



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YOLAINE TOLEDO MOREJON

BENEFÍCIOS DA PREVENÇÃO E CONTROLE DOS FATORES DE RISCO DA
HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA UBS PARQUE SÃO RAFAEL DRA. ORA
ROSEN, SÃO PAULO.

SÃO PAULO
2018

YOLAINE TOLEDO MOREJON

BENEFÍCIOS DA PREVENÇÃO E CONTROLE DOS FATORES DE RISCO DA
HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA UBS PARQUE SÃO RAFAEL DRA. ORA
ROSEN, SÃO PAULO.

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: DÉBORA DUPAS GONÇALVES DO NASCIMENTO

SÃO PAULO
2018

Resumo

A Hipertensão Arterial é e continuará sendo uma doença crônica com alta prevalência e impacto social negativo. A identificação precoce dos pacientes hipertensos e o tratamento eficaz são de grande importância clínica pela repercussão na família e na comunidade. Nosso propósito é diminuir os fatores de risco modificáveis e manter o controle daqueles não modificáveis por meio de ações de promoção e prevenção em saúde, para obter mudanças no estilo de vida dos pacientes e evitar assim as complicações da doença. Pretende-se utilizar uma série de atividades educativas sobre os aspectos relacionados a HAS, de forma a atingir a população da comunidade, uma vez que apresentam um baixo nível de escolaridade. Estas atividades serão cumpridas de acordo ao planejamento das ações desenvolvidas num espaço de tempo determinado, com a participação dos profissionais da UBS e envolvendo os pacientes idosos, a comunidade em geral, com consentimento da gerencia e apoio da secretaria de saúde e prefeitura municipal.

Palavra-chave

Hipertensão Arterial. Fatores de risco. Promoção da saúde

Introdução

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma condição clínica multifatorial caracterizada por níveis elevados da pressão arterial ($PA \geq 140/90$ mmHg) e segundo a OMS (2013), é uma enfermidade letal, silenciosa e invisível, que rara vez produz sintomas, sendo fundamental a sensibilização pública para a detecção precoce e para mudanças significativas no modo de vida.

As modificações econômicas e sociais, com predomínio da urbanização e o conhecimento da tecnologia, a industrialização e a globalização trazem consigo padrões de comportamento e condições de vida nocivas para a saúde como a alimentação a base de produtos industrializados, com excesso de sal e gorduras animais, o aumento da obesidade, as formas de vida e trabalho sedentários, as condições e insatisfações que geram estresse, assim como o aumento do tabagismo e o alcoolismo. Todos estes fatores influenciam na gênese desta enfermidade e podem ser evitados ou pelo menos controlados.

A participação ativa do indivíduo é a única solução eficaz, no controle da doença e na prevenção das complicações e é importante que haja vínculo suficiente entre médico e paciente. (BRASIL, 2003). Levando em consideração os aspectos elencados e tendo em conta a alta prevalência de pacientes idosos com Hipertensão Arterial na UBS Parque São Rafael Dra Ora Rosen, efetuaremos um plano para desenvolver ações educativas de promoção, em conjunto da equipe, pacientes hipertensos e população em geral, no intuito de acrescentar os conhecimentos sobre a doença, os fatores de risco que influenciam na mesma para seu controle e a melhora da atenção a saúde e qualidade de vida dos pacientes já diagnosticados, evitando assim as complicações e mortes.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

Implementar uma estratégia educativa para prevenção e controle dos fatores de risco da Hipertensão Arterial em idosos na UBS Parque São Rafael Dra Ora Rosen.

Objetivos Específicos:

- ♦ Determinar os fatores de risco da Hipertensão Arterial que mais incidem na população idosa.
- ♦ **Capacitar** aos profissionais de saúde da UBS sobre os fatores de risco da Hipertensão Arterial para oferecer uma informação adequada aos pacientes e familiares.
- ♦ Incrementar as atividades educativas aproveitando todos os espaços na UBS, visitas domiciliares, reuniões comunitárias e campanhas de saúde para promover estilos de vida saudáveis.
- ♦ **Minimizar** as complicações produzidas pelo descontrole da Hipertensão Arterial em pacientes idosos.

Método

Local: O plano de ação será desenvolvido na UBS Parque São Rafael Dra Ora Rosen, STS São Mateus, Município São Paulo, SP.

Público Alvo/participantes: A intervenção envolve os profissionais de saúde (médicos, enfermeiras, técnicos de enfermagem, auxiliares de enfermagem, farmacêutica, assistentes sociais) e pacientes idosos com Hipertensão Arterial cadastrados na UBS.

