



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

EVELIA CORREA VARONA

PREVENÇÃO DOS RISCOS DE COMPLICAÇÕES DA HIPERTENSÃO EM USUÁRIOS
DE UM GRUPO HIPERDIA

SÃO PAULO
2018

EVELIA CORREA VARONA

PREVENÇÃO DOS RISCOS DE COMPLICAÇÕES DA HIPERTENSÃO EM USUÁRIOS
DE UM GRUPO HIPERDIA

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: SIMONE ALVES COTRIN MOREIRA

SÃO PAULO
2018

Introdução

De acordo com o Ministério da Saúde Pública de Havana (2008), a hipertensão arterial é uma doença crônico-degenerativa, a mais comum das condições que afetam a saúde de indivíduos adultos em populações em todas as partes do mundo, sendo dentre as doenças crônicas a que ocorre com maior frequência.

A Organização Mundial da Saúde (2013) estima que cerca de 600 milhões de pessoas tenham hipertensão arterial sistêmica (HAS), e que ocorram 7 milhões de mortes por ano em decorrência desta doença. Estudos indicam crescimento global de 60% dos casos da doença até o ano de 2025. Segundo Ribeiro (2007), a hipertensão arterial acarreta aumento dos custos financeiros do sistema de saúde e tem afetado a economia global.

O aumento da incidência da hipertensão é atribuído ao aumento e envelhecimento da população, além dos fatores de risco tais como consumo de tabaco, dieta pouco saudável, o uso nocivo do álcool, inatividade física, a obesidade, a exposição prolongada ao stress, entre outros. Estes fatores podem causar enfarte do miocárdio, insuficiência renal e acidentes cerebrovasculares. (WHO, 2013)

Os pesquisadores dos Estados-Membros da OMS estimam que a hipertensão é a causa pela qual nove milhões de pessoas morrem anualmente. No entanto, este risco pode ser minimizado, pois a hipertensão pode ser prevenida. A prevenção é muito menos dispendiosa e muito mais segura para os pacientes assim como para o sistema de saúde, quando comparados à cirurgia de revascularização do miocárdio ou diálise, que podem ser por vezes necessários, quando a hipertensão não é diagnosticada e não tratada. (WHO, 2013).

Os esforços globais para enfrentar o desafio colocado por doenças não transmissíveis ganharam impulso a partir da Declaração Política da Organização das Nações Unidas para a Prevenção e Controle de Doenças Não Transmissíveis, 2011. A Organização Mundial de Saúde está preparando um plano de Ação global 2013-2020, a fim de definir um roteiro para ações lideradas por países na prevenção e controle de doenças não transmissíveis. Se não forem tomadas medidas adequadas, acredita-se que as mortes por doença cardiovascular vão continuar aumentando. (MALTA, 2017)

A prevenção desta doença é a medida mais importante, universal e menos onerosa para a saúde. Melhorar a prevenção e o controle da pressão arterial é um desafio e deve ser uma prioridade das instituições de saúde, população e governos que atividades educativas individuais e coletivas que permitem que os pacientes e as famílias sejam informados, motivados, conheçam e tenham acesso a ferramentas para desenvolver habilidades para a sua auto-gerenciamento, com um processo contínuo, conhecimento e controle importante tratamento. (DIAZ, 2005)

Dada a elevada prevalência de hipertensão, o impacto da mesma, vários estudos que têm sido realizados sobre ela e que ainda se mostram insuficientes, pois a HAS continua a ser um grave problema de saúde. (SANTO, 2011)

No Brasil, são poucas as pesquisas de base populacional referentes à prevalência da HAS. Os estudos na maioria das vezes possuem comparabilidade limitada, em função da abrangência

local ou regional e de diferenças nas questões e nos métodos . Inquéritos domiciliares em municípios brasileiros estimam prevalências que variam de 15% a 40% na população urbana adulta brasileira , dependendo da metodologia e abrangência do estudo . Dados da Pesquisa Nacional de Saúde em 2013 , utilizando informações autoreferidas , estimam uma prevalência de hipertensão de 21,4% para todo o país .(MALTA,2017)

Na USF Parque Brasil, observa-se que um dos maiores problemas de saúde é a alta prevalência e incidência de pacientes hipertensos, de difícil controle, com pouco ou nenhum conhecimento de sua doença e autocuidado. Vários foram diagnosticados em visitas domiciliares e outros durante o atendimento de rotina hipertensiva ou complicações de crise. Percebe-se que a população demonstra ignorar os riscos e consequências que falta de adesão ao tratamento e autocuidado podem acarretar para a sua qualidade de vida. Diante deste cenário, acredita-se que este projeto poderá contribuir para diminuir ou prevenir as complicações causadas pela HAS e elevar a qualidade de vida dos hipertensos da área.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral

Desenvolver novas estratégias de intervenção destinadas à prevenção de complicações e controle de H. A. S.

