



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ZULEMA COBAS BUENO

ATIVIDADES EDUCATIVAS VISANDO O CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL
NA UBS PRIMAVERA EM MAUÁ.

SÃO PAULO
2017

ZULEMA COBAS BUENO

ATIVIDADES EDUCATIVAS VISANDO O CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL
NA UBS PRIMAVERA EM MAUÁ.

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 é um importante problema de Saúde Pública no Brasil, em decorrência da sua alta morbimortalidade. O presente projeto pretende identificar através de questionário qual o conhecimentos dos pacientes hipertensos sobre a doença e suas consequências. A partir deste diagnóstico, a Equipe de Saúde da Família vai desenvolver grupos mensais, durante três meses consecutivos, com o objetivo de discutir os diferentes aspectos da Hipertensão Arterial, o que é a doença, quais os fatores de risco, quais as possíveis consequências e quais as medidas a serem tomadas para manter a doença sob controle.

Palavra-chave

Hipertensão Arterial. Fatores de Risco. Adesão ao Tratamento

Introdução

A Hipertensão arterial (HA) é uma condição clínica caracterizada pelo aumento da pressão arterial, apresentando níveis pressóricos sistólicos ≥ 140 mmHg e/ou diastólicos ≥ 90 mmHg¹.

A Hipertensão arterial pode ser agravada pela presença de outros fatores de risco, como a obesidade abdominal, dislipidemia, intolerância à glicose e Diabetes Melitus (DM)¹.

Inúmeros estudos indicam uma forte associação da Hipertensão Arterial com eventos como acidente vascular encefálico, infarto agudo do miocárdio, morte súbita, insuficiência cardíaca, doença arterial periférica e doença renal crônica, fatal e não fatal².

No Brasil, a Hipertensão Arterial atinge 36 milhões de indivíduos adultos (32,5% da população desta faixa etária). Entre os idosos, mais de 60% são acometidos por este agravo, contribuindo direta e/ou indiretamente em 50% das mortes por doença cardiovascular³.

Os fatores de risco para a hipertensão arterial, de acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia¹ são: avanço da idade, sexo feminino, raça negra, excesso de peso, ingestão excessiva de sal, ingestão de álcool, sedentarismo, fatores socioeconômicos, fatores genéticos.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia¹, para se reduzir a morbimortalidade relativa ao agravo, faz-se necessário estimular o diagnóstico precoce, realizar tratamento contínuo, controlando a Pressão Arterial e os fatores de risco modificáveis associados, estimulando a modificação do estilo de vida e o uso regular de medicamentos, quando necessários.

Desta forma, o presente projeto pretende levar estes conhecimentos para a população acometida pela doença, para que a população acometida possa obter controle da doença.

Objetivos (Geral e Específicos)

GERAL

Reduzir os fatores de risco para a hipertensão arterial sistêmica em pacientes hipertensos cadastrados na UBS primavera

ESPECIFICOS

1. Identificar os fatores de risco que afetam os pacientes hipertensos;
2. Realizar atividades educativas sobre fatores de risco;
3. Desenvolver estratégias junto com o Núcleo de Apoio da Saúde da Família (NASF) visando

a redução dos fatores de risco em pacientes hipertensos cadastrados na UBS Primavera.

Método

Local: UBS Primavera - Mauá - Estado de São Paulo

Público-alvo: 50 usuários hipertensos com mais de 40 anos cadastrados na UBS Primavera que apresentem fatores de risco para hipertensão arterial.

Participantes: Médica, enfermeira, auxiliares de enfermagem e agentes comunitários de saúde vinculados à Equipe de Saúde da Família e equipe do NASF da UBS Primavera

Ações a serem realizadas:

- 1 - Seleção dos usuários que se encaixam dentro do perfil esperado;
- 2- Aplicação de questionário ao público alvo para identificar qual o nível de conhecimento sobre o assunto;
- 3 -Reuniões mensais, durante 3 (três) meses consecutivos abordando os temas: sintomas da hipertensão, complicações mais comuns, fatores de risco, hábitos e estilos de vida saudáveis, importância da dieta adequada e exercício físico, importância de adesão ao tratamento medicamentoso, visando contribuir para uma melhor qualidade de vida destes paciente.

Detalhamento das ações

Será utilizado retroprojektor, transparências, cartazes informativos a respeito da hipertensão, suas causas, fatores de riscos e complicações, painéis com fotos ilustrativas, dinâmicas de grupos, esfignomanômetro e estetoscópio. As atividades serão programadas de acordo com o conhecimento dos pacientes, detectado a partir da aplicação do questionário, respeitando suas crenças, valores, limitações, com o objetivo de informar e orientar os hipertensos de uma forma clara, objetiva e ilustrativa. As palestras serão realizadas em uma sala da comunidade situada na área de abrangência da Unidade Básica de Saúde Primavera. O projeto foi avaliado pelos demais membros da equipe de saúde com o objetivo de sugerir mudanças, caso julgassem necessário.

Avaliação e monitoramento

Ao término dos grupos mensais, os pacientes terão a pressão arterial aferida, medição do peso e da circunferência abdominal, sendo possível desta maneira avaliar se os propósitos do grupo estão sendo atingidos.

Ao término dos três meses de atividades educativas será aplicado novo questionário para verificar se os conhecimentos discutidos em grupo foram assimilados.

Resultados Esperados

Espera-se que os participantes adquiram conhecimentos mais aprofundados sobre a doença, os fatores de risco e sejam sensibilizados sobre as mudanças nos estilo de vida necessários para melhorar a sua saúde e a qualidade de vida, reduzindo assim a morbimortalidade pelas doenças cardiovasculares, principal causa de morte no Brasil.

Referências

1. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, Rio de Janeiro, v.107, n. 3, Supl. 3, 103p, set. 2016. Disponível em: http://publicacoes.cardiol.br/2014/diretrizes/2016/05_HIPERTENSAO_ARTERIAL.pdf, acesso em 11 out.2017.
2. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Departamento de Hipertensão Arterial. 6ª Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. *Revista Brasileira de Hipertensão*, v.17, n.1, p. 4-62, 2010.
3. SCALA, L. C.; MAGALHÃES, L. B.; MACHADO, A. Epidemiologia da hipertensão arterial sistêmica. In: MOREIRA, S. M.; PAOLA, A. V. Livro Texto da *Sociedade Brasileira de Cardiologia*. 2ª. ed. São Paulo: Manole; 2015. p. 780-5.