

AÇÕES DE SAÚDE VOLTADAS AO CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA UBS RAIMUNDO BARROSO EM PRESIDENTE SARNEY- MA

Fabício Gonçalves de Souza.¹

Wiltamara Lacerda de Moura.²

Apolônia Maria Tavares Nogueira.³

1. Autor-correspondente: Médico. Pós-graduando em Saúde da Família pela UFPI. Trabalha como Médico da Estratégia de Saúde da Família em uma Unidade Básica de Saúde em Presidente Sarney - Maranhão. E-mail: fabriziodir@gmail.com

2-Orientadora. Pediatra, Tutora do Curso de Especialização em Saúde da Família e Comunidade-NUEPES/UFPI. E-mail: wiltamaralacerda@gmail.com

3-Co-orientadora. Nutricionista, Mestrado em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco E-mail: nogueiranut@hotmail.com

RESUMO

Sabe-se que a ESF possui importância na redução de agravos à saúde e do risco de doenças e também no fomento da prevenção de DCNT e de seus fatores de risco, como a HAS. Com base nesse reconhecimento, a proposta do presente projeto de intervenção foi promover as práticas de saúde na UBS Raimundo Barroso com o propósito de controlar a hipertensão arterial sistêmica em sua área de responsabilidade dentro do Município de Presidente Sarney - MA. Especificamente se buscou examinar a adesão dos pacientes hipertensos ao tratamento da hipertensão arterial oferecido pela UBS Raimundo Barroso; qualificar a equipe dessa UBS sobre a prática de saúde voltada ao controle da hipertensão arterial sistêmica; e influir sobre a mudança de hábitos e no estilo de vida da população hipertensa dentro da área de abrangência da unidade de saúde em tela. O projeto de intervenção consiste em uma pesquisa qualitativa de cunho transversal. Os dados foram coletados por meio do procedimento bibliográfico de pesquisa combinado com o estudo de campo ao contar com a observação e com a aplicação de um questionário, sendo um relato da experiência vivenciada no decorrer da execução das atividades. Após constatar um baixo nível de adesão ao tratamento por parte dos pacientes hipertensos atendidos na unidade básica de saúde em estudo, reconheceu-se a necessidade em intervir de

modo a contribuir com a mudança desta realidade, realizando-se reuniões para capacitação técnica da equipe de saúde nessa UBS e palestras aos pacientes hipertensos sobre educação alimentar e física. É possível concluir que as atividades permanentes propiciarão a promoção da educação e saúde no cuidado dos pacientes hipertensos atendidos na UBS Raimundo Barroso ao contribuir com o controle da HAS em sua área de responsabilidade.

Descritores: Hipertensão arterial. Atenção básica. Saúde pública.

HEALTH ACTIONS FOR CONTROL OF SYSTEMIC ARTERIAL HYPERTENSION AT UBS RAIMUNDO BARROSO IN PRESIDENTE SARNEY-MA

ABSTRACT

It is known that the ESF has importance in reducing health problems and the risk of diseases and also in promoting the prevention of DCNT and its risk factors, such as HAS. Based on this recognition, the purpose of this intervention project was to promote health practices at UBS Raimundo Barroso with the purpose of controlling systemic arterial hypertension in its area of responsibility within the municipality of Presidente Sarney - MA. Specifically, we sought to examine the adherence of hypertensive patients to the treatment of arterial hypertension offered by UBS Raimundo Barroso; qualify the staff of this UBS about health practices aimed at controlling systemic arterial hypertension; and influence the change in habits and lifestyle of the hypertensive population within the area covered by the health unit in question. The intervention project consisted of a qualitative cross-sectional research. The data were collected through the bibliographic research procedure combined with the field study when counting on the observation and the application of a questionnaire, being a report of the experience lived during the execution of the activities. After observing a low level of adherence to treatment by hypertensive patients seen at the basic health unit under study, the need to intervene in order to contribute to changing this reality was recognized, with meetings for technical training of the health team. health at this BHU and lectures to hypertensive patients on food and physical education. It was possible to conclude that the activities promoted the promotion of education and health in the care of hypertensive patients treated at UBS Raimundo Barroso by contributing to the control of HAS in their area of responsibility.

Descriptors: Hypertension. Basic attention. Public health.