Objetivos Específicos

1-Characterizar o perfil sociodemográfico da população hipertensa da U.B.S. Parque Brasil.

2-Identificar fatores de risco e complicações mais frequentes na H.A.S.

3-Realizar grupos educativos e de apoio voltados ao controle e prevenção de complicações da H.A.S.

Método

METODO

-Local : U.B.S Parque Brasil do Município Jacarei, SP

-Público-alvo: usuários hipertensos maiores de 18 anos de ambos sexos e familiares que aceitem participar do projeto.

- Participantes: toda a equipe de saúde: enfermeira, auxiliares de enfermagem, psicólogo, ACS, nutricionista, professor de educação física

Ações:

1 - Realizar reunião informativa, educativa e organizativa com a equipe de saúde para atualização e sensibilização sobre o tema de Hipertensão Arterial Sistêmica.

2 - Conhecer as necessidades básicas da população hipertensa daquele território.

3 - Definir junto com a equipe as ações educativas individuais e coletivas a serem incorporadas a prática cotidiana e conhecer as necessidades básicas da população hipertensa.

4 - Realizar oficinas em conjunto para orientar e sensibilizar o público sobre a doença, a importância da realização do tratamento, sobre as mudanças necessárias nos hábitos e estilo de vida para ter qualidade de vida, reduzindo a incidência e a prevalência de consultas;

5 - Proporcionar avaliação nutricional e aferição da pressão arterial, antes e depois da execução do projeto;

As oficinas serão realizadas mensalmente para todos os pacientes e abordará os seguintes temas:

-Hipertensão arterial: conceito, sintomas.

-Obesidade

- Complicações cardiovasculares e renais, importância do tratamento.

-Benefícios da atividade física.

-Alcoolismo e tabagismo.

Materiais: Para desenvolver nossas ações e atividades utilizaremos um computador, datashow, rodas de conversa, sala dos ACS, instalações esportivas e espaços abertos inseridos na comunidade.

Realizaremos monitoramento mensal nas reuniões com a equipe de saúde para conhecer o progresso de cada paciente, modificação do estilo de vida, controle da PA, caso não tenha tido complicações e discutiremos os resultados das visitas e atividades programadas

em reunião de equipe e reunião do grupo Hiperdia.

Os dados obtidos serão avaliados e processados por meio de tabelas simples e serão encaminhado ao setor competente para posteriormente serem analisados e repensadas nas ações estratégicas, se necessário.

Resultados Esperados

Neste projeto espera -se realizar intervenções educativas planejadas para pacientes e familiares. Espera-se ainda possibilitar o aumento do conhecimento a respeito da doença, que os mesmos estejam sensibilizados e motivados para alcançar o controle da hipertensão e evitar complicações, melhorar a qualidade de vida, adotar hábitos alimentares saudáveis, prática de atividade física e assim , reduzir a incidência e prevalência da Hipertensão Arterial .

Referências

DIAZ, J. O. Temas de Medicina Interna en su cuarta edición. **Educ Med Super**, Ciudad de la Habana , v. 19, n. 2, p. 1, jun. 2005 .

MALTA, D. C. et al . Prevalência e fatores associados com hipertensão arterial autorreferida em adultos brasileiros. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 51, supl. 1, 11s, 2017 .

MALTA, D. C.; SZWARCOWALD, Célia Landmann. Pesquisas de base populacional e o monitoramento das doenças crônicas não transmissíveis. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 51, supl. 1, 2s, 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE PÚBLICA. Comissão Técnica Consultiva Nacional do Programa de Hipertensão Arterial. Hipertensão arterial. Guia para prevenção, diagnóstico e tratamento. Havana: Editorial Medical Sciences; 2008.

RIBEIRO, A.B., PLAVNIK, F. L., Atualização em hipertensão arterial: clínica, diagnóstica e terapêutica. 2.ed. São Paulo: Atheneu; 2007.

SANTO, H. B. Hipertensão levando à doença cerebrovascular devido ao não cumprimento do plano de medicação. MEDISAN, 15(2):204 Santiago de Cuba, Cuba, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Plano global para a prevenção ao controle de doenças não transmissíveis 2013-2020, Genebra, 2013. Disponível em http://www.who.int/nmh/events/ncd_action_plan/en/. Acesso em 23 ago. 2018,