



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

DANILO JOSÉ GONÇALVES ROSSI

PRINCIPAIS PROBLEMAS RELACIONADOS COM A HIPERTENSÃO ARTERIAL  
SISTÊMICA EM USUÁRIOS DA UNIDADE DE SAÚDE CMO OCTÁVIO THOMAZ DE  
AQUINO, MUNICÍPIO DE MOTUCA - SP.

SÃO PAULO  
2019

DANILO JOSÉ GONÇALVES ROSSI

PRINCIPAIS PROBLEMAS RELACIONADOS COM A HIPERTENSÃO ARTERIAL  
SISTÊMICA EM USUÁRIOS DA UNIDADE DE SAÚDE CMO OCTÁVIO THOMAZ DE  
AQUINO, MUNICÍPIO DE MOTUCA - 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: CLODOALDO PENHA ANTONIASSI

SÃO PAULO  
2019

## **Resumo**

O município de Motuca, situado no interior do estado de São Paulo, é uma pequena cidade com 4.200 habitantes, com prevalência da população majoritariamente idosa, dispomos de uma unidade básica de saúde na cidade, o Centro Médico Odontológico Octávio Thomaz de Aquino, e temos cadastrados 522 pacientes com diagnóstico de hipertensão arterial sistêmica. No período de Junho/2018 até Outubro/2018 tivemos 18 casos de infarto agudo do miocárdio com 3 óbitos e 6 casos de acidente vascular cerebral, decorrentes de hipertensão arterial descompensada, índices altos por ser uma cidade pequena.

O objetivo geral do projeto de intervenção é melhorar a qualidade de vida dos pacientes com hipertensão arterial e conseqüentemente reduzir as complicações causadas pela hipertensão arterial. Com a criação de grupos de apoio e acompanhamentos na unidade de saúde a meta é reduzir em 30% os casos de hipertensão descompensada e 50% para as complicações decorrentes da hipertensão.

## **Palavra-chave**

Hipertensão. Diabetes. Dislipidemia. Doenças Cardiovasculares. Prevenção de Doenças. Promoção da Saúde.

## **Introdução**

A hipertensão arterial ou pressão alta é uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados da pressão sanguínea nas artérias. Ela acontece quando os valores das pressões máxima e mínima são iguais ou ultrapassam os 140/90 mmHg (ou 14 por 9). A pressão alta faz com que o coração tenha que exercer um esforço maior do que o normal para fazer com que o sangue seja distribuído corretamente no corpo. A pressão alta é um dos principais fatores de risco para a ocorrência de acidente vascular cerebral, enfarte, aneurisma arterial e insuficiência renal e cardíaca.

Essa doença é herdada dos pais em 90% dos casos, mas há vários fatores que influenciam nos níveis de pressão arterial, entre eles: Tabagismo, etilismo, obesidade, estresse, sedentarismo, níveis de colesterol altos. Além desses fatores de risco, sabe-se que a incidência da pressão alta é maior na raça negra, em diabéticos, e aumenta com a idade.

A intenção do projeto é conseguir um controle mais eficiente dos níveis de pressão arterial e assim prevenir complicações graves como o Infarto e o Acidente vascular encefálico que tem uma prevalência muito alta em nosso município, onde acomete principalmente adultos na faixa etária entre 40-65anos.

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

O objetivo geral do projeto de intervenção é: Melhorar a qualidade de vida dos usuários com hipertensão arterial.

Os objetivos específicos do projeto de intervenção são:

- ♦ Controlar rigorosamente a pressão arterial mensalmente
- ♦ Controlar a glicemia e dos níveis de colesterol
- ♦ Introduzir programas antitabagismo
- ♦ Criar grupos de caminhadas e exercícios físicos para combater a obesidade e o sedentarismo
- ♦ Realizar orientações nutricionais
- ♦ Apoiar psicologicamente para combater o estresse

## **Método**

O local onde será realizado o projeto de intervenção é na Unidade de Saúde CMO Octavio Thomaz de Aquino, Motuca - SP.

O público alvo são todas as pessoas da cidade portadoras de hipertensão arterial e os não portadores de hipertensão que queiram melhorar sua qualidade de vida.

As ações serão divididas em: - realizadas dentro da unidade: Controle dos níveis de pressão arterial mensal dos participantes, divididas por suas respectivas microareas. Controle glicêmico e dos níveis de colesterol a cada 3 meses, junto com a orientação nutricional. Realizações de programas anti-tabaco e de apoio psicologico para o público alvo.

- Realizados fora da unidade: Grupos de caminhada e de exercícios físicos a ser realizados na academia da saúde sob supervisão de um(a) fisioterapeuta. Divulgação desses programas e a conscientização das pessoas pelos ACS's, fazendo uma busca ativas desses pacientes e convidando para ingressar no projeto.

As avaliações e o monitoramento serão realizados mensalmente a cada controle da pressão arterial realizada na unidade de uma determinada microarea, assim será possível mensurar se o projeto esta caminhando como planejado ou se precisa de intervenção e melhoras.

E com isso implantar metas para a diminuição na porcentagem no numero de hipertensos sedentários, diminuir o número de pacientes com hiperlipidemias, e o controle da glicemia em pacientes hipertensos diabéticos em 30% ao ano.

## **Resultados Esperados**

Após colocar em pratica o método, os resultado esperados são a redução de 30% no número de hipertensos sedentários, realizar um controle das lipidemais em pacientes hipertensos e controlar a glicemia em niveis satisfatorios (glicemia jejum até 120mg/dl e Hemoglobina glicada entre 6-8%).

Com isso reduzir em 50% o número de complicações decorrentes de hipertensão arterial descompensada no município.

Com a melhora da qualidade de vida, mudanças de hábitos e costumes, vamos reduzir o número de medicamentos utilizados de forma continua, aumentar a expectativa de vida dos usuários, evitando o sedentarismo e obesidade com exercícios físicos, aumento da disposição e auto-estima com a perda de peso, cessar os vícios como tabaco e álcool, fazendo com que os usuarios tenham uma vida plena sem restrições.

## Referências

GIACOMIN, Daniela. Fatores que dificultam o controle da pressão arterial. Disponível em <[http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:4PI1qDRQ6zMj:www.esp.ce.gov.br/index.php?option=com\\_phocadownload%26view%3Dcategory%26download%3D1083:fatores-que-dificultam-o-controle-da-hipertensao-arterial-a-pacientes-no-municipio-de-caridade%26id%3D34:esp.-diabetes-mellitus-e-hipertensao-arterial+%amp;cd=6&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:4PI1qDRQ6zMj:www.esp.ce.gov.br/index.php?option=com_phocadownload%26view%3Dcategory%26download%3D1083:fatores-que-dificultam-o-controle-da-hipertensao-arterial-a-pacientes-no-municipio-de-caridade%26id%3D34:esp.-diabetes-mellitus-e-hipertensao-arterial+%amp;cd=6&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br)>. Acesso em 18 fev. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Disponível em: <<http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/hipertensao>>. Acesso em 18 fev. 2019.

Sociedade Brasileira de Cardiologia. Disponível em: <<http://prevencao.cardiol.br/fatores-de-risco/hipertensao.asp>>. Acesso em 18 fev. 2019.