Será realizada uma intervenção educativa sobre os principais fatores de risco da Hipertensão Arterial em um período de 6 meses e serão utilizados tanto recursos humanos (clínico geral, enfermeiras, técnicos de enfermagem, auxiliares de enfermagem, assistentes sociais e farmacêutica), quanto recursos materiais (calculadora, balança, prontuários dos pacientes, esfigmomanômetro e estetoscópio, folhas brancas, canetas, cartolinas, impressora e TV com vídeo).

Participarão 200 pacientes idosos com HAS cadastrados no programa HIPER/DIA na UBS, com prévio consentimento da gestora para a realização desta intervenção, mediante a liberação do pessoal e local para efetuar as atividades.

Estratégias:

Serão identificados os fatores de risco da Hipertensão Arterial e complicações que mais estão afetando a população idosa através de avaliação em consulta individual, num período de 2 meses, a razão de 5 pacientes por dia efetuando uma entrevista individual, medida do peso, altura, Índice de Massa Corporal, PA e indicação de exames complementares.

Os profissionais da UBS serão capacitados sobre a HAS, fatores de risco e complicações para promover estilos de vida saudáveis e oferecer informação adequada aos pacientes e familiares, para o qual serão realizadas aulas na sala de reunião da UBS com frequência semanal no primeiro mês.

As atividades educativas de promoção de saúde abordarão a importância de evitar e controlar os fatores de risco modificáveis da HAS para evitar complicações com palestras em grupos semanais, palestras nas igrejas cada 2 meses, campanhas de saúde, reuniões comunitárias trimestrais, visitas domiciliares semanais, consultas individuais todos os dias e vídeos com debates uma vez ao mês.

Os pacientes serão convidados a participar de grupos de obesidade, tabagismo, saúde mental e vida saudável, conforme os resultados na avaliação inicial e o acompanhamento adequado dos pacientes hipertensos será garantido conforme os protocolos vigentes, a fim de controlar a doença e evitar as complicações da mesma.

Avaliação e monitoramento:

Será avaliado o número de profissionais e pacientes participantes nas atividades e reuniões, mediante a análise da compreensão das palestras efetuadas em grupos e consultas, assim como o controle do número de pacientes que tem modificado o fator de risco e tenham controlado a doença ao finalizar a intervenção, para evitar assim as complicações. Esta mensuração ocorrerá mediante exames e avaliações periódicas, registradas em prontuário.

Será considerado como resultado bom o controle de 50% dos pacientes e regular abaixo de 40%.

Resultados Esperados

Com a implantação do projeto de intervenção e as ações propostas, esperamos acrescentar novos conhecimentos sobre a hipertensão arterial aos profissionais da saúde e aos pacientes idosos, assim como conscientizar sobre a importância da prevenção e controle dos fatores de risco da doença. Almeja-se promover estilos de vida saudáveis, garantindo o acompanhamento adequado dos pacientes hipertensos para que os pacientes tenham sua doença controlada ao finalizar a intervenção, evitando assim as complicações e hospitalizações, aspectos que repercutem em maior custo para família, sociedade e serviços de saúde.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica, BRASÍLIA: Ministério da Saúde, 2013.(Cadernos de Atenção Básica, n.37.19 p).

BRASIL, Ministério da Saúde, Saúde da Família. Princípios básicos, Brasília(DF); 2003.

BRASIL, Ministério da Saúde, Plano de reorganização da atenção a hipertensão arterial e ao diabetes mellitus. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.

BRASIL, Secretaria da Saúde, 7.Hipertensão Arterial, Situação epidemiológica,CIDS-53. Disponível em www.saude.pr.gov/arquivos/File/vig_epidemiolog/DVDNT/DANTS/PARTE7 Arquivo PDF. Acesso em fevereiro,2018

OMS.Informação geral sobre a hipertensão no mundo, Uma enfermidade que mata em silêncio, uma crise da saúde pública mundial, 2013, 5 p. Disponível em www.who.int/cardiovascular-diseases/publication/global-brief-hypertension/es/. Acesso em: oct, 2017.

SOCIEDAD BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, SOCIEDAD BRASILEIRA DE NEFROLOGIA, VII Directriz Brasileira de HPA 2016. Disponível em publicações.cardiol.br/2014/directrizes/2016/05_HIPERTENSAO_ARTERIAL.pdf. Acesso em: oct, 2017.