



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ALINA RODRIGUEZ TAMAYO

PLANEJAMENTO DE AÇÕES DE CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL  
SISTÊMICA NA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE

SÃO PAULO  
2017

ALINA RODRIGUEZ TAMAYO

PLANEJAMENTO DE AÇÕES DE CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL  
SISTÊMICA NA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE

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: JULIE SILVIA MARTINS

SÃO PAULO  
2017

## **Resumo**

A Hipertensão Arterial Sistêmica ( HAS), é uma condição clinica multifatorial. É em si uma doença, bem como um importante fator de risco para outras doenças, constituindo o motivo da procura mais frequente na Unidade Básica de Saúde. O projeto de intervenção foi planejado em reuniões de equipe e as ações foram organizadas em etapas, a saber: seleção de pacientes, identificação de fatores de risco, atividade educativa e avaliar o conhecimento após intervenção educativa. Espera-se que os pacientes adquiram conhecimento da HAS para alcançar uma melhor qualidade de vida

## **Palavra-chave**

Qualidade de Vida. Atenção Primária à Saúde. Prevenção.

## **Introdução**

Destacam-se dois tipos de Hipertensão Arterial: a Hipertensão Primária, também conhecida como hipertensão essencial, que ocorre quando se desconhece a causa da Hipertensão Arterial. Este tipo de agravo geralmente demora anos para se desenvolver e provavelmente é o resultado do estilo de vida da pessoa. A Hipertensão Secundária ocorre quando um problema de saúde ou medicamento provoca a Hipertensão Arterial. Os fatores que podem ocasionar a Hipertensão Secundária incluem: alguns medicamentos, consumo excessivo de álcool, problemas renais, obesidade, apneia do sono e problemas nas glândulas tireoides ou suprarrenais (1). A Hipertensão essencial, é causada por múltiplos fatores genéticos e de hábitos de vida, como: obesidade, sedentarismo, consumo excessivo de sal, colesterol alto, idade e tabagismo. Dentre os fatores associados à doença, podemos destacar a obesidade e o sedentarismo, pois o excesso de peso aumenta de duas a seis vezes o risco de hipertensão.(2) A Hipertensão Arterial é uma das doenças que mais afetam a saúde dos indivíduos e das populações em todo o mundo. é um importante fator de risco para outras doenças, principalmente para a doença isquêmica do coração(3) De acordo com dados obtidos pela Organização Mundial de Saúde, as doenças cardiovasculares e hipertensão arterial, devem ser consideradas um problema prioritário de saúde nas Américas, com enorme impacto social e econômico.(4) A motivação para este estudo está na necessidade de propor a realização de um projeto de intervenção para desenvolver ações de prevenção, além de proporcionar o desenvolvimento de estilos de vida saudáveis e melhor qualidade de vida com o apoio familiar e o acompanhamento da equipe de saúde da família.

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

### Geral

Desenvolver ações de prevenção da Hipertensão Arterial na comunidade Vila Dirce município Serra Negra.

### Específicos:

Planejar com a equipe de saúde da família estratégias de prevenção da Hipertensão Arterial da população adscrita.

Orientar à população adscrita à unidade básica de saúde o desenvolvimento de estilos de vida saudável.

## **Método**

**Local:** UBS Vila Dirce, no município de Serra Negra, Estado São Paulo.

**Público-alvo:** Pacientes hipertensos cadastrados na Equipe de Saúde da Família da UBS Vila Dirce, no município de Serra Negra, Estado São Paulo.

**Participantes:** Equipe multiprofissional constituída por: 1 médico, 1 enfermeira, 3 agentes comunitários de saúde, 1 auxiliar de enfermagem e a equipe do NASF, que conta com 1 nutricionista, e 1 educador físico.

### **Ações:**

**I etapa:** Os profissionais irão consultar os prontuários e irão selecionar todos os pacientes diagnosticados com Hipertensão Arterial essencial em sua área, em seguida, através de visita domiciliar que será realizada pelos agentes comunitários será explicado os objetivos da intervenção, assim como sua justificativa e o usuário será convidado a participar da atividade.

**II etapa:** Desenvolver-se-á um projeto de intervenção educativa sobre os fatores de risco para a Hipertensão Arterial, para ampliar o conhecimento da doença, suas complicações e a importância da adesão ao tratamento farmacológico e não farmacológico. Esta atividade será realizada pelo médico(a) envolvido no estudo, apoiado pela nutricionista. Serão realizadas atividades de grupo todas as quintas feiras às 14 h.

**Avaliação e monitoramento:** Nos encontros educativos, serão monitorados os níveis de pressão arterial dos portadores de hipertensão, pela enfermeira e o técnico de enfermagem. O médico(a) juntamente com a nutricionista avaliará o Índice de Massa Corporal (IMC), com o objetivo de verificar-se a efetividade da ação.

### **Resultados Esperados**

Espera-se que o 95 % dos pacientes que participarão do programa de educação adquiram conhecimento adequado sobre a Hipertensão Arterial Sistêmica e seus fatores de risco, proporcionando a possibilidade de desenvolverem hábitos alimentares e de atividades físicas mais saudáveis e, desta forma, alcançar uma sobrevivência maior com uma melhor qualidade de vida.

### **Referências**

1. MALACHIAS, Marcus V. B. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão, Palavra do Presidente. **Revista Brasileira de Hipertensão**. Rio de Janeiro: v.17, n.1, p.2-3, 2010
2. Portal da saúde " **Dia Mundial da Saúde dedicado a hipertensão**", abr. 2012.  
Disponível em:  
<  
<http://www.segs.com.br/saude/13403-26-de-abril-dia-nacional-de-prevencao-e-combate-a-hipertensao.html>> Acesso em: 22 março 2017.
3. FAUCI, Anthony S, et al. **Harrison Medicina Interna**. Rio de Janeiro: 17a edição, volumen 2. McGraw-Hill, pg 1549-1562, 2008
4. JARDIM, Paulo César B. Veiga. Hipertensão Arterial e Alguns Fatores de Risco em uma Capital Brasileira. **Revista da Sociedade Brasileira de Cardiologia**. v.88 n.4, p.452-457, 2007