INTRODUÇÃO

Os aspectos epidemiológicos de uma população são fatores fundamentais para o entendimento dos problemas sociais relacionados à saúde. Neste sentido, a epidemiologia estuda a saúde, os fatores e indicadores de saúde, a fim de definir políticas públicas eficazes na estratégia de Saúde da Família.

Este trabalho resulta de uma atividade interdisciplinar e busca contribuir para uma expansão da universalidade dos indicadores de saúde, os quais estão inseridos nos mais diversos níveis sociais e são lapidados dia-a-dia em um trabalho contínuo.

Tendo em vista a realidade a respeito dos aspectos epidemiológicos, o município de Presidente Sarney, localizado no estado do Maranhão, onde o autor do presente projeto exerce a medicina na UBS Raimundo Barroso, apresenta um perfil epidemiológico caracterizado por uma alta prevalência de enfermidades crônicas, como Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes, bem como um aumento da incidência de casos relacionados à saúde mental, além de doenças tropicais.

A promoção da saúde em um nível mais amplo tem o poder de mudar um perfil epidemiológico, porém, necessita ser um trabalho coletivo ao qual nem todos estão dispostos. Assim, reconhece-se que é necessário observar que os indicadores de saúde são importantes e que servem como substrato para o banco de dados epidemiológicos essencial para a conclusão de estudos e tomada de decisões e ações de saúde. Melhorar estes indicadores é um dos principais objetivos em se tratando de estudo epidemiológico e tem que estar sempre à frente de qualquer estudo.

Em uma visão mais abrangente, deve-se realizar um trabalho educacional, de orientação e acompanhamento para um melhor esclarecimento e transparência para a população. Algumas mudanças culturais são mais difíceis de serem abordadas, mesmo assim, este tipo de trabalho tende a melhorar pouco a pouco o nível sociocultural da comunidade para uma visão positiva e esperançosa de um futuro mais promissor.

A situação epidemiológica e prevalência de doenças crônicas, infecciosas e tropicais em nosso município é um pouco preocupante, tendo cada vez maior incidência de enfermidades infectocontagiosas.

O número de hipertensos segue bastante alto, 412 pacientes cadastrados no sistema, talvez pelo fato de nossa UBS acompanhar pacientes de várias outras áreas e regiões rurais, que buscam atenção e que são acolhidos pela unidade. Contudo, a

incidência de novos casos é baixa, o que nos vislumbra um futuro com melhores resultados.

A população de nosso município possui baixo poder econômico, classificada pelo IBGE como Perfil 7 (extrema pobreza), IDH de 0,555 o qual é considerado baixo, e com uma renda per capita bastante baixa. Tais fatores econômicos dificultam uma adesão adequada ao tratamento, bem como hábitos de vida e de alimentação saudável, o que é fundamental para o bom controle dos níveis de pressão arterial, sobretudo na população idosa.

Tendo este cenário inicial, abre-se uma porta para o surgimento de doenças relacionadas à HAS, o que se torna um problema de surgimento cada vez mais precoce em nossa sociedade. Enfermidades vasculares, especialmente infarto e AVC, tem sido bastante frequente em nossa área, sendo a principal causa de morte na população idosa.

O quadro se agrava quando vícios são somados ao problema crônico do paciente. O uso de tabaco, do álcool ou de outras substâncias tóxicas, associados à uma má alimentação, falta de exercícios físicos regulares, coexistência de outras comorbidades (principalmente diabetes e obesidade) são problemas recorrentes dentro da área de abrangência da UBS Raimundo Barroso.

Diante desta problemática é necessário a realização de um trabalho voltado ao desenvolvimento de estratégias de controle da HAS, frente ao reconhecimento que prevenir e controlar essa doença são as principais ferramentas para evitar as suas consequências e agravos.

Inúmeros foram os motivos que deram ensejo à escolha do presente tema, dentre os quais merece destaque a alta prevalência de HAS em indivíduos com idade igual ou superior a 30 anos e também nos idosos do município de Presidente Sarney que são atendidos na referida UBS.

A partir dessa percepção, reconhece-se a relevância social do presente projeto em intervir de modo que possa, efetivamente, contribuir com a mudança desse quadro a partir da promoção das práticas de saúde no controle da hipertensão arterial sistêmica de toda a população que se encontra dentro da área de abrangência dessa unidade de saúde.

