANTO DO PINHAL

MARÇO

2015

Introdução

A Hipertensão Arterial Sistêmica também conhecida como pressão alta, é uma doença silenciosa que geralmente não provoca sintomas mais pode levar ao surgimento de vários problemas graves como infarto agudo de miocárdio e acidentes vasculares cerebrais quando não é tratada adequadamente. Por definição a pressão alta caracterizasse por uma pressão do sangue maior ou igual a 140/ 90 mm/Hg. É chamada de “Assassina Silenciosa”, pois geralmente não causa qualquer tipo de sintoma durante muitos anos até que um órgão vital seja afetado. A doença causa diminuição da expectativa de vida e aumento da mortalidade de homens e de mulheres.

Partindo da necessidade de fortalecer o nível de conhecimento de pacientes hipertensos adultos na UBS DR Jose de Felipe, temos como objetivos neste trabalho, criar estratégias e mecanismos de participação da comunidade para educar os pacientes sobre consequências, fatores de risco e tratamento desta doença. A Hipertensão Arterial pode ser de dois tipos: Primária: não tem uma causa específica, desenvolvendo-se ao longo dos anos devido ao envelhecimento, falta de exercício, excesso de peso ou consumo excessivo de sal e Secundária: é o tipo de Hipertensão mais raro, sendo provocado por doenças como Diabetes, Síndrome de Cushing e problemas renais.

A Hipertensão Arterial não tem cura, mas pode ser controlada com alimentação pobre em sal e exercício físico regular a ingestão de antipertensivos. Os sintomas são raros, mas podem incluir: tonturas dor de cabeça, especialmente na nuca, alterações na visão, sangramentos do nariz, dificuldade para respirar e dor no peito. A pressão alta ataca os vasos, coração rins e crebro. Os vasos são recobertos internamente por uma camada muito fina e delicada que é machucada quando o sangue está circulando com pressão elevada. Com isso os vasos se tornam endurecidos estreitados podendo com o passar dos anos entupir ou romper. Quando o entupimento de um vaso acontece no coração, causa angina que pode ocasionar um infarto. No cérebro, o entupimento ou rompimento de um vaso, leva ao derrame cerebral ou AVC. Nos rins podem ocorrer alterações na filtração até a paralisação dos órgãos. Todas essas situações são muito graves e podem ser evitadas com o tratamento adequado, bem conduzido por médicos.

Em nosso território temos uma quantidade de 453 pessoas com hipertensão arterial diagnosticada e tratada que representa aproximadamente o 23 % da população maior de 20 anos, de eles só conseguem controlar as cifras tensionais em níveis normais 150 pacientes representando um 33% do total de Hipertensos. As principais causas de descontrole das cifras de tensão arterial são o abandono do tratamento por sentir-se bem, o consumo de substâncias nocivas como: bebidas alcoólicas, café, cigarro e drogas; consumo excessivo de

sal; e a minoria dos pacientes por hipertensão resistente ao tratamento médico. Estes dados demonstram o baixo nível de conhecimento da população sobre a doença, é por isso que decidimos realizar uma intervenção educativa para aumentar a consciência e cultura destes pacientes sobre sua doença.

A Organização Mundial da Saúde apontou que a Hipertensão Arterial, como a principal causa de mortalidade cardiovascular. A liga Mundial de Hipertensão, divulgou que mais del 50% dos hipertensos no mundo não estão conscientes de esse estado.. De modo a aumentar a percepção pública do problema, a organização iniciou em 2005 uma campanha global de consciencialização e decreto o dia 17 de Maio como o dia Mundial da Hipertensão Arterial.

Esperamos que com este trabalho de intervenção, proporcione, mais conhecimentos sobre Hipertensão Arterial entre os pacientes hipertensos, diminuindo as taxas de morbidade e mortalidade por causa desta doença. Estas graves consequências podem ser evitadas desde que os hipertensos conheçam sua condição e mantenham-se em tratamento adequado com o controle da pressão arterial.

Objetivos:

Geral:

Realizar uma intervenção educativa em pacientes adultos hipertensos pertencentes UBS DR José de Felipe. Estado São Paulo, Espírito Santo do Pinhal no período compreendido entre março 2104 e março 2015.

Específicos:

Descrever o comportamento clínico epidemiológico da Hipertensão Arterial.

