



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LUCIANA TOBIAS DE OLIVEIRA

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA MUDANÇAS SAUDÁVEIS NO ESTILO DE VIDA
DOS PACIENTES PORTADORES DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA DA UBS
JARDIM LURDES /SÃO PAULO.

SÃO PAULO
2019

LUCIANA TOBIAS DE OLIVEIRA

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA MUDANÇAS SAUDÁVEIS NO ESTILO DE VIDA
DOS PACIENTES PORTADORES DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA DA UBS
JARDIM LURDES /SÃO PAULO.

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: MARCIA YONAMINE YANAGITA

SÃO PAULO
2019

Resumo

A Hipertensão Arterial Sistêmica é uma das patologias mais prevalentes nos idosos, e um grave problema de saúde pública, uma vez que é comum nas ESF encontrarmos pacientes descompensados, e com outras patologias associadas como Diabetes Mellitus e obesidade, o que gera a Síndrome Metabólica, agravando o quadro dos hipertensos. Contudo, podemos verificar que a falta de informação e de adesão ao tratamento medicamentoso e não medicamentoso, ocorrem em muitas vezes por falta de diálogo entre os profissionais de saúde e os idosos. Como objetivo do presente estudo temos: Implementar grupo operacional para intervenção educativa visando mudanças saudáveis no estilo de vida dos pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica da UBS Jardim Lurdes /São Paulo. A metodologia do presente estudo é de pesquisa quantitativa, exploratória, original, onde todos os idosos cadastrados na UBS Jardim Lurdes irão participar. Os resultados esperados para o presente estudo é de implementar grupo operacional para intervenção educativa visando mudanças saudáveis no estilo de vida dos pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica da UBS Jardim Lurdes /São Paulo, a partir de ações planejadas com a equipe de saúde.

Palavra-chave

Hipertensão. Idoso. Educação em Saúde.

Introdução

Observa-se um processo de envelhecimento, de maneira acelerada nos países em desenvolvimento, superior aos países desenvolvidos. No Brasil é grande motivo de preocupação, pois há grande desigualdade social, econômica desequilibrada, saúde precária e a incidência e prevalência das doenças crônicas degenerativas e infecciosas (BARRETO; MARCON, 2014).

Atualmente, é grande a incidência em países em desenvolvimento dos pacientes com doenças crônicas não transmissíveis, tais como a Diabetes Mellitus, a Hipertensão Arterial e as Dislipidemias. Oliveira (2011) cita as mesmas como as maiores responsáveis pelas incapacidades e morte no mundo, sendo um dos grandes desafios para a saúde.

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), é uma condição que carrega multifatores, sendo frequentemente associada a alterações funcionais de órgãos alvo como coração e rins, alterações metabólicas com as dislipidemias e diabetes mellitus, elevando a incidência de eventos cardiovasculares fatais ou não fatais (DIRETRIZES, 2016).

A prevalência da HAS é alta em todo Brasil, de acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia, contudo as taxas de controle são consideradas baixas, se transformando em um problema de saúde pública. Os valores criteriosos para diagnóstico da pressão arterial devem estar acima de Pressão Arterial Sistólica= 140 mm Hg, Pressão Arterial Diastólica= 90mm Hg, sua prevalência média ocorre em indivíduos acima de 60 anos (DIRETRIZES, 2016).

O cuidar desses pacientes envolve objetivos como, entre outros: avaliar, confortar, favorecer, promover, restabelecer, restaurar. Esse cuidado almeja a cura, mas independe de sua consecução, deve ser um cuidado permanente e holístico, envolvendo os vários aspectos da vida do paciente.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

Implementar grupo operacional para intervenção educativa visando mudanças saudáveis no estilo de vida dos pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica da UBS Jardim Lurdes /São Paulo.

Objetivos específicos:

- ♦ Traçar o perfil clínico de indivíduos com hipertensão arterial sistêmica (HAS), acompanhados pela equipe de saúde de família, da UBS Jardim Lurdes /São Paulo.
- ♦ Estimular participação ativa dos portadores de hipertensão arterial não farmacológicos.

- ♦ Incentivar e orientar a população para o uso adequado do tratamento.

Método

A proposta de intervenção foi elaborada à partir da seleção e análise da equipe. Após a explicação do problema e identificação das causas consideradas as mais importantes, passou-se a pensar nas soluções e estratégias para o enfrentamento do mesmo, iniciando a elaboração do plano de ação: Implementar grupo operacional para intervenção educativa visando mudanças saudáveis no estilo de vida dos pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica da UBS Jardim Lurdes /São Paulo.

Optou-se primeiramente, por fazer uma busca sobre o assunto nas bases de dados da literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), usando como palavras-chave: Hipertensão. Idoso. Educação em Saúde.

Cenário ou Local:

O presente projeto da intervenção será realizado na UBS Jardim Lurdes /São Paulo.

Público-alvo e Participantes:

100% Pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica da UBS Jardim Lurdes/ São Paulo

Ações:

1. Realizar estratificação de risco dos Hipertensos da UBS Jardim Lurdes /São Paulo
2. Estimular participação ativa dos portadores de hipertensão arterial não farmacológicos e farmacológicos.
3. Incentivar e orientar a população para o uso adequado do tratamento.
4. Implementar as oficinas de capacitação junto aos profissionais prescritores de medicamentos.

Resultados Esperados

Espera-se com o presente projeto de intervenção que consigamos implementar grupo operacional para intervenção educativa visando mudanças saudáveis no estilo de vida dos pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica da UBS Jardim Lurdes /São Paulo. A partir de ações planejadas com a equipe de saúde, teremos: 100% dos hipertensos cadastrados na UBS Jardim Lurdes com estratificação de risco realizadas;

Orientação aos hipertensos para adesão ao tratamento farmacológico e não farmacológico, com auxílio do nutricionista e educador físico.

Orientação com o farmacêutico e médico acerca da ingestão medicamentosa, os cuidados que devem ser tomados com horários e dosagens, bem como reforçar sobre a interação medicamentosa.

Referências

BARRETO, M.S., MARCON, S.S. Participação familiar no tratamento da hipertensão arterial na perspectiva do doente. **Texto Contexto Enferm**, 23(1), 38-46. 2014.

OLIVEIRA, Déborah Cristina de et al. Qualidade de vida e sobrecarga de trabalho em cuidadores de idosos em seguimento ambulatorial. **Texto & Contexto-Enfermagem**, 2011.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arq. Bras. Cardiol.** ISSN- 0066-782X. Volume 107, nº 3, Supl. 3, Setembro 2016.