



## **CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA**

### **Fatores de risco relacionados à hipertensão arterial em pacientes atendidos na UBS II de Itapura**

**Autor:** Dainerys Perez Lopez  
**Orientador:** Thiago Curvinel Da Silva

**SÃO PAULO**  
**Maio, 2015**

## SUMÁRIO

<b>1. Introdução.....</b>	<b>3</b>
<b>2. Objetivos.....</b>	<b>4</b>
2.1. Objetivo Geral.....	4
2.2. Objetivos Específicos.....	4
<b>3. Metodologia.....</b>	<b>4</b>
3.1 Cenário do estudo.....	4
3.2 Sujeitos da intervenção.....	4
3.3 Estratégias e ações.....	4
3.4 Avaliação e monitoramento.....	5
<b>4. Resultados Esperados.....</b>	<b>5</b>
<b>5. Cronograma.....</b>	<b>6</b>
<b>6. Referências.....</b>	<b>6</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>6</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial é uma doença crônica caracterizada pelo aumento da pressão sistólica e/ou diastólica, podendo afetar diversos órgãos, como o cérebro, os rins, os olhos, o coração e as artérias. Em 90% dos casos, a etiologia da doença é desconhecida, denominada hipertensão essencial, com forte influência hereditária. A hipertensão arterial é um dos fatores mais importantes para a aterosclerose, principal responsável pelo infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral. É também um dos principais fatores de risco para doença isquêmica do coração, junto com a hiperlipidemia e o consumo de tabaco.<sup>1,2</sup>

A hipertensão arterial é normalmente assintomática, embora alguns pacientes possam apresentar dor no peito, dor de cabeça, tonturas, zumbido no ouvido, fraqueza, visão embaçada e sangramento nasal. Estudos epidemiológicos demonstraram que há vários fatores de risco que influenciam os níveis de pressão arterial, tais como idade, sexo, cor da pele, histórico médico familiar, alcoolismo, tabagismo, hiperlipidemia, sedentarismo, Diabetes Mellitus, doença isquêmica do coração, obesidade e estresse.<sup>3,4</sup>

Até 2025, o número de hipertensos deverá crescer 80% nos países em desenvolvimento, segundo os resultados de um estudo multicêntrico. No Brasil, existem atualmente 17 milhões de hipertensos. As doenças cardiovasculares são a primeira causa de morte no Brasil, responsáveis por 1,2 milhões de mortes por ano, dos quais 420 mil em consequência de acidente vascular cerebral (AVC) e 300 mil de infarto agudo do miocárdio. Na Unidade Básica de Saúde II do município de Itapura, de um total de 4.334 pacientes, 770 foram diagnosticados com hipertensão, sendo 452 do sexo masculino e 318 do sexo feminino. Considerando-se um possível sub-registro de casos, devido ao curso silencioso da doença, a prevalência de hipertensão arterial dentre os pacientes da UBS é considerada elevada. Além disso, a dificuldade de controle, o grande número de pessoas com fatores de risco e o abandono do tratamento são os principais motivos que caracterizam a doença como um importante problema de saúde pública.<sup>5,6</sup>

A promoção da saúde e a prevenção de doenças devem ser as prioridades da equipe de saúde, com o intuito de proporcionar uma vida mais saudável, pela diminuição dos riscos de doenças, e evitar complicações e internações desnecessárias. A educação em saúde dos pacientes hipertensos é um dos grandes desafios dos dias atuais. Acredita-se que o processo educativo permite a oportunidade de construir alternativas, corrigir ou modificar comportamentos desfavoráveis à saúde e apoiar o fortalecimento de atitudes saudáveis.<sup>7,8</sup> Palestras e orientações em grupo podem proporcionar o acesso de um maior número de pacientes, promover a socialização, troca de experiências e apoio mútuo entre os participantes além de contribuir para o melhor monitoramento dos pacientes. O custo-benefício dos programas de monitoramento, considerando as complicações micro e macro vasculares da hipertensão arterial, apóiam a implementação de programas com cuidados eletivos para os indivíduos de maior risco.<sup>9,10</sup>

Baseado nas evidências apresentadas, o presente projeto de intervenção propõe o desenvolvimento de um programa para o diagnóstico precoce e controle dos fatores de risco para a hipertensão arterial entre os pacientes atendidos na UBS II do município de Itapura.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

O presente projeto de intervenção tem por objetivo Identificar os fatores de risco da hipertensão arterial e promover atividades educativas sobre hábitos saudáveis de vida para os pacientes atendidos na Unidade Básica de Saúde II do município de Itapura.

