

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE

LUIS ENRIQUE BERMUDEZ CASTILLO

**INTERVENÇÃO EDUCATIVA SOBRE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM
PACIENTES IDOSOS NO PSF JACURICI DA LESTE, ITIÚBA-BA**

São Luís
2017

LUIS ENRIQUE BERMUDEZ CASTILLO

**INTERVENÇÃO EDUCATIVA SOBRE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM
PACIENTES IDOSOS NO PSF JACURICI DA LESTE, ITIÚBA-BA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Atenção Básica em Saúde.

Orientador (a): Ana Paula Gameiro Cappelli

São Luís
2017

Castillo, Luis Enrique Bermudez

Intervenção educativa sobre Hipertensão Arterial em pacientes idosos no PSF Jacurici da Leste, Itiúba-BA/Luis Enrique Bermudez Castillo. – São Luís, 2017.

15 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação em Atenção Básica em Saúde) - Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde - PROGRAMA MAIS MÉDICOS, Universidade Federal do Maranhão, UNA-SUS, 2017.

1. Hipertensão. 2. Saúde do Idoso. 3. Educação em saúde. I. Título.

CDU 616.12-008.331.1

LUIS ENRIQUE BERMUDEZ CASTILLO

**INTERVENÇÃO EDUCATIVA SOBRE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM
PACIENTES IDOSOS NO PSF JACURICI DA LESTE, ITIÚBA-BA**

Aprovado em / /

BANCA EXAMINADORA

Prof. Ana Paula Gameiro Cappelli (Orientador)
Doutora
Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

2º MEMBRO

3º MEMBRO

RESUMO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é importante fator de risco cardiovascular modificável, e devido a sua relação causal com todas as doenças cardiovasculares é o principal fator de risco para a mortalidade em todo o mundo, principalmente em pacientes idosos porque as alterações próprias do envelhecimento tornam o indivíduo mais frágil e propenso ao desenvolvimento da HAS. No mundo, esta doença tem alta prevalência e a população de nossa área de abrangência não está isenta disso, especialmente em pacientes idosos, o que constitui um problema de saúde nessa população. Será realizada uma intervenção educativa, visando o empoderamento sobre os fatores de risco da hipertensão arterial em 50 pacientes idosos hipertensos adscritos à UBS Jacuri da Leste do município Itiúba, estado Bahia. Na intervenção pretende-se realizar atividades de educação em saúde pelos integrantes da equipe de saúde, procura-se elevar a capacitação e comprometimento dos profissionais participantes com o problema de saúde, e espera-se que esses pacientes idosos obtenham conhecimentos adequados sobre a doença e possam alcançar mudanças em seus estilos de vida para diminuir os fatores de risco que aparecem nesta faixa etária, prevenir as complicações, estimular a adesão ao tratamento e melhorar sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Hipertensão. Saúde do Idoso. Educação em Saúde.

ABSTRACT

Hypertension (SAH) is an important modifiable cardiovascular risk factor, and because of your causal relationship with all cardiovascular diseases is the main risk factor for mortality in the world, mainly in elderly patients because the changes of aging make the individual more fragile and prone to development of HAS. Worldwide, the disease has a high prevalence and the population of our area is not without it, especially in elderly patients, which is a health problem in this population. Will be held an educational intervention, aiming at the empowerment on the risk factors of hypertension in hypertensive elderly patients attached to 50 UBS Jacuri of Eastern municipality Itiúba, Bahia State. In the intervention intends to conduct health education activities by members of the health team, seeks to increase the capacity and commitment of the participating professionals with the health problem, and it is expected that these elderly patients obtain knowledge suitable on the disease and can achieve changes in their lifestyles to reduce the risk factors that appear in this age group, prevent complications, encourage adherence to treatment and improve your quality of life.

Keywords: Hypertension. Health of the Elderly. Health Education.