REVISÃO DE LITERATURA

O Sistema Único de Saúde (SUS) é uma das mais expressivas e elaboradas políticas públicas do mundo e se destaca pelos seus ideais de universalização,

equidade, gratuidade e acesso ao serviço de saúde. Para promover a saúde em todo território nacional, o Estado tem a responsabilidade de fomentar políticas públicas que, ao relacionar Economia e Direitos Sociais, reduzam o risco de agravos e doenças que acometem a população. Essas políticas devem, entretanto, contextualizar as ações e os serviços de promoção, prevenção e recuperação dos usuários do referido Sistema (1).

A Estratégia de Saúde da Família (ESF) possui importância na redução de agravos à saúde, risco de doenças e fomento à prevenção de doenças crônicas degenerativas não transmissíveis (DCNT) e seus fatores de risco como a HAS. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que essas doenças sejam responsáveis por 58,5% de todas as mortes que ocorrem no mundo e que a prevalência de HAS em todo o globo é de aproximadamente 25% com previsão de aumento deste percentual para 29%, em 2025 (2).

A contemplação da HA envolve três quesitos relevantes no que tangem a sua caracterização: a) prevalência: a HA acomete entre 22,3% a 43,9% da população maior de 18 anos (32% em média, ao pontuar 50% na faixa etária de 60 a 69 anos e 75% para > 70 anos) e responde por uma parcela considerável das consultas da rede básica; b) transcendência: a HA consiste em um dos principais fatores de risco relacionado ao infarto agudo do miocárdio (IAM), acidente vascular encefálico (AVE) e outros agravos, inclusive morte, além de seu modo silencioso de desenvolvimento; e c) vulnerabilidade: a HA é facilmente tratável e controlável na esfera da APS, haja vista 50 a 80% dos casos serem resolvidos na rede básica (3).

Sabe-se que a HA é um importante fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, bem como, doenças decorrentes de aterosclerose e trombose que se manifestam com disfunção cardíaca, cerebral, renal e vascular periférica. De acordo com o *National Heart Lung and Blood Institute* (NHLBI), os principais fatores de risco para a HAS são a idade, raça, sexo, sobrepeso ou obesidade, além de maus hábitos de vida, sedentarismo, consumo abusivo de bebidas alcoólicas, tabagismo e dietas com consumo excessivo de sal (1).

Partindo da compreensão que a HAS se trata de um grave problema de saúde pública, haja vista afetar parte significativa da população mundial, considera-se que a sua abordagem deve envolver questões de natureza biopsicossocial relacionadas aos indivíduos hipertensos. O entendimento dessas questões é importante, em especial, pelo fato de se buscar articulá-las às condições de produção cognitiva acerca dessa doença no imaginário social ao possibilitar o registro de experiências vividas pela população hipertensa e pelos profissionais de saúde da atenção básica no tocante à manifestação, tratamento e controle da doença (4).

Essa doença é considerada grave problema de saúde pública também por se associar ao surgimento de outras doenças crônico-degenerativas, as quais repercutem negativamente sobre a qualidade de vida do hipertenso. Dentre os agravos, cabe salientar as doenças cardiovasculares e cerebrais, a exemplo do IAM e do AVE, principais causas de morte originária da HA não controlada (5).

O tratamento e controle da HAS parecem permanecer inadequados, mesmo diante dos recentes avanços científicos e tecnológicos, os quais facilitaram que os seus fatores de risco fossem identificados, e os seus agravos, precocemente diagnosticados, aliados ainda ao desenvolvimento de uma ampla terapêutica de medicações e das ações de educação voltadas para as mudanças nos hábitos de vida da população hipertensa (3).

Observa-se ainda, que somente parte dos pacientes hipertensos mantém valores satisfatórios da pressão arterial (PA < 140x90 mmHg), usam a medicação corretamente e atentam para as orientações educativas voltadas ao controle da HA, em especial, as que abordam mudanças no estilo de vida envolvendo a prática de atividades físicas, hábitos alimentares e abandono de vícios como o tabagismo e alcoolismo (1). Por isso, compreende-se que prevenir e tratar essa doença têm sido um grande desafio para as autoridades sanitárias e para profissionais da atenção básica envolvidos na promoção da saúde pública.

A prevenção e o controle da hipertensão arterial nas municipalidades brasileiras são de responsabilidade da atenção primária à saúde, levando-se em consideração que a falta de controle da pressão dos usuários hipertensos pode provocar sérias complicações de saúde, as quais podem, irremediavelmente, prejudicar a qualidade de vida e reduzir a sobrevida desses pacientes (6).

