

TITULO:HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÓLICA EM IDOSOS: INTERVENÇÃO SOBRE O ESTILO DE VIDA E EDUCAÇÃO EM SAÚDE.

Nome: María Caridad Ferriol Torres

Tutora: Andrea Carla Franchini Melani

INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistólica (HAS) é a mais importante doença no paciente idoso e o fator de risco cardiovascular modificável em nesse grupo etário. No contexto mundial, com o aumento da expectativa de vida, observou-se uma maior incidência e prevalência das doenças cardiovasculares (Centers for Disease Control and Prevention, 2010). No Brasil, as doenças cardiovasculares são responsáveis por mais de 250.000 mortes por ano e a HAS participa de quase metade delas (MIRANDA et al, 2002) . As alterações próprias do envelhecimento tornam o indivíduo mais propenso ao desenvolvimento de HAS, que é a principal doença crônica nessa população.(COSTA et al,2009)

Estudos demonstram a alta prevalência de HAS em idosos **no Brasil** em torno de 62%, sendo um importante problema de saúde pública, pois a mortalidade e os custos com o seu tratamento são elevados (MIRANDA et al, 2002) .A Organização Panamericana de Saúde (OPAS) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) buscam desenvolver estratégias e instrumentos para facilitar o desenvolvimento de atividades de detecção precoce, acompanhamento, controle e ampliação do nível de conhecimento da população quanto a fatores de risco, prevenção das complicações, assim como as implicações que seu controle e profilaxia representam para a saúde pública.(MENDES, MORAIS e GOMES, 2014) e (BASSETT JR et al,2012).

Assim justifica-se a realização de um trabalho para determinar a prevalência da doença na população idosa de uma Unidade Básica de Saúde, seus fatores de risco e estilo de vida assim como adição ao tratamento para desenvolver ações educativas de promoção de saúde, prevenção das complicações e melhorar a qualidade de vida destes pacientes e facilitar sua incorporação à sociedade.

Mediante ações desse tipo pode-se intervir na comunidade e melhorar sua qualidade de vida.

Objetivo geral

Elaboração de um plano de intervenção educativa sobre a HAS, dirigida à população idosa do PSF de Santa Monica, Tanabi, SP.

Objetivos Específicos

- 1-Conhecer a prevalência da HAS em a população idosa de Estratégia de Saúde da Família, os fatores de risco associados à incidência desta doença e as práticas de autocuidado e controle que são desenvolvidas.
- 2-Conhecer o nível de informação e conhecimentos dos idosos sobre a HAS, características de seus estilos de vida e complicações existentes desta enfermidade.
- 3-Capacitar o equipe de saúde e elaboração de ações de educação em saúde para a promoção de saúde e prevenção das complicações, estimulando o autocuidado e mudanças para estilos de vida saudável.

Metodo

Local:ESF:Dr Newton José Cucolicchio,Tanabi,SP

Publico-alvo: Pessoas idosas com idade igual ou superior a 60 anos, de ambos sexos, hipertensos.

Participantes: Idosos de idade maior ou superiores a 60 anos e a equipe de saúde pertencentes ao ESF Newton José Cucolicchio.

Ações

Será realizado sessões de educação em saúde semanal com a população selecionada e a equipe de saúde mediante conversas e conferências educativas, decorrente de previa seleção dos temas em relação com a necessidade de aprendizagem do grupo, sobre a doença hipertensiva, seus fatores de risco, Prevenção das complicações, praticas de autocuidado e estilos de vida saudável.

Capacitação aos membros da equipe de saúde acerca da promoção de saúde e prevenção de complicações da HAS, os fatores de risco, estilos de vida saudável, autocuidado, importância de tratamento não medicamentoso e medicamentoso e seu adesão ao mesmo, alimentação saudável e pratica de atividade física regular no programa Academia de Saúde.

Avaliação e monitoramento:

Aplicação de questionário nas diferentes sessões da intervenção educativa com monitoramento frequente das atividades conforme cronograma.

Será avaliado mediante aplicação de questionário para os profissionais :

- Você considera quais fatores de risco para o aparecimento da HAS ?
- Quais são as medidas de auto cuidado que podem ser implantadas para o controle da HAS ?

Será avaliado mediante a aplicação de questionário para pacientes:

- Como você pode melhorar os seus hábitos de vida, para evitar o aparecimento da hipertensão?

Resultados esperados:

Diminuição da incidência e prevalência da HAS e suas complicações, assim como mudanças a estilos de vida saudável e adesão ao tratamento não medicamentoso e medicamentoso desta doença.

Referências Bibliograficas:

- 1- ÁVILA, Adriana, et al. **VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão, Conceituação, Epidemiologia e Prevenção Primária**. Revista Brasileira de Hipertensão, v.17, n.1, p.7-10, Rio de Janeiro, 2010.
- 2-BASSETT JR, DR., et al. **Physical activity and ethnic differences in hypertension prevalence in the United States**. Prev Med., p. 179-86, 2012.
- 3-Centers for Disease Control and Prevention. **State-specific trends in self-reported blood pressure screening and high blood pressure**. United States, p. 541-549, 2010.
- 4- COSTA, Maria Fernanda Furtado De Lima, et al. **Comportamento em Saúde Entre Idosos Hipertensos**. Revista de Saúde Pública, vol.43, supl. 2, São Paulo, 2009.
- 5-MIRANDA, Roberto Dischinger; PERROTTI, Tatiane Caccese; BELLINAZZI Vera Regina; NÓBREGA Thaisa Maria, CENDOROGLO Maysa Seabra; TONIOLO NETO João. Hipertensão arterial no idoso: peculiaridades na fisiopatologia, no diagnóstico e no tratamento J Rev Bras Hipertens vol 9(3): julho/setembro de 2002
- 6- MENDES, Gisela Soares; MORAIS, Franco Clayton, GOMES, Lucy. Prevalência de Hipertensão Arterial Sistêmica em Idosos. Rev Bras Med Fam Comunidade. Rio de Janeiro, 2014 Jul-Set; 9(32):273-278.