SUMÁRIO

	p.
1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO.....	06
1.1 Título.....	06
1.2 Equipe Executora.....	06
1.3 Parcerias Institucionais.....	06
2 INTRODUÇÃO.....	06
3 JUSTIFICATIVA.....	09
4 OBJETIVOS.....	10
4.1 Geral.....	10
4.2 Específicos.....	10
5 METAS.....	10
6 METODOLOGIA.....	10
7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES.....	12
8 IMPACTOS ESPERADOS.....	13
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	13
REFERÊNCIAS.....	14

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

1.1 Título

Intervenção educativa sobre hipertensão arterial em pacientes idosos no PSF Jacurici da Leste, Itiúba-BA.

1.2 Equipe Executora

- Luis Enrrique Bermudez Castillo
- Ana Paula Gameiro Cappelli

1.3 Parcerias Institucionais

- Secretaria Municipal de Saúde de Itiúba-Ba
- Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) do município.

2 INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é o principal fator de risco para doenças cardiovasculares. Estima-se que 54% dos casos de acidente vascular cerebral e 47% dos infartos agudos do miocárdio estejam relacionados a elevados níveis pressóricos (ZATTAR et al., 2013, p.507-521). Aproximadamente 1 bilhão de pessoas viviam com a hipertensão em 2000, valor que deve aumentar 60% em pouco mais de duas décadas e chegar a 1,56 bilhões em 2025 (ZATTAR et al., 2013, p.507-521). Além disso, a HAS é responsável por cerca de 7,1 milhões de mortes ao ano no mundo (ZATTAR et al., 2013, p.507-521). A literatura científica tem destacado que a (HAS) é a morbidade mais prevalente entre idosos, superior a 50%, sendo uma das principais causas de óbito (TAVARES et al., 2016, p.134-141).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, mais de um bilhão de pessoas em todo o mundo são hipertensas (BIREME, 2016), o que pode ocasionar ataques cardíacos e derrames (acidente vascular cerebral), e a cada ano, ocorrem 1,6 milhões de mortes causadas por doenças cardiovasculares na região das

Américas, das quais cerca de meio milhão ocorrem em pessoas com menos de 70 anos de idade, o que é considerado morte prematura e evitável. No mundo, a prevalência estimada para o ano 2025 é de 29,2%, o que significa que um em cada três adultos acima de 20 anos será hipertenso (JARDIN, 2007, p.452-457).

Conforme estudos, a prevalência da HAS aumenta progressivamente com a idade em ambos os sexos. A prevalência entre os negros é sempre maior em qualquer idade. Até os 40 anos, ela é próxima a 10% (20% para a raça negra), até os 50 anos chega a 20% (40% para a raça negra), após 60 anos ultrapassa os 40%, atingindo 60% após 70 anos (DIOGO BOSSAY et al., 2006, p.73 - 82).

No Brasil, o Ministério da Saúde destaca que a prevalência estimada de hipertensão arterial (HA) é de 35% da população acima de 40 anos, o que representa, em números absolutos, um total de 17 milhões de portadores da doença. Entre os idosos, a prevalência é de 50% da população e cerca de 75% das pessoas recorrem ao Sistema Único de Saúde (SUS) para receber atendimento na Atenção Básica (MARIN; SANTANA; MORACVICK, 2012, p.103-110).

Cerca de 50% das pessoas com 65 ou mais anos que apresentam sobrepeso e obesidade têm HAS, o que quer dizer que muitos dos doentes idosos hipertensos têm peso corporal excessivo (MARTIRES; COSTA; SANTOS, 2013, p.797-803). Em um estudo, 60 a 70% dos hipertensos atribuíram o aumento da Pressão Arterial (PA) ao excesso de peso e, em outro se verificou uma relação entre IMC e pressão arterial. Segundo Martires e colaboradores (2013, p.798), a maior parte dos casos de HAS se deve aos hábitos alimentares, através da ingestão excessiva de calorias e consumo excessivo de sal, com a correspondente retenção de líquidos que provoca o aumento do peso corporal e da pressão arterial. O sedentarismo e a diminuição da atividade física agravam esta situação (MARTIRES; COSTA; SANTOS, 2013, p.797-803).

