



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ISNELDA PEÑA SANTANA

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA DIMINUIR A HIPERTENSÃO ARTERIAL EM UMA
UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE ARAÇATUBA/S.P

SÃO PAULO
2018

ISNELDA PEÑA SANTANA

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA DIMINUIR A HIPERTENSÃO ARTERIAL EM UMA
UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE ARAÇATUBA/S.P

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: VINÍCIO FELIPE BRASIL ROCHA

SÃO PAULO
2018

Resumo

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença determinada por elevados níveis de pressão sanguínea nas artérias, maior de 140 mm/hg para a sistólica e 90 para a diastólica, o diagnóstico é sempre validado por medidas repetidas, em condições ideais, em, pelo menos, três ocasiões. É uma doença crônica não transmissível com alto índice de agravos para a saúde, fruto de complicações que surgem em seu curso, como a cardiopatia isquêmica, acidente vascular encefálico, insuficiência renal crônica, entre outras. O controle dos fatores de risco, além de tratamento correto são as medidas adequadas para evitar futuras complicações. Pela alta incidência de hipertensão arterial na Unidade Básica de Saúde (UBS) Dona Amélia, no município de Araçatuba, SP, no ano 2017, decidiu-se por propor o presente projeto de intervenção educativo, com a finalidade de reduzir as complicações da hipertensão arterial, proporcionando ações de cuidado em saúde direcionadas a elevar os níveis de conhecimento sobre o controle e consequências dessa doença. Para atingir estes objetivos propõem-se a instituição de grupos educativos e rodas de conversa sobre (controle de fatores de risco, tratamento não farmacológico, prevenção da doença e suas consequências, além de capacitação dos agentes comunitários de saúde para apoiar o trabalho, servindo como ferramenta de comunicação e prevenção de doenças e agravos à saúde. Com este projeto educativo espera-se elevar o nível de conhecimento dos pacientes sobre a prevenção, risco e consequências da hipertensão arterial, com finalidade de reduzir suas complicações e consequentemente a mortalidade e comorbilidade de condições preveníveis.

Palavra-chave

Hipertensão. Educação em Saúde. Promoção da Saúde

Introdução

A hipertensão arterial sistêmica é a mais comum das doenças crônicas não transmissíveis e um dos fatores de risco, mas conhecidos de doença cardiovascular no mundo inteiro, tem relação direta com mais de 50% das mortes por doenças cardiovasculares, devido à propagação de fatores de riscos associados, à globalização e à urbanização (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010; MANO & PIERIN, 2015).

No mundo, são 600 milhões de hipertensos segundo a Organização Mundial de Saúde. No Brasil, a Sociedade Brasileira de Hipertensão estima que haja 30 milhões de hipertensos, cerca de 30 % da população adulta, a meta para os próximos 10 anos è reduzir o impacto das doenças crônicas não transmissíveis a menos 10% das estatísticas atuais segundo a Sociedade Brasileira de Hipertensão (ABCMED,2009).

Esta doença tem sua etiopatogenia em um processo multifatorial que pode ser modificado e corrigido de forma positiva, atuando sobre os fatores de risco como o tabagismo, sedentarismo, obesidade, sobrepeso, uso excessivo de álcool e dislipidemias. isto significa afirmar que a prevenção mediante a educação e modificação de estilos de vida pode melhorar a qualidade de vida diminuindo os riscos de eventos cardiovasculares com desfecho negativo. O desafio é enorme, mas sabe-se que as modificações de estilo de vida estão comprovadas como eficazes e devem ser estimuladas na população (HALL & GAITON, 2011, MINAS GERAIS, 2013).

Não diferente deste cenário mundial e brasileiro, na Unidade Básica de Saúde (UBS) Dona Amélia, no município de Araçatuba, SP, constata-se também uma alta prevalência de hipertensão arterial, neste sentido, decidiu-se por propor o presente projeto de intervenção educativo, com a finalidade de reduzir as complicações da hipertensão arterial, proporcionando ações de cuidado em saúde direcionadas a elevar os níveis de conhecimento sobre o controle e consequências dessa doença.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral

Propor ações de cuidado em saúde direcionadas aos pacientes hipertensos atendidos em uma Unidade Básica de Saúde do município de Araçatuba, São Paulo.

Objetivos Específicos

- Realizar atividades educativas junto aos usuários hipertensos para favorecer a autonomia e o autocuidado destes.

-Reduzir complicações da Hipertensão Arterial e consequente aumento da mortalidade e morbidade de condições preveníveis.

-Intervir de modo direto e de forma apropriada nos fatores de risco da doença e suas complicações.

Método

Cenário da intervenção

O projeto será desenvolvido na UBS Dona Amélia, município de Araçatuba com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos pacientes hipertensos pertencentes à equipe desta área de abrangência

Sujeitos envolvidos na intervenção

Os pacientes que participarão da intervenção são os hipertensos cadastrados na área de abrangência da equipe um da UBS Dona Amélia, município de Araçatuba/SP.