### **2.2 Objetivos Específicos**

O presente projeto tem por objetivos específicos:

- Identificar e estabelecer o número de pacientes com a presença dos fatores de risco relacionados à hipertensão arterial.
- Promover a conscientização dos pacientes e suas famílias para a adoção de hábitos de vida saudáveis.

## **3. METODOLOGIA**

### **3.1 Cenário do Projeto**

O projeto de intervenção será desenvolvido na área da Unidade Básica de Saúde II pertencente ao município de Itapura. Serão utilizados como espaços físicos a sala de reuniões e equipamentos sociais, como escolas.

### **3.2 Sujeitos envolvidos no benefício da intervenção**

Este projeto de intervenção tem caráter educacional. A população adstrita constitui-se por 4.334 pessoas dispostas em 1.120 famílias. O número de pacientes com diagnóstico de hipertensão arterial totaliza 770. Os participantes desta intervenção serão todos os pacientes com idades entre 20 e 40 anos com fatores de risco para HAS e que não sejam portadores de outras doenças, que estejam cadastrados na UBS Itapura II. A equipe envolvida será composta por médico, enfermeira, auxiliar de enfermagem e agentes comunitários de saúde.

### **3.3 Estratégia e ações**

- ❖ Identificação dos fatores de risco para HAS na população objeto de nosso estudo depois da aplicação do questionário desenhado para esse fim. (Anexo 1).
- ❖ A equipe da Unidade Básica de Saúde II, a partir da avaliação feita organizará as ações de educação em saúde, promoção e prevenção.

#### **Educação em saúde e promoção de saúde:**

\* Palestras sobre obesidade, sedentarismo, alcoolismo, tabagismo, alimentação saudável e prática de exercícios com uma duração de 20 minutos e uma frequência

semanal

- \* Debates de videos referentes ao tema.
- \* Entrega de material impresso referente ao tema.

### **Prevenção de agravos:**

- \* Incorporação dos pacientes obesos e sedentarios ao area de lazer.
- \* Incorporação dos pacientes alcoólatras e tabagistas aos grupos criado para tal finalidade.
- \* Promover uma alimentação saudável.
- ❖ Procurará aumentar o nível de conhecimento dos pacientes sobre HAS e fatores de risco através de encontros semanais com o grupo escolhido e fazendo palestras, tecnicas participativas (debete de videos, etc.) com a direção do médico e a enfermagem.
- ❖ Garantirá consultas e acompanhamento para os pacientes com fatores de risco.
- ❖ Tentará promover mudança dos estilos de vida, elevando o nível de conhecimento e responsabilidade dos pacientes com sua saúde.

### **3.4 Avaliação e monitoramento**

Os pacientes serão estimulados, durante as reuniões de grupo e nas consultas com equipe, a apresentar seus pontos de vista, experiências vividas, aspectos positivos e negativos vivenciados com a intervenção, para avaliação constante da efetividade do projeto pela equipe. Durante as reuniões semanais, que serão realizadas com a toda a equipe de saúde da Unidade, será discutido o desenvolvimento do projeto para possíveis mudanças, caso sejam necessárias. A aplicação de um questionário (Anexo II) possibilitará avaliar os pontos positivos e negativos do ponto de vista dos pacientes em relação ao projeto e às expectativas dos participantes.

## **4. RESULTADOS ESPERADOS**

Através de atitude ativa, persistente e constante de toda a equipe, os pacientes portadores de fatores de risco para HAS da UBS II Itapura, alcançarão os

conhecimentos precisos para lograr um impacto nos índices de obesidade, alcoolismo, tabagismo bem como incidência de HAS na unidade e no município.

