



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YOLDAYNYS REYES CARDENAS

PROMOÇÃO E PREVENÇÃO PARA DISMINUIR A ALTA INCIDENCIA E  
PREVALENCIA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL NA POPULAÇÃO DO MUNICIPIO  
NOVA ODESSA

SÃO PAULO  
2018

YOLDAYNYS REYES CARDENAS

PROMOÇÃO E PREVENÇÃO PARA DISMINUIR A ALTA INCIDENCIA E  
PREVALENCIA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL NA POPULAÇÃO DO MUNICIPIO  
NOVA ODESSA

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: MARIANA CRISTINA LOBATO DOS SANTOS

SÃO PAULO  
2018

## Introdução

A hipertensão arterial é uma doença crônica multifatorial caracterizada por níveis elevados de pressão arterial, com valor maior ou igual a 140 x 90 mmHg. Associada frequentemente a fatores de risco, secundária a outras doenças funcionais, metabólicas ou estruturais dos órgãos-alvo (coração, cérebro, rins, vasos sanguíneos) aumentando o risco de complicações e com a mortalidade (BRASIL, 2013).

A hipertensão arterial em meu município constitui um dos principais problemas de saúde com uma elevada incidência e prevalência gerando muitas complicações e a morte. Cerca de 70% da população tem hipertensão e muitos não conhecem o diagnóstico e chegam à UBS com cefaleia, tonturas, enjoo, pressão arterial elevada, a grande maioria com fatores de risco evidentes como obesidade ou sobrepeso, sedentarismo, idade aumentando em temprana idade maior de 18, fatores hereditários e dieta inadequada.

Por isso é importante o tema de promoção e prevenção da saúde na prevenção da hipertensão arterial montando estratégias para diminuir o problema de desconhecimento da população, diminuindo a incidência e prevalência de pacientes hipertensos do município Nova Odessa.

Considerando que a maioria da população é atendida no SUS, podemos mediante estratégias lograr diminuir a incidência e prevalência de pacientes com essa doença e suas complicações mediante o Programa de Saúde da Família onde se prepara tudo um equipe para realizar esta função de acompanhamento assim aumentando a prevenção o diagnóstico e tratamento. (MACHADO, KAYANUMA, 2010)

Este estudo é muito importante já que a hipertensão arterial é uma das doenças causantes de mortalidade no país e em o município Nova Odessa, logrando estratégias para prevenir, diagnosticar a tempo e colocar tratamento oportuno estamos diminuindo muitas complicações causantes de morte na população. Com objetivos destinados a contribuição na prevenção de pacientes hipertensos para diminuir complicações, orientar a nossa equipe de saúde como fazer prevenção e promoção de forma educativa desde seu local de serviço, organizar um equipe encarregado de acompanhar a pacientes com fator de risco de forma educativa, o mais importante a família tem que conhecer a doença para ajudar a eliminar fatores de risco e prevenir complicações.

A principal importância está em conscientizar e falar muito com o paciente sobre uma mudança do estilo de vida assim diminuimos vários fatores de risco e contamos com a redução da pressão arterial modificando o peso corporal com um IMC de 18,5 a 24,9, dieta rica em frutas, vegetais, laticínios de baixa gorduras saturadas e totais, redução de sódio, atividade física com caminhadas 30 min x dia ou 5 dias da semana, e consumo moderado de álcool. (Secretaria de Estado de São Paulo, 2011)

A metodologia melhor usada é a investigação já que este tema é muito estudado com diferentes pontos de vista onde me podem ajudar a encontrar estratégias para desenvolver em o município Nova Odessa. (BRASIL, 2013)

Paciente por encima de 18 anos se recomenda o rastreamento de hipertensão arterial com grau A para de esta forma evitar a aparição de complicações como Insuficiencia renal ,AVC,Ataques cardiacos e a morte .Se faze cada 2 anos <120/80 mmhg e anual a pacientes 120-139 e 80-90 mmhg .se realiza de forma ambulatoria com esfigmomanometro teniendo em conta que a pressao arterial >140-90 mmhg se considera hipertensao em pacientes adultos com duas o mais aferiçoes

Para determinar o tratamento nao e so com as aferiçoes tem que fazer uma avaliacao de forma global do risco cardiovascular para determinar este (BRASIL-DF,2010)

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### Objetivo general

Contribuir na prevenção hipertensão para diminuir a incidência de complicações associadas em município Nova Odessa .

