



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

EDENIA MILAGROS JIMENEZ ALBA

PROMOVER A REDUÇÃO DE RISCOS DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM  
HIPERTENSOS NA USF JUSSARA DO MUNICÍPIO MONGAGUÁ,SP

SÃO PAULO  
2017

EDENIA MILAGROS JIMENEZ ALBA

PROMOVER A REDUÇÃO DE RISCOS DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM  
HIPERTENSOS NA USF JUSSARA DO MUNICÍPIO MONGAGUÁ,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: VERA LUCIA DORIGÃO GUIMARÃES

SÃO PAULO  
2017

**Resumo**

Na USF Jussara há um elevado número de pacientes hipertensos com associação de fatores de risco que podem contribuir para o desenvolvimento de complicações cardiovasculares o qual foi o motivo essencial para a realização deste projeto de intervenção com a participação da equipe de trabalho e da comunidade. A proposta é realizar educação em saúde propiciar debates e discussões entre o público alvo do estudo na esperança de melhorar o conhecimento da população e alcançar mudanças nos estilos de vida que contribuem para uma vida mais saudável.

**Palavra-chave**

Doença Crônica. Hipertensão. Doenças Cardiovasculares.

## **Introdução**

### INTRODUÇÃO

A

Hipertensão Arterial é apontada como fator de risco para complicações e doenças cardiovasculares na sociedade atual tais como morte súbita, edema agudo de pulmão, infarto agudo do miocárdio e Acidente Vascular Cerebral (Luna RL , 2009).

Os mais importantes fatores de risco comportamentais tanto para doenças cardíacas quanto Acidente Vascular Cerebral são dietas inadequadas, sedentarismo, etilismo, tabagismo. Os efeitos dos fatores comportamentais de risco podem se manifestar em indivíduos por meio da pressão arterial elevada, glicemia alta , hiperlipidemia , sobrepeso e obesidade . Esses fatores de riscos intermediários podem ser mensurados em unidades básicas de saúde e indicam um maior risco de desenvolvimento de ataques cardíacos , acidentes vasculares cerebrais , insuficiência cardíaca e outras complicações (OPAS \ OMS Brasil-Doenças cardiovasculares , 2016) .

Na unidade de Saúde, muitos pacientes apresentam os fatores de risco para as doenças cardiovasculares, sendo a maior prevalência a hipertensão arterial conforme demonstrado nos prontuários dos pacientes cadastrados na Unidade. Atualmente a Unidade de Saúde Jussara possui 541 hipertensos cadastrados, 87 desses sofreram alguma complicação, sendo que 16,08 % ficaram com algum tipo de sequela ou lesão permanente. Portanto, os dados apontam a necessidade de um Projeto de Intervenção, com ações educativas. Segundo estudo feito por Cavalcante JS (2012), os resultados ratificam a necessidade de promoção de educação continuada e permanente para equipe de saúde no acompanhamento desses pacientes pelas complicações apresentadas.

A importância deste projeto de intervenção, é alcançar mudanças no estilo de vida da população, acompanhar os pacientes portadores de doenças crônicas assim como também dos fatores de risco que constituem uma complicação para a saúde, realizar grupos educativos para tabagismo, obesos, pessoas com vida sedentária e conseguir por meio da educação sanitária e com apoio da equipe de saúde mudanças nos estilos de vida da população e assim reduzir a incidência das complicações que influenciam na qualidade de vida das pessoas, das famílias e da sociedade em geral.

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

#### **Objetivo Geral :**

Reduzir a incidência de eventos cardiovasculares promovendo educação em saúde a respeito dos fatores de riscos associados aos hipertensos na USF Jussara do município Mongaguá,SP .

#### **Objetivos Específicos :**

1. Analisar os fatores de risco registrados nos prontuários, associados aos eventos cardiovasculares que apresenta a população de hipertensos cadastrados na Unidade.
2. Estabelecer estratégias de trabalho para alcançar a diminuição de eventos cardiovasculares em pacientes hipertensos, com fatores de risco associados na USF Jussara do município Mongaguá, SP.
3. Educação Permanente para a Equipe de profissionais da Unidade.

## **Método**

**LOCAL:** O projeto será desenvolvido na Unidade Básica de Saúde Jussara no município Mongaguá, São Paulo.

**Participantes:** Equipe de profissionais de saúde.

**PUBLICO ALVO:** 216 pacientes com diagnóstico de hipertensão arterial com fatores de riscos para Doenças Cardiovasculares dos 541 cadastrados na Unidade Básica de Saúde Jussara.

**PLANO DE AÇÕES:** Trata-se de um Projeto de intervenção educacional com o objetivo de promover a mudança de estilos de vida saudáveis em pacientes hipertensos com fatores de risco associados aos eventos cardiovasculares e assim diminuir a incidência das ocorrências, será executada pela equipe de saúde da Unidade que incluem médico, enfermeiro, auxiliares de enfermagem e agentes Comunitários de saúde.

**Etapa 1:** Identificação da população de hipertensos com fatores de risco associados que podem desenvolver eventos cardiovasculares como complicação de suas doenças, entre os pacientes cadastrados na equipe para assim direcionar as ações de promoção e prevenção.

**Etapa 2:** Realizar Educação Permanente e continuada aos profissionais da Unidade.

**Etapa 3:** Serão realizadas atividades de educação sobre promoção em saúde, palestras e discussões em grupo com o objetivo de promover estilos de vida saudáveis em pacientes hipertensos com fatores de risco associados.

**MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO:** Será realizado o monitoramento com o acompanhamento do número de ocorrências de AVC nos hipertensos cadastrados. Os pacientes serão estimulados durante as reuniões a compartilhar seus pontos de vista, experiências vividas com o grupo, aspectos positivos e negativos vivenciados com a intervenção para avaliação constante da efetividade do projeto pela equipe.

## **Resultados Esperados**

RESULTADOS ESPERADOS:

Com a implantação das ações propostas neste estudo espera-se que os pacientes com Hipertensão tenham melhor compreensão sobre os fatores de risco que podem exercer influência no desenvolvimento das complicações cardiovasculares. Para que sejam desenvolvidas as atividades de educação na promoção de práticas alimentares e estilos de

vida saudáveis , com a prática de exercícios físicos , manter um peso adequado , com a redução do consumo excessivo de gorduras e doces , não fumar , não ingerir álcool , bem como evitar situações de estresse, e fazer o uso racional de medicamentos .

## **Referências**

Calvante J dos Santos . 2012 .Fatores de risco e complicações em hipertensos \ diabéticos de uma região sanitária do Nordeste Brasileiro .

Luna RL . Hipertensão arterial : diagnóstico e tratamento . Rio de Janeiro ; 2009

Martins MSAS , Ferreira MG , Guimarães LV , Vianna LAC . Hipertensão Arterial e Estilo de vida em Sinop , Município da Amazonia Legal . Arq Bras Cardiol . 2010 ; 94 (5) : 621- 6 .

OPAS \ OMS Brasil - Doenças cardiovasculares . 2016.

Williams B . The year in hypertension J Am Coll Cardiol . 2009 .