## 5. CRONOGRAMA

O presente projeto de intervenção será implementado e desenvolvido durante sete meses do ano de 2015, como detalhado na tabela abaixo.

<b>Atividades</b>	<b>Mar</b>	<b>Abr</b>	<b>Mai</b>	<b>Jun</b>	<b>Jul</b>	<b>Ago</b>	<b>Set</b>
Elaboração do projeto de intervenção	X	X					
Aprovação do projeto pelos gestores			X				
Revisão e estudo da literatura	X	X	X	X	X	X	X
Implementação e Desenvolvimento			X	X	X		
Avaliação e monitoramento dos resultados					X	X	
Redação do Relatório de Atividades						X	
Entrega do Relatório Final							X
Divulgação dos Resultados							X

## 6. REFERÊNCIAS

### REFERÊNCIAS

- 1 Goderich RR. Hipertensión Arterial. Temas de medicina interna. 4ta ed. La Habana; 2008. p. 328-330.
- 2 Firman G. Hipertensión Arterial: el asesino silencioso. Educación para pacientes. Washington D, C: McGraw-Hill Internacional; 2007.
- 3 Síntes RA. Temas de Medicina General Integral: E. Ciencias Médicas; 2008. p. 83-90.
- 4 Btey AP, Payadas C, Ferreira JM, Farreras R. Medicina Interna. 14ta ed. Barcelona: E. Hartcoru; 2005.
- 5 Sociedade Brasileira de Cardiologia. V Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. Arq Bras Cardiol. 2007; 89(3):e-24-e-79. [acesso em 17 de fevereiro 2015] [Disponível em www. www.scielo.br/scielo.php.](http://www.scielo.br/scielo.php)

- 6 Fatores de risco associados á Hipertensão Arterial Sistémica em comunidade da periferia de Anápolis(GO).Estudos Goiânia.2013;40(2).p. 165-175. [acesso em 17 de fevereiro 2015] [Disponível em www.google academico.](#)
- 7 Hipertensão Arterial no Brasil:Estimada de prevalencia a partir de estudos de base populacional .Epidemiología e serviços.2006;15(1).p.35-45. [acesso em 17 de fevereiro 2015] [Disponível em www.elsa.org.br/.../hipertensao arterial estimativas](#)
- 8 Hipertensão Arterial Sistémica Primária.Revista Medicina.Revista.fmrp.usp.bv.2013;46 (4). [acesso em 17 de fevereiro 2015] [Disponível em www.google academico.](#)
- 9 Sai JH .A Hipertensão Arterial Sistémica como fator de risco ao acidente vascular encefálico.2011; 29(4).p.265-8.
- 10 Paulo CB, et al. Hipertensão Arterial e alguns fatores de risco em uma capital brasileira.Arq Bras Cardiol.Abr.2007;88(4). [acesso em 17 de fevereiro 2015] [Disponível em www.scielo.br/scielo.php](#)
- 11 Almeida AB , et al. Significado dos grupos educativos de Hipertensão Arterial na perspectiva do usuario de uma unidade de atenção primaria á saúde. Rev APS. Jul/set.2011;14(3).p.319-26. [acesso em 17 de fevereiro 2015] [Disponível em www.aps.ufjf.emnuvens.com.br/aps/article/](#)

## **ANEXO 1**

### **Questionário de avaliação da intervenção sobre os fatores de risco da hipertensão arterial**

1-Você gostou de participar das atividades organizadas na UBS sobre os fatores de risco da hipertensão arterial?

( ) Sim ( ) Não

2-As atividades trouxeram mudanças em algum hábito praticado por você?

( ) Sim ( ) Não Qual? \_\_\_\_\_

3-Você conhecia os fatores de risco da hipertensão arterial e a forma de preveni-los?

( ) Sim ( ) Não

4-As atividades ajudaram você a entender sobre a hipertensão arterial ?

( ) Sim ( ) Não

5-Na sua opinião, quais foram os pontos positivos e negativos do trabalho realizado?

Pontos positivos: \_\_\_\_\_

Pontos negativos: \_\_\_\_\_

6-Além do que foi proposto nas ações da UBS, você gostaria de realizar outras atividades? Quais?

---

---

---