



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ISELIS GUTIERREZ PÉREZ

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA PACIENTES HIPERTENSOS
DESCOMPENSADOS E COM COMPLICAÇÕES DA COMUNIDADE PUTIM.

SÃO PAULO
2018

ISELIS GUTIERREZ PÉREZ

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA PACIENTES HIPERTENSOS
DESCOMPENSADOS E COM COMPLICAÇÕES DA COMUNIDADE PUTIM.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: LUCILA BRANDÃO HIROOKA

SÃO PAULO
2018

Resumo

A unidade básica de saúde Putim do município São José dos Campos, estado de São Paulo, está situada na zona sul do município e atende uma população total de 3.240 pessoas cadastradas até o momento. Do total da população, 923 tem hipertensão arterial, que representa 28.5%. Uma das causas fundamentais das consultas é a HAS descontrolada, sendo que muitos deles já apresentam complicações devido à pouca adesão aos tratamentos, estilos de vidas, desconhecimento sobre a doença e suas principais complicações e a escassa oferta educativa. Nesse contexto, o presente projeto de intervenção propõe o planejamento de novas estratégias e atividades de saúde como capacitação dos equipes e a população sobre a doença assim como criação de grupos e palestras. Espera-se assim diminuir a incidência da doença e atingir ao melhor controle dela assim como uma melhor qualidade de vida da população.

Palavra-chave

Hipertensão. Promoção da Saúde. Dieta Saudável. Adesão ao Tratamento

Introdução

As doenças mais perigosas são aquelas que não nos dão nenhum alerta, ou seja, são assintomáticas, até que haja uma crise. Assim é com a hipertensão arterial sistêmica, comumente chamada de pressão alta. (1) O critério para definição da hipertensão é quando a média da pressão arterial sistólica e igual ou maior que 140 mmhg e/ou a diastólica é igual ou maior que 90 mmhg em indivíduos maiores de 18 anos. (2)

É uma doença crônica que afeta cerca de um terço da população mundial. No Brasil, segundo o Ministério da Saúde, existem cerca de 13 milhões de pessoas com a doença, que atinge principalmente adultos com mais de 60 anos.(3) Um dos fatores que têm contribuído para o aumento dos casos de hipertensão é o estilo de vida moderno, que envolve maus hábitos alimentares, sedentarismo obesidade e estresse. Muita gente nem sabe que tem a doença, até que ela provoque lesões nos órgãos vitais como o coração, os rins e no cérebro. (4)

A Hipertensão Arterial Sistêmica é um importante fator de risco para doenças decorrentes de aterosclerose e trombose, que se exteriorizam, predominantemente, por acometimento cardíaco, cerebral, renal e vascular periférico, sendo considerado um problema de saúde pública em âmbito mundial. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a pressão alta é uma das principais causas de infarto do miocárdio, insuficiência renal e AVC (Acidente Vascular Cerebral). (5)

Ela é responsável por 40% dos infartos, 80% dos derrames e 25% dos casos de insuficiência renal terminal. As graves consequências da pressão alta podem ser evitadas, desde que os hipertensos conheçam sua condição e mantenham-se em tratamento com adequado controle da pressão. (6)

Apresenta alta morbimortalidade, com perda importante da qualidade de vida, o que reforça a importância do diagnóstico precoce. (7) Em 2000, a prevalência da HAS na população mundial era de 25% e a estimativa para o ano de 2025 é de 29%. Estudos realizados no Brasil revelaram que a prevalência da hipertensão variou entre 22,3 e 43,9%, com média de 32,5% (8)

Na minha área de trabalho, apesar das várias divulgações sobre os fatores de risco da doença e suas complicações, as pessoas ainda apresentam sérias dificuldades na adesão ao tratamento e mudanças no estilo de vida, pelo que é importante elaborar estratégias de intervenção para acrescentar os conhecimentos dos indivíduos e profissionais envolvidos para prevenir a doença, atingir o controle dela e minimizar as complicações.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

Disminuir a incidencia de pacientes hipertensos descompensados e com complicações na comunidade Putim

Objetivos específicos:

Identificar os principais fatores de riscos para os pacientes hipertensos apresentar complicações.

Orientar aos pacientes, através de educação continuada e educação em saúde sobre os fatores de risco e complicações da Hipertensão Arterial Sistêmica.

Brindar aos pacientes maiores conhecimentos acerca das complicações da HAS.

Método

Local de Estudo:

O Projeto de Intervenção será desenvolvido no território de abrangência da Unidade Básica de Saúde (UBS) Putim, situada na zona sur no município de São Jose Dos Campos, Estado de São Paulo. Município com muito desenvolvimento econômico, embora esta região tenha a maior parte da população com muita pobreza.

Público-alvo/Participantes:

A população da minha área de abrangência é constituída por de 3240 pessoas, estão cadastrados no SUS com Hipertensão Arterial Sistêmica 923 pacientes, que serão ao princípio os sujeitos da intervenção, com disseminação da informação para a população local. A equipe envolvida será composta por Médico, Enfermeira, Auxiliares de Enfermagem, Agentes Comunitários de Saúde, Psicóloga, Gerencia da UBS e Autoridades Locais.

