



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YAINET LA ROSA BERMUDEZ

PREVENÇÃO DE COMPLICAÇÕES SISTÊMICAS DEVIDO A HIPERTENSÃO
ARTERIAL PROMOVEDO ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS NA POPULAÇÃO
HIPERTENSA DA UBS ALTO DA PONTE - SÃO JOSÉ DOS CAMPOS-SP.

SÃO PAULO
2019

YAINET LA ROSA BERMUDEZ

PREVENÇÃO DE COMPLICAÇÕES SISTÊMICAS DEVIDO A HIPERTENSÃO
ARTERIAL PROMOVENDO ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS NA POPULAÇÃO
HIPERTENSA DA UBS ALTO DA PONTE - SÃO JOSÉ DOS CAMPOS-SP.

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: DIEGO GARCIA DINIZ

SÃO PAULO
2019

Resumo

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença de alta prevalência e baixas taxas de controle. Frequentemente está associada a alterações funcionais e/ou estruturais de órgãos-alvo: coração, rins, encéfalo e vasos sanguíneos, e a alterações metabólicas com consequente aumento do risco de eventos cardiovasculares. Na unidade de saúde onde atuo temos detectado que muitos pacientes hipertensos apresentam estilos de vida não saudáveis que se comportam como fatores de risco importantes para o desenvolvimento das complicações desta doença. Assim, decidimos trabalhar estes aspectos no projeto de intervenção propondo um plano multiprofissional de educação em saúde às pessoas com HAS da comunidade, realizando atividades de educação em saúde a fim de promover a prevenção. Primeiramente serão estimulados todos os profissionais da equipe de saúde para participar do projeto; serão desenvolvidas um número de ações, incluindo: capacitação dos profissionais da UBS sobre o tema; classificação da população com HAS em grupos de risco para realizar um trabalho organizado encaminhado ao cuidado individual de cada paciente e assim atingir os objetivos do projeto. Esperamos com a aplicação do projeto melhorar o controle da HAS no território, diminuir o número de pacientes com sequelas devido a complicações cardiovasculares, renais, vasculares e encefálicas e também a reduzir morbimortalidade por complicações da HAS. Além disso, espera-se promover a conscientização da importância desses pacientes adotarem um estilo de vida saudável.

Palavra-chave

Hipertensão Arterial Sistêmica. Educação em saúde. Atenção Básica em Saúde

Introdução

A Hipertensão Arterial Sistêmica é uma doença de alta prevalência e baixas taxas de controle. Frequentemente está associada a alterações funcionais e/ou estruturais de órgãos-alvo: coração, rins, encéfalo e vasos sanguíneos, e a alterações metabólicas com consequente aumento do risco de eventos cardiovasculares. Na unidade de saúde onde atuamos temos detectado que muitos pacientes hipertensos apresentam estilos de vida não saudáveis que se comportam como fatores de risco importantes para o desenvolvimento das complicações desta doença. Assim decidimos trabalhar estes aspectos no projeto de intervenção.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

Propor um plano multiprofissional de educação em saúde às pessoas com Hipertensão Arterial da comunidade cadastrada na UBS Alto da Ponte - São José dos Campos - SP.

Objetivos específicos:

- Sensibilizar os demais profissionais da UBS Alto da Ponte para participar desse plano .
- Planejar com os demais profissionais as atividades de educação em saúde às pessoas com Hipertensão Arterial Sistêmica.
- Realizar atividades de educação em saúde com finalidade de promover a prevenção a Hipertensão Arterial Sistêmica, tais como: alimentação saudável, consumo controlado de de sódio e álcool, ingestão de potássio e combate ao sedentarismo e ao tabagismo.
- Avaliar as ações de educação em saúde realizadas.

Método

METODOLOGIA

Este é um projeto de intervenção realizado na UBS Alto da Ponte – São José dos Campos - SP. No projeto de intervenção estará envolvida toda a população com Hipertensão Arterial Sistêmica da área de abrangência cadastrada na UBS Alto da Ponte. A equipe envolvida está composta por médica, enfermeira, técnica de enfermagem e agentes comunitárias de saúde.

Serão desenvolvidas as seguintes ações estratégicas:

-Capacitação dos profissionais da UBS sobre o tema Hipertensão Arterial;

- Classificação da população com HAS em grupos de risco para proporcionar uma atenção individualizada segundo a necessidade para cada caso; ação que será desenvolvida na UBS em consultas agendadas e a responsável é a médica.

- Sensibilizar a população sobre fatores de risco da HAS, tais como a alimentação não saudável, o sedentarismo, o tabagismo e o consumo de álcool, por meio de palestras, orientações em consultas e visitas domiciliares, tendo como responsáveis para esta ação a médica e enfermeira.

- Buscar o cuidado continuado de todos os pacientes com Hipertensão Arterial Sistêmica por meio de consultas agendadas na UBS, ou visitas domiciliares para o controle da pressão arterial.

Avaliação de Monitoramento: Para a realização desta proposta de intervenção e o cumprimento das ações propostas será necessário um período de seis meses. As ações propostas serão realizadas de forma semanal, quinzenal e mensal. Os responsáveis pelo cumprimento das mesmas são médica, enfermeira, técnica de enfermagem e agentes comunitárias de saúde.

Para atingir tais objetivos, segue abaixo o cronograma das atividades que serão realizadas:

Atividades	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro
Capacitação dos profissionais	x	x				
Classificação da população com HAS em grupos de risco		x				
Cuidado continuado das pessoas com HAS		x	x	x	x	x
Realização de palestras educativas		x	x	x	x	x
Reuniões da equipe com o grupo de hipertensos.		x	x	x	x	x
Analisar impacto das ações						x

Resultados Esperados

Esperamos com a aplicação do projeto melhorar o controle da HAS no território, diminuir o número de pacientes com sequelas devido a complicações cardiovasculares, renais, vasculares e encefálicas e também a reduzir morbi-mortalidade por complicações da HAS. Além disso, espera-se promover a conscientização da importância desses pacientes adotarem um estilo de vida saudável.

Referências

1. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Hipertensão arterial sistêmica para o Sistema Único de Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2006
- 2-MALACHIAS, MVB. 7th Brazilian Guideline of Arterial Hypertension: Presentation. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo , v. 107, n. 3, supl. 3, p. XV-XIX, Sept. 2016
- 3-LESSA, Ines. Hipertensão arterial sistêmica no Brasil: tendência temporal. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 26, n. 8, p. 1470, ago. 2010 .
- 4- PMSJC. Prefeitura Municipal de São José dos Campos. Secretaria de Planejamento Urbano Departamento de Projetos Urbanísticos Divisão de Pesquisa (Org.). São José em dados. **Informações Sobre A Cidade de São José dos Campos**, São José dos Campos, p.1-132, 2016. Disponível em: <http://servicos2.sjc.sp.gov.br/media/667370/sjdados_2016.pdf>. Acesso em: 13 nov. 2018.
- 5- IBGE. Coordenação de População e Indicadores Sociais (Ed.). **Estimativas da população residente para os municípios e para as unidades da federação com data de referência em 1º de julho de 2018**. 314.8 Rio de Janeiro, 2018. 16 p.
- 6- GUERINO, Luiza Angelica. **GEOGRAFIA - A DINAMICA DO ESPAÇO MUNDIAL**. São Gonçalo: Positivo, 2013. 288 p.
- 7-World Map of the Köppen-Geiger climate classification. [«World Map of the Köppen-Geiger climate classification»](#). Institute for Veterinary Public Health, 2012.