No Brasil, as doenças cardiovasculares foram responsáveis por cerca de 300 mil mortes em 2007, 40% das aposentadorias precoces e custo econômico estimado em cerca de 475 milhões de reais apenas em internações hospitalares, que chegam a mais de 1 milhão por ano. Tal impacto está diretamente relacionado aos casos de HAS no país, cuja prevalência média estimada foi de 24% em 2007, observando-se valores mais elevados nos grupos de maior idade, atingindo cerca de 50% dos indivíduos entre 60 e 69 anos e mais de 70% daqueles acima de 70 anos (ZATTAR et al., 2013, p.507-521).

Diante da realidade mencionada, estimativas apontam que apenas um terço das pessoas regularmente acompanhadas em serviços básicos de saúde tem sua pressão arterial (PA) mantida em níveis desejáveis, o que favorece a ocorrência anual de mais de um milhão de internações por doenças do aparelho circulatório, com custo aproximado de um bilhão e 800 milhões de reais, mantendo-se como a principal causa de mortes no Brasil (BARRETO; MATSUDA; MARCON, 2016, p.114-120).

No Brasil, o Ministério da Saúde, através da Norma Operacional de Assistência à Saúde/SUS, determinou que o controle da hipertensão arterial é de responsabilidade dos serviços de atenção básica e estabeleceu como ações estratégicas o diagnóstico dos casos de hipertensos, o cadastramento dos portadores, a busca ativa de casos, o tratamento, o diagnóstico precoce de complicações, o primeiro atendimento de urgência e as medidas preventivas que incluem ações educativas para controle de condições de risco (obesidade, sedentarismo e tabagismo) e prevenção de complicações (BRASIL, 2001).

Neste contexto, a atenção à saúde do idoso hipertenso deve constar como prioridade dos serviços de atenção à saúde, especialmente na atenção básica, visando um controle adequado. Enfatiza-se que o cuidado dos idosos implica ofertar serviços cuja estrutura apresente características que possibilitem o acesso e o acolhimento de maneira adequada, respeitando as limitações e proporções relevantes que os idosos apresentam (MARIN; SANTANA; MORACVICK, 2012, p.103-110).

Nesta situação, a promoção adequada da saúde, prevenção de complicações e controle adequado em pessoas idosas hipertensas, contribui significativamente para a redução da morbidade e mortalidade deste grupo populacional. Para realizar ações de saúde eficientes, é necessário que o paciente deixe a posição de objeto e torne-se sujeito de sua própria saúde. Não é apenas informar os indivíduos, mas garantir sua participação ativa. Assim, um Plano de Ação conjunto, envolvendo esses pacientes, deve ser o nosso principal objetivo, visando fornecer informações adequadas sobre os fatores de risco da doença, por meio de técnicas participativas, a fim de direcionar os hipertensos desta faixa etária a adotarem um modo de vida mais saudável, capaz de induzir uma mudança gradual nos hábitos que predisõem para o surgimento da hipertensão arterial, diminuir o número de pacientes com hipertensão e reduzir as elevadas taxas de morbidade e mortalidade desta condição.

3 JUSTIFICATIVA

A HAS é uma doença que causa muitas mortes e incapacidades no mundo. No Brasil, a hipertensão afeta mais de 30 milhões de brasileiros, e é o risco mais importante para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, incluindo o AVC e o infarto do miocárdio, que representam as duas maiores causas isoladas de mortes no país (PIERIN et al., 2010, p.11-17).

Estudos epidemiológicos brasileiros demonstram que a prevalência de hipertensão arterial entre idosos, à semelhança da observada em todo o mundo, é bastante elevada. Cerca de 70% dos idosos são hipertensos, e entre as mulheres com mais de 75 anos a prevalência de hipertensão pode chegar a 80% (LESSA, 1998).

A doença é mais comum entre as mulheres (26,9%) que entre os homens (21,3%) e também varia de acordo com a faixa etária e a escolaridade. Entre os brasileiros com mais de 65 anos de idade, 59,2% se declaram hipertensos, contra apenas 3,8% na faixa de 18 a 24 anos e 8,8% de 25 a 34 anos (GOVERNO DO BRASIL, 2013). Devido ao incremento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) onde a HAS está incluída fica evidente a necessidade de um modelo de atenção à saúde para contemplar e integrar ações eficazes para seu controle e prevenção na população, enfatizando as ações de educação para a saúde sobre alimentação saudável e exercício físico capazes de alcançar efetivamente mudanças no estilo de vida dos idosos hipertensos.