As dificuldades para o controle da HA surgem por conta das suas próprias características (caráter assintomático, lenta evolução lenta e cronicidade), fazendo com que essa doença não seja encarada com seriedade, posto que os hipertensos não sentem necessidade de alterar os hábitos relacionados ao estilo de vida, até o aparecimento das complicações decorrentes da sua manifestação (1).

Seguindo essa linha de raciocínio, ressalta-se que para o controle da HA é essencial a adesão ao tratamento, no qual são recomendadas medidas terapêuticas buscando manter a pressão arterial em valores considerados normais (6). A eficácia dessas medidas relaciona-se diretamente aos comportamentos e atitudes dos pacientes hipertensos no tocante ao uso das medicações, na aceitação da dieta orientada, no comparecimento das consultas médicas pré-agendadas e na apresentação de mudanças no estilo de vida em prol da sua saúde (3).

Nesse sentido, observa-se a importância da adesão ao tratamento anti-hipertensivo, a fim de efetivamente controlar os fatores de riscos associados, sem a qual, a HAS pode ocasionar agravos complexos que podem comprometer consideravelmente a qualidade de vida do paciente hipertenso ou até mesmo leva-lo a óbito (7).

Deve-se desenvolver estratégias de saúde voltadas ao aumento da adesão ao tratamento por parte dos indivíduos hipertensos no nível primário de atenção, sendo relevante que ocorra a distinção entre pressão não controlada por não adesão ao tratamento e resistência ao controle da pressão arterial, uma vez que aquela relaciona-se, em especial, com o comportamento e atitudes do paciente, com os profissionais de saúde e com as políticas públicas de saúde desenvolvidas pelo Estado, enquanto que a resistência ao controle da PA relaciona-se diretamente ao organismo do paciente e as medicações anti-hipertensivas (8).

Sabe-se que, apesar da disponibilidade pública de medicações anti-hipertensivas, o número de portadores de HA identificado e tratado, de forma adequada, ainda não é expressivo. Aponta-se que, em média, um quarto da população hipertensa permanece sem diagnóstico e que, dentre os diagnosticados, muitos não buscam tratamento e, por isso, agravam a manifestação da doença (3).

A prevenção e o tratamento da HA envolvem, imprescindivelmente, orientações voltadas às mudanças de determinados hábitos de vida, as quais ocorrem de forma gradativa e, comumente, por não terem a continuidade necessária, compromete o controle dessa doença.

Compreende-se, portanto, que as medidas educativas devem ser permanentes, contínuas e desenvolvidas mediante ações individualizadas para que se possa atender às necessidades específicas de cada paciente hipertenso.

Uma vez que parte dos pacientes hipertensos tem dificuldade em manter os valores satisfatórios da PA (1), apesar dos esforços dos profissionais de saúde da atenção primária, reconhece-se a complexidade em controlar a HAS e os agravos correlacionados a essa doença, sendo essencial, portanto, que ocorra a intervenção da comunidade científica de modo que essa realidade possa ser efetivamente alterada em prol da saúde desses pacientes.

METODOLOGIA

O presente projeto de intervenção consiste em uma pesquisa qualitativa de cunho transversal. Os dados foram coletados por meio do procedimento bibliográfico

de pesquisa combinado com o estudo de campo e com a observação, sendo um relato da experiência vivenciada no decorrer da execução das atividades.

No estudo de intervenção, há a interferência do pesquisador ao descrever o objeto da pesquisa, posto que procura compreender e registrar a manifestação do fenômeno com o escopo de contribuir com meios para solucionar as problemáticas identificadas e descritas (9).

Neste estudo, enfatiza-se que o pesquisador interfere na realidade em análise e levanta dados a partir de cada situação vivenciada e observada, com o propósito de aprofundar os conhecimentos em conformidade com a temática apresentada e intervir de modo adequado a fim de alcançar os objetivos propostos.

A pesquisa transversal permite ao pesquisador realizar a coleta de dados para posterior análise, interpretação e intervenção”, ao atender, portanto, a perspectiva do presente projeto (9).

