

Aluna: Bárbara Elena Sis Obregón

Orientadora: Prof<sup>ª</sup> Danielle Abdel Massih Pio

## Introdução

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma síndrome clínica, caracterizada pelo aumento da pressão arterial em níveis iguais ou superiores a 140 mmHg de pressão sistólica e/ ou 90 mmHg de diastólica, em pelo menos duas aferições em ambiente tranquilo. (1,2) De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), 15% a 25% da população mundial sofre de HAS e 47% dos diagnosticados com a síndrome, apresentam complicações a longo prazo. O Ministério da Saúde (MS) afirma que a prevalência estimada de HAS na população brasileira adulta é de aproximadamente 25 a 30%, o que justifica a maior atenção na prevenção dessa doença. (3,4)

A HAS tem se mostrado um problema de alta complexidade na saúde pública do Brasil. No ano de 2012 correspondeu a 27% do total de óbitos e 35% sofreram complicações severas. A análise de dados intensifica a importância do diagnóstico precoce, da educação em saúde e de um acompanhamento contínuo para a prevenção das complicações da HAS. (5)

Estudos do tema afirmaram que para se prevenir ou retardar o aparecimento de complicações crônicas nos pacientes com HAS, é necessário fazer um rigoroso controle da dieta associado a medidas preventivas e curativas (6).

## Objetivos

### Geral:

- Promover estratégias de disseminação de conhecimentos específicos aos pacientes que sofrem de HAS na CSF 3 Odécio Degam, estimulando maior autocuidado e evitando futuras complicações da doença.

### Específicos

- Identificar na comunidade da CSF Odécio Degam os pacientes hipertensos, com maior risco de complicações.
- Promover ações em saúde para obter um melhor conhecimento e controle da doença, prevenindo suas complicações.

## Método

**Sujeitos:** O projeto envolverá os pacientes hipertensos cadastrados no CSF 3 Odécio Degam, município de Limeira, e uma equipe de trabalho constituída por médicos, enfermeiros, Agentes Comunitários de Saúde (ACS), fisioterapeuta e psicóloga.

**Cenário:** O projeto será desenvolvido no território de abrangência do CSF3 Odécio Degam, no município de Limeira, estado de São Paulo, no período de abril a outubro de 2015. A população cadastrada está constituída, neste ano de 2015, por 4.152 habitantes, divididas em 1200 famílias.

**Estratégias:** As ações dirigidas aos indivíduos portadores da HAS serão educativas e em forma de palestras, com possibilidade de participação e/ou orientação aos familiares.

Os instrumentos de apoio serão folhetos ou recursos audiovisuais como televisão ou DVD, entre outros.

A intervenção será realizada aos primeiros e terceiros sábados de cada mês, no horário das 9:00 horas as 10:00 horas da manhã, por três meses, na USF.

**Avaliação e Monitoramento:** Os pacientes serão estimulados durante as reuniões, a relatar seus pontos de vista, experiências vividas com o grupo, aspectos positivos e negativos vivenciados com a intervenção, para avaliação constante da efetividade do projeto pela equipe.

Durante as reuniões que serão realizadas com toda a equipe da USF, será discutido o desenvolvimento do projeto para possíveis reformulações do plano.

A aplicação de questionário ao final da intervenção (Anexo) possibilitará avaliar os pontos positivos e negativos, na perspectiva dos pacientes, com a compreensão do conhecimento adquirido e aplicado em relação ao autocuidado.

## Resultados Esperados

Espera-se reduzir as complicações da HAS, através do desenvolvimento de ações em saúde, com enfoque educativo.

Pretende-se maior conscientização da população sobre os riscos da HAS e da importância do maior autocuidado.



Figura 1. Hipertensão, doença silenciosa previna-se

## Referências

- 1- Herrera DA. Hipertensão: seu controle no estado de saúde. Gen. Med Rev.Cubana Intgr. 2000; 8(3):195-201.
- 2- OMS. A prevenção primária da hipertensão essencial. Série Relatórios Técnicos; 2002.p.686.
- 3-Díaz AG, González IA, Cueto RFT. Guerreiro. Intgr Rev. Cubana Med Gen. 2000;11(3):224-31.
- 4- Rigau JMM, Estupiñán FA, Hernandez OD, García SF. Screening ativo da hipertensão. A atenção primária à saúde sucesso. Disponível em: <http://www.bvs.sld.cu/journal/mgi/vol2003/06/19/mgi09603.htm>
- 5- Bustos RS, Mesa AS, Mora AB, Mora RB, Hernández GL, Gutierrez HH. Hipertensão arterial em idosos no oeste do México. Intgr Rev Cubana Med Gen. 2004; 20 (5-6):66-74.

Contato  
marioalejandros@gmail.com