Na UBS Jacurici da Leste do Município Itiúba observa-se um aumento do número de pacientes idosos com Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e que não têm conhecimento dos fatores de risco para o desenvolvimento da doença e das possíveis complicações da mesma, além de procurar nossa atenção a maioria das vezes para obter os medicamentos. Frente a essa situação estamos motivados para levar a cabo um projeto de intervenção junto aos idosos portadores de HAS da área de abrangência, com a finalidade de aumentar o nível de conhecimento desses pacientes sobre a doença, e assim, ajudar a reduzir o número de novos casos e prevenir as complicações da HAS nesta faixa etária, além de melhorar a qualidade de vida deles.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

Realizar uma intervenção educativa visando o empoderamento dos idosos sobre os fatores de risco da hipertensão arterial no PSF Jacurici da Leste Município Itiúba.

4.2 Específicos

- Sensibilizar os idosos acerca dos fatores de risco envolvidos na Hipertensão Arterial e o desenvolvimento da doença;
- Desenvolver atividades educativas de promoção e prevenção de Saúde sobre os fatores de risco da hipertensão e suas sequelas nesta faixa etária;
- Orientar os idosos sobre alimentação e atividade física para melhorar os fatores de risco para HAS.

5 METAS

- Capacitar 100% da equipe de saúde na promoção e prevenção de saúde para promover comportamentos e práticas saudáveis em 8 meses;
- Aumentar em 60 % a boa prática do exercício físico, dieta saudável e adesão ao tratamento em 8 meses;
- Diminuir em 60 % a incidência da Hipertensão arterial em idosos em 8 meses;
- Reduzir 50% do número de internações devido a complicações da HAS em 8 meses.

6 METODOLOGIA

Será realizada uma intervenção educacional na UBS Jacurici da Leste do Município Itiúba, Estado Bahia, a partir da identificação de um problema a ser enfrentado, que é a hipertensão arterial nos idosos, com o objetivo de identificar o

nível de conhecimento sobre os fatores de riscos da hipertensão arterial em pacientes idosos, bem como lograr o empoderamento deles sobre esses fatores. A intervenção destina-se a ser realizada no período entre os meses de maio a dezembro de 2018.

Para a realização deste projeto será utilizado a revisão de trabalhos científicos disponíveis em base de dados como: SciELO (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde dentre outros. Os artigos disponíveis nessas bases de dados, além de publicações em livros e revistas médicas serão selecionados de acordo com sua relevância.

Durante o mês de maio, o material de apoio (oficinas, palestras, folhetos informativos, vídeos, apresentações em PowerPoint) será elaborado, e o responsável será o médico da equipe de saúde junto com a equipe do NASF. Posteriormente, um encontro com a equipe de saúde será realizado para apresentar o plano de ação e definir a função de cada membro.

No mês de junho, a equipe de saúde será treinada na promoção e prevenção de saúde durante 4 semanas sobre o problema escolhido para a intervenção, com frequência semanal e com duração de 1 hora cada, a capacitação será realizada na sala de atividades coletivas da UBS através de oficinas que combinam a explicação com a intervenção dos envolvidos, e o responsável será a equipe do NASF.

A UBS Jacurici da Leste tem 229 idosos cadastrados, dos quais 128 são hipertensos, representando 55,8% do total de idosos, e a amostra para a intervenção será composta por 50 pacientes que aceitarem participar. Para facilitar a execução da intervenção educativa dividiremos o grupo em dois subgrupos de 25 pessoas.