A pesquisa qualitativa

[...] envolve as questões e os procedimentos que emergem os dados tipicamente coletados no ambiente do participante, a análise dos dados indutivamente construída a partir das particularidades para os temas gerais e as interpretações feitas pelo pesquisador acerca do significado dos dados (9).

A área da intervenção é limitada ao espaço de abrangência da UBS Raimundo Barroso, no Município de Presidente Sarney - MA, a qual tem uma área de cobertura que envolve 3.614 usuários. Dentro deste grupo, cabe apontar que, atualmente, 412 pacientes hipertensos estão atendidos pela equipe de saúde desta unidade, composta por um médico, uma enfermeira, uma técnica de enfermagem e seis ACS.

Os fatores de riscos da HAS não têm sido controlados e, por isso, tem-se elevado a prevalência da doença hipertensiva, sendo imprescindível, portanto, uma intervenção que promova um estilo de vida saudável por parte dos pacientes hipertensos, uma vez que se tem observado, no decorrer dos atendimentos na UBS Raimundo Barroso, que, parte significativa da população hipertensa atendida apresenta problema de sobrepeso ou obesidade ao presumir, portanto, a falta de atividades e/ou dietas adequadas, fatores que agravam ainda mais a doença em estudo.

Ressalta-se a importância do atendimento multidisciplinar, apta para motivar, de forma sistêmica, os indivíduos hipertensos no tocante à adoção de atitudes que possam garantir a efetividade das ações anti-hipertensivas (4).

Neste contexto, compreende-se que o trabalho multiprofissional favorece a adesão dos indivíduos hipertensos ao tratamento e o conseqüente controle da doença,

além de promover a adoção de hábitos de vida saudáveis por parte desses pacientes, os quais tornam-se multiplicadores de conhecimentos sobre tais hábitos, partindo do pressuposto que essa atuação ocorre por meio sistematização do atendimento de saúde.

Assim, a proposta do presente projeto é promover as práticas de saúde na UBS Raimundo Barroso com o propósito de controlar a hipertensão arterial sistêmica em sua área de responsabilidade.

Diante de todo o exposto, cabe mencionar que a problemática priorizada é construída a partir do seguinte questionamento: de que forma as práticas de saúde voltadas ao controle da hipertensão arterial sistêmica podem ser promovidas na UBS Raimundo Barroso em Presidente Sarney-MA?

Os recursos humanos para a execução do projeto envolvem todos os profissionais de saúde da referida unidade (UBS Raimundo Barroso), além de um nutricionista; e um educador físico, convidados para a palestra. Já os recursos materiais necessários consistem em álcool em gel, máscaras descartáveis, mesas, cadeiras, microfones, retroprojetor, notebook, carro, verba para contratação, hospedagem, alimentação e transporte dos palestrantes.

O autor do presente projeto é o responsável pelo monitoramento das atividades e pela análise dos dados e resultados decorrentes da pesquisa de campo, bem como por todos os custos da execução do plano de intervenção realizado.

Para examinar a adesão dos pacientes hipertensos ao tratamento oferecido pela UBS Raimundo Barroso, tendo como meta constatar o nível de cumprimento das medidas anti-hipertensivas estabelecidas pela equipe de saúde dessa unidade por parte dos referidos pacientes (100%), um questionário de perguntas fechadas (APÊNDICE A), elaborado pelo autor deste projeto, foi aplicado ao público alvo, nos dias 18, 19 e 20 de agosto de 2020, pela enfermeira e pelos ACS dessa unidade, os quais foram, posteriormente, analisados pelo próprio pesquisador, onde se constatou um baixo nível de adesão ao tratamento.

Ressalta-se que essa atividade foi realizada por meio telefônico, visitas domiciliares e atendimentos na própria unidade saúde e que, após a aplicação do referido instrumento de coletas de dados, os profissionais de saúde convidaram a população questionada para participar da palestra sobre educação alimentar e física, a qual ocorreu no dia 03 de outubro de 2020, no auditório da Prefeitura Municipal de Presidente Sarney, as 14:00hrs e contou com a participação de 178 pacientes hipertensos.

Buscando a qualificação da equipe da UBS Raimundo Barroso sobre a prática de saúde humanizada voltada ao controle da hipertensão arterial sistêmica, com o

propósito de capacitar, tecnicamente, todos os profissionais de saúde (100%) dessa unidade, em setembro de 2020, o pesquisador realizou três reuniões, com periodicidade semanal, nas quais questões relevantes acerca do tema em estudo foram discutidas.