Determinar a necessidade de aprendizagem dos pacientes hipertensos acerca da doença e como trata-la.

Programar um plano educativo encaminhado a elevar o nível de conhecimento dos pacientes sobre sua doença e como trata-la.

Avaliar os resultados do plano educativo.

Metodologia:

Se realizou um estudo de intervenção educativa na UBS DR Jose de Felipe, no período compreendido março 2014- março 2015. A busca foi feita nas bases de dados nacionais da saúde como a Biblioteca Virtual em Saúde – BVS (Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde) e Scientific electronic library online (SCiELO). Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) utilizados foram Saúde da Família e Hipertensão Arterial.

O plano de intervenção foi elaborado a partir dos fundamentos e métodos do Planejamento Estratégico Situacional – PES. A principal fonte de dados foram os registros da Unidade de Saúde, prontuários e dados coletados nas consultas.

Os métodos de investigação som empíricos, estadísticos e teóricos.

O universo são 453 pacientes hipertensos nesta área. A amostra é de 40 pacientes que participaram do estudo.

A proposta de intervenção voltada para ensinar a população a se alimentar de maneira saudável e se exercitar na ESF UBS DR Jose de Felipe, consiste na equipe de saúde da unidade direcionar o processo de trabalho para propor medidas que ajudem a solucionar o problema.

Para tanto, destaca-se a importância da participação dos integrantes do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) (Assistente Social, Educadora Física, Nutricionista, Psicóloga), dos médicos endocrinologistas da policlínica municipal e do entrosamento de toda a equipe de ESF.

3.1 Cenários da intervenção:

As atividades serão desenvolvidas na UBS DR Jose de Felipe em Espírito Santo do Pinhal/SP

3.2 Sujeitos da intervenção:

Na área de abrangência do ESF UBS Dr Jose Felipe moram 4000 pessoas, 1584 (39,6%) destas estão na faixa de 20 a 39 anos, 935 (23,37%) de 40 a 60 ou mais anos, 2784 (69,6%) do sexo masculino e 1216 (30,4%) do sexo feminino. Em nosso território temos uma quantidade de 453 pessoas com hipertensão arterial diagnosticada e tratada que representa aproximadamente o 17,9 % da população maior de 20 anos, de eles só conseguem controlar

as cifras tensionais em níveis normais 150 pacientes representando um 33% do total de Hipertensos.

Assim, após a análise dos dados observados no diagnóstico situacional selecionou-se os seguintes nós críticos:

- Nível de conhecimento da doença.
- Nível de informação sobre fatores de risco.
- Hábitos e estilos de vida;
- Nível de informação sobre como evitar complicações.
- Educação sobre como medir a tensão arterial.

3.3 Estratégias e ações:

Descreve-se os produtos e resultados para cada operação definida, bem como os recursos necessários para a realização das mesmas no quadro 1 que segue abaixo.

Quadro 1 –Propostas para o projeto de intervenção

<i>Operação/ Projeto</i>	<i>Resultados esperados</i>	<i>Produtos esperados</i>	<i>Recursos necessários</i>
<i>“Que é a HTA”</i> com o objetivo de conhecer conceito historia e epidemiologia	Aumentar o nível de conhecimento da doença.	Conversas educativas uma vez por semana	Medico enfermeira, e agentes comunitárias.
<i>“Fatores de risco da HTA”</i> informar a equipe e a população sobre os principais fatores de riscos.	Educar a população como saber que suas cifras tensionais estão altas.	Palestras uma vez por semana.	Medico enfermeiras e auxiliares de enfermagem.

<p>“Como cuidar da doença” Implantar linha de cuidados.</p>	<p>Informar das medidas preventivas, hábitos dietéticos e garantir o tratamento.</p>	<p>Consultas médicas e multiprofissionais na ESF, consultas médicas na policlínica.</p>	<p>Reuniões para apresentação do projeto; Conscientização, sensibilização dos setores envolvidos.</p>
<p>“Qual som as complicações” conhecer as complicações e como evitá-las</p>	<p>Educar os pacientes sobre as complicações e como evitá-las.</p>	<p>Consultas médicas e multiprofissionais na ESF, palestras educativas.</p>	<p>Medico e enfermeira.</p>
<p>“Como poso medir a Tensão Arterial” Mostrar ao paciente a técnica correta para medir a tensão arterial.</p>	<p>Encenar os pacientes como, quando e onde medir as cifras de pressão arterial.</p>	<p>Consultas médicas e multiprofissionais na ESF, palestras e Dinâmicas de grupo.</p>	<p>Medico e enfermeira.</p>

No quadro 2 a seguir demonstra-se os atores sociais, a equipe e os responsáveis pela realização deste plano de ação.