As informações serão coletadas de fontes como: registros escritos dos prontuários de atendimentos, além de entrevistas com os pacientes que participarão da ação educativa. Para alcançar os objetivos propostos inicialmente procedeu-se a uma pesquisa bibliográfica online através do acesso a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), onde procurou-se atualizar o conhecimento sobre a hipertensão arterial, com base nas atuais evidências disponíveis.

O universo do estudo são os pacientes maiores de 18 anos, com diagnóstico de hipertensão arterial e com algum risco associado, atendidos na UBS Dona Amélia. Serão acompanhados todos aqueles pacientes que concordarem em participar da intervenção, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão.

Critérios de inclusão: Pacientes maiores de 18 anos e com algum fator de risco associados e que se dispuser a participar do projeto, mediante assinatura de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Critérios de exclusão: Pacientes que se recusarem a participar do estudo, aqueles que não sejam cadastrados na UBS Dona Amélia ou que possuam comprometimento intelectual ou motor severo e que deste modo não possam participar das atividades educativas realizadas na UBS.

Participarão do projeto os membros da equipe de saúde da família e da equipe multidisciplinar como nutricionista, psicólogo, enfermagem, agentes comunitários e alguns membros dos conselhos de saúde da unidade.

Estratégias e ações

As ações educativas serão desenvolvidas na sala de reuniões da UBS durante três meses, a partir de encontros semanais com uma duração de 1 hora, os temas serão diferenciados por semanas, de acordo com a revisão de literatura baseada em evidências sobre o tema e demandas advindas do grupo de participantes.

Procurar-se-á fazer uso de técnicas participativas, respondendo dúvidas e esclarecendo sobre os efeitos prejudiciais da doença e suas complicações, exemplificando mecanismos para evitar as consequências futuras e apresentando os benefícios de uma vida mais saudável.

Com a participação ativa de todos os membros da equipe desde os agentes comunitários até o médico de família, pretende-se estreitar o vínculo com os pacientes e familiares contribuindo para a construção coletiva de conhecimentos que impliquem em fortalecimento dos fatores de proteção e mudanças de estilo de vida, apoiadas pela equipe de saúde.

As seguintes ações farão parte da proposição da intervenção educativa:

- ♦ Promoção de consulta médica preventiva para indivíduos com antecedentes genéticos de doença e fatores de risco, com periodicidade bianual.
- ♦ Implantação de um sistema de treinamento, aperfeiçoamento e atualização dos membros da equipe de saúde sobre a hipertensão arterial.
- ♦ Oficinas para trabalhar o uso racional de medicamentos de hipertensão arterial.
- ♦ Promover estudos epidemiológicos locais que permitam atualizar o comportamento da doença no território, assim como mapear a prevalência de comorbidades das doenças cardiovasculares.
- ♦ Implantação de condutas sobre alimentação saudável e atividade física efetiva.
- ♦ Aprimorar o programa de caminhada, grupos operativos contra tabagismo, etilismo e outras drogas.
- ♦ Prevenção e controle de outras doenças crônicas concomitantes.

Avaliação e Monitoramento

Durante a execução do projeto e ao seu término serão realizados monitoramentos para aferir se foram alcançados os objetivos propostos. Tal mensuração será feita por meio de entrevistas aos pacientes onde se verificará o grau de compreensão e aplicação dos conhecimentos sobre hipertensão arterial e a prevenção de suas complicações.

Resultados Esperados

Com este projeto espera-se ampliar o nível de informação da população, contribuindo para diminuir os fatores de risco, modificando estilos de vida. Além de elevar o nível de conhecimentos sobre hipertensão arterial. Também espera-se diminuir a incidência das complicações desta patologia, e a partir das dificuldades encontradas, definir novos programas de prevenção para a doença no município de Araçatuba.

Referências

ABCMED. BRASIL. ABCMED; 2009 . Disponível em:

<http://app.centralx.com/abcmед/#reader&id=u&q=22140&q=Hipertens%C3%A3o%20arterial%20no%20brasil&k=Abc.med>. Acessado em: 04 de fevereiro 2018]

HALL, Jonh E; GAYTON, Artur C. Tratado de Fisiologia Medica.12 edição, Rio de Janeiro:Elsevier;2011

MANO, G. M. P.; PIERIN, A. M. G. Avaliação de pacientes hipertensos acompanhados pelo Programa Saúde da Família em um Centro de Saúde Escola. Acta Paulista Enfermagem. São Paulo, v.18, n.3, jul./set. 2005.

MINAS GERAIS. Secretaria de Estado de Saúde. Atenção à saúde do adulto - Conteúdo técnico da linha-guia de hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus e doença renal crônica. 3 ed. Belo Horizonte, 2013.Disponível em http://canalminassaude.com.br/2013/hipertensao2013/guia_tecnico.pdf>. Acesso em: 04 de fevereiro 2018.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA / SOCIEDADE BRASILEIRA DE HIPERTENSAO / SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA . VI DIRETRIZES BRASILENAS DE HIPERTENSAO. Arquivos Brasileiros de Cardiologia Rio de Janeiro, v. 95, n. 1, p. 1-51, 2010.

Suplemento.Disponívelem:<

http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2010/Diretriz_hipertensao_ERRATA.pdf>. Acesso em 04 de fevereiro de 2018.