Posto que foram desenvolvidas duas palestras, uma sobre educação alimentar e outra sobre educação física para os pacientes hipertensos, em outubro de 2020, buscando orientar 100% da população participante sobre o adequado consumo de alimentos e acerca da importância dos exercícios físicos frente ao problema de saúde em estudo, dois profissionais especializados no assunto, um nutricionista e um educador físico, foram convidados para ministrar as palestras.

A organização e execução desta atividade contou com a participação de toda a equipe de saúde da UBS Raimundo Barroso ao preservar, em especial, as condutas preventivas em face do coronavírus.

Quadro 01: Plano operativo

Situação problema	Objetivos	Metas / Prazos	Ações / Estratégias	Responsáveis
Dificuldade no controle da HAS e adesão ao seu tratamento na UBS Raimundo Barroso, no Município de President e Sarney - MA	Examinar a adesão dos pacientes hipertensos ao tratamento da hipertensão arterial oferecido pela UBS Raimundo Barroso;	Constatação do nível de cumprimento das medidas anti-hipertensivas estabelecidas pela equipe de saúde dessa unidade por parte dos referidos pacientes / 1 mês	Aplicação de questionário de perguntas fechadas por meio telefônico, visitas domiciliares e atendimentos na própria unidade saúde.	Médico + Enfermeira + ACS
	Qualificar a equipe da UBS Raimundo Barroso sobre a prática de saúde voltada ao controle da hipertensão arterial sistêmica;	Capacitação técnica de todos os profissionais de saúde dessa unidade / 1 mês	Realização de três reuniões, uma cada semana.	Médico
	Influir sobre a mudança de hábitos e no estilo de vida da população hipertensa dentro da área de abrangência dessa UBS.	Orientação de 100% da população participante sobre o adequado consumo de alimentos e acerca da importância dos exercícios físicos frente ao problema de saúde em estudo. /1 mês	Realização de duas palestras (em uma mesmo dia). Orientação aos pacientes hipertensos na sala de espera durante o Hiperdia (segundas-feiras).	Toda a equipe de saúde da UBS Raimundo Barroso + Nutricionista + Educador Físico

Fonte: Autoria própria/2020

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente projeto continua sendo implantado atentando à operacionalização das ações planejadas em consonância aos objetivos, metas e ações propostos. As atividades permanentes propiciarão a promoção da educação e saúde no cuidado dos pacientes hipertensos atendidos na UBS Raimundo Barroso em sua área de responsabilidade dentro do Município de Presidente Sarney.

Após reunir e debater com a equipe de saúde da UBS sobre a execução do presente projeto de intervenção, constatou-se os benefícios para o público alvo recebeu os benefícios do presente projeto, haja vista que os resultados obtidos se encontram em sintonia com os objetivos e metas planejados ao produzir, conseqüentemente, os efeitos esperados.

Assim, observa-se que os pacientes hipertensos estão satisfeitos no que tange ao tratamento oferecido pela UBS Raimundo Barroso, embora não estejam atentando às medidas anti-hipertensivas previstas pela equipe de saúde, posto que se constatasse o baixo nível de adesão ao tratamento, conforme dados obtidos através do questionário aplicado.

Se reconhece, ainda, que equipe de saúde dessa unidade foi capacitada sobre a prestação integral e humanizada de saúde aos pacientes hipertensos e que todos os participantes das palestras sobre o adequado consumo de alimentos e acerca da importância dos exercícios físicos frente ao problema de saúde em estudo foram orientados.

Constatou-se ainda que intervenção é baseada em boas práticas no âmbito da atenção primária em saúde e que os recursos e atividades continuarão sendo bem organizadas e suficientes para alcançar os objetivos propostos a longo prazo.

As palestras sobre educação alimentar e física para os pacientes hipertensos ocorreram sem contratempos, através das quais, o público participante foi instruído acerca do adequado consumo de alimentos e da importância dos exercícios físicos frente a esta doença.

Em síntese, são apontados que alguns cuidados básicos são necessários: controle da pressão por meio do acompanhamento dos profissionais de saúde, redução da ingestão de sal e do consumo de álcool, não fumar, evitar alimentos gordurosos, fazer exercícios físicos regularmente e controlar o colesterol e o estresse.