Quadro 2 - Atores sociais, equipe e responsáveis.

<i>Operação/Projeto</i>	<i>Atores sociais</i>	<i>Equipe</i>	<i>Responsáveis</i>
<p>“Que é a HAS”</p>	<p>Secretário Municipal de Saúde;</p>	<p>Equipe ESF</p>	<p>Equipe ESF Disponível.</p>
<p>“Fatores de risco”</p>	<p>Prefeitura Municipal, Secretário Municipal de Saúde Secretaria</p>	<p>Equipe ESF</p>	<p>Médica e nutricionista.</p>

<i>“Qual som os principais sintomas”</i>	de educação.	Equipe PSF	Médico, enfermeiro
	Secretário Municipal de Saúde; Secretaria de educação.		
<i>“Como cuidar da doença”</i>	Secretário Municipal de Saúde; Secretaria de educação.	Equipe ESF	Médico, enfermeiro e ACS da ESF.
	Secretário Municipal de Saúde; Secretaria de educação.		
<i>“Quais são as complicações”</i>	Secretário Municipal de Saúde; Secretaria de educação.	Equipe ESF	Médico, enfermeiro e ACS da ESF.
	Secretário Municipal de Saúde; Secretaria de educação.		
<i>“Como posso aferir a pressão arterial”</i>	Secretário Municipal de Saúde; Secretaria de educação.	Equipe ESF	Médico, enfermeiro e auxiliar de enfermagem
	Secretário Municipal de Saúde; Secretaria de educação.		

3.4. Avaliação e Monitoramento:

O plano de intervenção será acompanhado e avaliado em todas as etapas pela ESF podendo ser corrigido no decorrer de sua execução de acordo com as variáveis observadas.

4. Resultados Esperados

Espera-se que a comunidade da abrangência da UBS DR. Jose de Felipe - Espírito Santo do Pinhal/SP tenha um melhor conhecimento de a Hipertensão Arterial, bem como seja

facilitado o atendimento assistencial (consultas), educando a população sobre os principais fatores de risco, as consequências de não realizar o tratamento corretamente e o tanto no que se refere as medidas dietéticas quanto ao tratamento farmacológico.

5. Cronograma:

Atividades	Março	Abril	Maio	Junho	Julho	Agosto
Elaboração do Projeto	X					
Aprovação do Projeto		X				
Estudo da Literatura	X	X	X	X	X	X
Coleta de Dados		X	X			
Discussão e Análise dos Resultados				X		
Revisão final e digitação					X	
Entrega do trabalho final						X
Socialização do trabalho						X

6. Referências

1-Analise de três fontes de informações da atenção básica para o monitoramento da hipertensão arterial. *Epidemiol. Serv. Saúde*, Brasília v.19, n.2, p.133-141, abril/junho. 2010.

2-HUTCHINS L.N. Tratamento medicamentoso da hipertensão arterial. *Clín.Enf.Amer.Norte*, v.16, n.2, p.351-62. 1981.

3-NASCENTE F. M. N. Hipertensão arterial e sua correlação com alguns fatores de risco em cidade brasileira de pequeno porte. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, Epub v. 27, ago. 2010.

4-Sociedade Brasileira de Hipertensão, Sociedade Brasileira de Cardiologia, Sociedade Brasileira de Nefrologia. IV Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. Campos do Jordão, 2002.

5-TOLEDO M. M. Educação em Saúde no Enfrentamento da Hipertensão Arterial: uma nova Ótica Para um velho Problema. **Revista Educação em Saúde no Enfrentamento da Hipertensão Arterial**. V. 16, n. 2, p.233-228, abr./ jun. 2007.

6-Zaitune MPA, Barros MBA, César CLG, Carandina L, Goldblaum M. Hipertensão arterial em idosos: prevalência, fatores associados e práticas de controle no município de Campinas, São Paulo, Brasil. *Cad Saúde Pública* 2006;22 (2):285-94.