### Objetivos específicos

-Orientar o equipe de saúde sobre como fazer prevenção e promoção de saúde com foco na hipertensão arterial desde seu local de serviço .

-No equipe planejar uma estratégia permanente para trabalhar com este grupo na forma educativa .

-Organizar um grupo para pacientes com fatores de risco na população .

-Alimentar o conhecimento a pacientes hipertensos da doença e suas complicações .

-Apoio aos familiares e conhecimento no manejo da doença .

## **Método**

### Local da intervenção

O local onde será desenvolvido o projeto de intervenção é na UBS 3 do município Nova Odessa em sua área de atuação.

### Sujeitos da Intervenção

O projeto de intervenção se trata de trabalhar com todos os pacientes já com hipertensão arterial existentes na UBS e pacientes com fatores de risco para desenvolver a doença em pesquisa no município de Nova Odessa.

### Ações De Intervenção

Consta de quatro etapas

**Etapa 1:** busca e pesquisa de pacientes já com hipertensão arterial e fatores de risco para a doença. Essa busca será mediante os cadastros já efetuados e a pesquisa será com o trabalho da equipe realizadas nos diferentes serviços de acesso do paciente na unidade de saúde durante as consultas, visitas domiciliares programadas e grupos de educação em saúde.

**Etapa 2:** Todos os pacientes envolvidos no projeto junto com a equipe serão reunidos na UBS, para uma apresentação do projeto e importância deste. Esses pacientes serão convocados por o trabalho da equipe e os ACS

### Etapa 3

Consiste no agendamento de consultas individuais e por categoria como pacientes hipertensos, fatores de risco, em control descobertos na pesquisa com o objetivo de aumentar seus conhecimentos sobre a doença, uso do tratamento e diminuir os fatores de risco para não levar a descompensação e aparição de complicações

### Etapa 4

Estos pacientes serão divididos em diferentes grupos de educação e saúde atendidos mensais discutindo em cada encontro temas sobre a doença, como fazer o tratamento adequado, eliminar a aparição de fatores de risco para evitar as complicações desta e mais com a participação de toda a equipe de trabalho

### Avaliação e monitoramento

Mediante um trabalho interativo e de grupo os pacientes terão a oportunidade de falar suas experiências no grupo, se o projeto foi importante para eles, para desta forma ter uma avaliação sobre a consistência do projeto pela equipe.

Com o critério dos pacientes no grupo e as diferentes pesquisas pelos ACS e nos serviços da UBS tanto negativo quanto positivo e a evolução satisfatória da doença, a equipe se reúne para avaliar o projeto ou fazer mudanças no mesmo.



## **Resultados Esperados**

Atraves das ações deste projeto buscaremos captar a todos os pacientes do territorio em atuação com hipertensao arteriar e com fatores de riscos que ainda nao tem a doença aumentando o numero de pacientes a asistiento a consultas e acompanhamento e ao grupo de educação em saude,para de esta forma evitar complicações, incapacidade e a morte ,com o apoio da familia para um melhor control com o trabalho de toda a equipe da UBS3 Nova Odessa.



## **Referências**

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Ministério da Saúde, 2013(Hipertensao arterial sistemica .Brasil:Ministerio de Saude,2013.caderno de atencao basica n.37

Machado CA, Kayanuma E. Estratégias para implementar medidas de prevenção primária da hipertensão. Revista Brasileira Hipertensão. 2010. 17(2):111-116.

Secretaria de Estado de Sao Paulo. Hipertensao Arterial Sistemica (HAS),Manual de Orientação Clinica ,2011

Ministerio de Saude,Hipertensao Arterial Sistemica Rastreamento,Cuaderno de Atencao Basica Rastreamento n.29 ,Brasil -DF,2010