Os resultados deste estudo poderão subsidiar o processo de tomada de decisão dos gestores municipais no tocante às políticas públicas de saúde relacionadas à HAS e aperfeiçoar as práticas dos profissionais das outras unidades de saúde em Presidente Sarney e, até mesmo, de toda APS do Maranhão.

Sugere-se, portanto, a institucionalização da intervenção apresentada neste trabalho a partir de objetivos e ações de Educação Permanente em Saúde ao

favorecer a capacitação dos profissionais de saúde e, em especial, o atendimento humanizado e a orientação aos pacientes hipertensos.

REFERÊNCIAS

1. SILVA, Elcimary Cristina. Prevalência de hipertensão arterial sistêmica e fatores associados em homens e mulheres residentes em municípios da Amazônia Legal. Rev. bras. epidemiol., vol.19, n.1, pp.38-51, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2016000100038&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 20 nov. 2020.
2. PINTO, Luiz Felipe; GIOVANELLA, Ligia. Do Programa à Estratégia Saúde da Família: expansão do acesso e redução das internações por condições sensíveis à atenção básica (ICSAB). Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro , v. 23, n. 6, p. 1903-1914, Junho 2018.
3. DANTAS, Rosimery Cruz de Oliveira Dantas; RONCALLI, Angelo Giuseppe. Protocolo para indivíduos hipertensos assistidos na Atenção Básica em Saúde. Ciênc. saúde colet., v. -24, n.1, Jan.,2019
4. BARBOSA, Edna de Jesus Litenski. Atenção básica e hipertensão arterial. Revista Plos One, 2017.
5. GONZALEZ, Beatriz Molina. Educação e promoção de saúde em hipertensão arterial na estratégia de saúde da família. 2016. 42 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família). Universidade Federal de Minas Gerais, Uberlândia. Disponível em: <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/educacao-promocao-saude-hipertensao-estrategia-familia.pdf>>. Acesso em: 20 nov. 2020.

6. PEREIRA, William Bruno. O papel da atenção primária na redução dos índices da hipertensão arterial na UBS Roça Grande. 2018. 39 f. TCC (Especialização em atenção básica e saúde da família. Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte. Disponível em: <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/WILLIAM-BRUNO-PEREIRA.pdf>>. Acesso em: 20 nov. 2020.
7. NUNES, Marília Gabrielle Santos; SILVA, Amanda Rosineide da; BERNARDINO, Amanda de Oliveira; OLIVEIRA, Bruno de Luna; BARRETO NETO, Augusto César. Prevalência e fatores associados a cooperação do paciente portador de hipertensão arterial. Acta paul. enferm., São Paulo, v. 28, n.4, Jul/Ago, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002015000400006>. Acesso em: 20 nov. 2020.
8. BLOCH, Katia Vergetti; MELO, André Nascimento de; NOGUEIRA, Armando R. Prevalência da adesão ao tratamento anti-hipertensivo em hipertensos resistentes e validação de três métodos indiretos de avaliação da adesão. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 24, n.12, Dez./2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2008001200030>. Acesso em: 20 nov. 2020.
9. BARROS, A. J. da S. Fundamentos de metodologia científica. 3. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2017.

APÊNDICE A

QUESTIONÁRIO DESENVOLVIDO PARA EXAMINAR A ADESÃO AO TRATAMENTO POR PARTE DOS PACIENTES HIPERTENSOS ATENDIDOS NA UBS RAIMUNDO BARROSO

1. O Sr.(a) tem usado de forma racional as medicações anti-hipertensivas prescritas por seu médico, respeitando as doses e intervalos estabelecidos?

() SIM

() NÃO

2. O Sr.(a) tem aferido a pressão regularmente?

() SIM

() NÃO

3. O Sr.(a) tem controlado o nível de colesterol?

() SIM

() NÃO

4. O Sr.(a) tem evitado sal, açúcar e alimentos gordurosos?

() SIM

() NÃO

5. O Sr.(a) tem feito uso de bebidas alcólicas?

() SIM

() NÃO

6. O Sr.(a) tem feito uso de cigarro ou similares?

() SIM

() NÃO

7. O Sr.(a) tem praticado atividades físicas?

() SIM

() NÃO

8. Sente-se satisfeito com o plano de tratamento da hipertensão desenvolvido pela equipe da UBS Raimundo Barroso?

() SIM

() NÃO