Estratégia e ações

- ♦ Garantir que à equipe de saúde tenha conhecimentos precisos para poder brindar o atendimento que requerem estes pacientes com hipertensão. (Fazendo capacitação periódica da equipe e discussão de casos clínicos na reunião da equipe).
- ♦ Ajudar a modificar estilos de vidas, elevando o nível de conhecimento e responsabilidade dos pacientes com sua saúde. (Incorporando a maioria deles a os grupos de hipertensão, desenvolvendo atividades educativas para aprender a manter controlada sua doença).
- ♦ Aumentar o nível de capacitação dos pacientes sobre Hipertensão Arterial e seus riscos, através de palestras e outras estratégias educativas.

Conteúdo das palestras: Efeitos negativos do má alimentação, consequências do sedentarismo, tabagismo e obesidade na hipertensão, venefícios da pratica de exercícios físicos na doença.

- ♦ Incrementar as atividades com os pacientes hipertensos para prevenir as complicações por exemplo criando grupos de hipertensos, organizar atividades esportivas e culturais com eles.
- ♦ Planejar as consultas, visitas domiciliares, atividades de grupo e o resto da estrutura dos serviços para brindar uma atenção à os pacientes hipertensos com a qualidade requerida. (Uma vez cadastrados todos os pacientes com hipertensão se faze um planejamento geral das visitas que concorde com o protocolo da doença, se estabelece prioridade à os casos mais complexos definindo em estes lá frequência de atendimento que precisa).

Avaliação e monitoramento

- ♦ Monitorar mensalmente os conhecimentos de HAS pela Equipe, através de discussões nas reuniões de equipe.
- ♦ Avaliar o cuidado em saúde e a modificação de hábitos e estilos de vida, através de

- ♦ consultas, visitas domiciliares e atividades de grupo.
- ♦ Supervisionar o nível de informações relacionadas com a HAS nos pacientes e grupos de hipertensos.
- ♦ Conhecer o nível de satisfação dos pacientes hipertensos fazendo inquéritos sobre a qualidade do atendimento pela equipe de saúde.

Resultados Esperados

As ações de promoção e prevenção são mais eficazes quando é feita na comunidade e em grupos pequenos, onde as pessoas se conhecem e até possam ser parentes. É bom utilizar a experiência narrada por pacientes que já sofreram complicações da doença, isto permite que a informação tenha mais credibilidade e os participantes percebam o risco. O paciente pode relatar o motivo que levou as complicações, condição atual de saúde e as dicas mais importantes para evitar a doença e suas complicações. Criar um ambiente de troca de experiências entre pessoas sãs, em risco e doentes. No espaço é útil também para diagnosticar novos casos, compartilhar pratos com alimentação saudável, feitos pelos participantes e aprofundar na mudança no estilo de vida. A atividade tem que ser sistemática e para manter o interesse das pessoas eu acho que temos que planejar ações diferentes, por exemplo, um dia propor uma caminhada com a integração da equipe, outro para realizar uma atividade cultural que diminua o estresse.

Com a implantação do Projeto de Intervenção espera-se melhorar o conhecimento da equipe e dos pacientes em relação a HAS, assim como diminuir os fatores de risco e as complicações. Pretende-se também transmitir essas mudanças a população geral, com isto diminuir a incidência da doença e melhorar a qualidade de vida da população.

Referências

1-PASSOS, V.M.A.; ASSIS, T.D.; BARRETO, S.M. Hipertensão arterial no Brasil: estimativa de prevalência a partir de estudos de base populacional. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**. 2006; 15 (1): 35-45.

2-SEBBADA, W. Hipertensão: Sintomas, tratamento e causas.
(<http://www.minhavidacom.br/saude/temas/hipertensao>).

3-ROSÁRIO, TM. et al. Prevalência, controle e tratamento da hipertensão arterial sistêmica em Nobres, MT. **Arq Bras Cardiol**. 2009; 93(6): 672-8.

4-TALAEI M. et al. Incident hypertension and its predictors: the Isfahan Cohort Study. **J Hypertension**. 2014; 32(1): 30-8.

5-WESCHESFELDER MAGRINI, D.; GUE MARTINI, J. Hipertensão Arterial. Principais fatores de riscos modificáveis na estratégia Saúde de Família. **Enferm. glob**. 2012; 11(26): 254-363.

6-EGAN, B.M. Prediction of incident hypertension. Health implications of data mining in the 'Big Data' era. **J Hypertens**. 2013; 31(11): 2123-4.

7-REINERS, A.A.O. et al. Adesão ao tratamento de hipertensos da Atenção Básica. **Cienc Cuidado Saúde**. 2012; 11(3): 581-7.

8- CARRETERO, O.A.; OPARIL, S. Essential hypertension. Part I: definition and etiology. **Circulation**. 2000; 101 (3): 329-35.