Após a realização de um diagnóstico inicial, que permitirá obter o nível de conhecimento dos idosos sobre a HAS, e do mês de agosto ao mês de novembro, serão realizadas atividades educativas e outro tipo de propostas flexíveis e participativas para seu desenvolvimento, essas atividades serão realizadas com linguagem clara e simples levando em consideração o nível de escolaridade dos participantes e estimulando a participação ativa e reflexiva deles; o tipo de trabalho está interligado para obter benefícios para a saúde dos idosos através de ações de prevenção e promoção (palestras, rodas, sessões psicoeducativas, debates), o responsável pela execução dessas atividades será a Equipe da Saúde da Família (ESF) e o psicólogo do NASF.

8 IMPACTOS ESPERADOS

Com este projeto de intervenção espera-se diminuir o surgimento de novos casos de HAS em idosos na comunidade adstrita.

Evitar sequelas nos pacientes que já sofrem de hipertensão arterial, visando uma melhor qualidade de vida para estes e para a comunidade.

No final do programa educacional, os pacientes devem entender melhor sua doença, bem como ter alcançado mudanças em seus modos e estilos de vida, fornecendo-lhes conhecimentos para alcançar uma longa sobrevivência com melhor qualidade de vida.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O tema sobre a hipertensão arterial em pacientes idosos é muito importante para a população idosa tendo em conta o envelhecimento populacional que estamos vivenciando e o aumento da incidência da doença com a idade, pelo qual uma das prioridades da Equipe da Saúde da Família deve ser a constante atualização sobre o assunto e a realização contínua e periódica de ações capazes de modificar os modos e estilos de vida da população, e com isso contribuir para a prevenção desta doença e para evitar suas possíveis complicações e sequelas.

O uso de técnicas educacionais e participativas na intervenção é uma grande ferramenta para a realização do ensino, devendo cumprir os objetivos para que as atividades sejam bem sucedidas em motivação e coesão do grupo.

Há necessidade de realizar esse tipo de projeto e avaliar sua eficácia devido à alta incidência desta doença em pacientes idosos e a necessidade de aumentar o conhecimento desse tipo de pacientes sobre a doença, seus fatores de risco e prevenção, uma vez que uma grande porcentagem deles não possui conhecimento adequado sobre a HAS.

REFERÊNCIAS

BARRETO, Mayckel da Silva; MATSUDA, Laura Misue; MARCON, Sonia Silva. Fatores associados ao inadequado controle pressórico em pacientes da atenção primária. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 114-120, Mar. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452016000100114&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 out. 2017.

BIREME. **Dia Mundial da Hipertensão**. [S.l.]: [s.n.], 2016. Disponível em: http://www.paho.org/bireme/index.php?option=com_content&view=article&id=330:dia-mundial-da-hipertensao-2016&itemid=183. [S.l.]: [s.n.]. Acesso em 05 out. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Políticas de Saúde, Cadernos de Atenção Básica, Hipertensão arterial sistêmica e Diabetes mellitus, Protocolo. Brasília, D.F., 2001.

DIOGO BOSSAY et al. Fatores associados à não-adesão ao tratamento da hipertensão arterial. *Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde*, Campo Grande, vol. 10, núm. 3, dezembro, 2006, p.73-82. Disponível em: <http://studylibpt.com/doc/1048499/fatores-associados-%C3%A0-n%C3%A3o%E2%80%93ades%C3%A3o-ao-tratamento-da>. Acesso em: 05 out. 2017.

GOVERNO DO BRASIL. Saúde > 2013 > 11 > Hipertensão atinge 24,3% da população adulta. Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/saude/2013/11/hipertensao-atinge-24-3-da-populacao-adulta>. Acesso em 05 out. 2017.

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.

LESSA, Inês. *O Adulto Brasileiro e as Doenças da Modernidade: Epidemiologia das doenças crônicas não transmissíveis*. São Paulo: Hucitec, 1998.

MARTIRES, Maria Alice Rodrigues; COSTA, Maria Arminda Mendes; SANTOS, Célia Samarina Vilaça. Obesidade em idosos com hipertensão arterial sistêmica. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 22, n. 3, p. 797-803, Sept. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072013000300028&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 out. 2017.

MARIN, Maria José Sanches; SANTANA, Flávio Henrique da Silva; MORACVICK, Maria Yvette Aguiar Dutra. Percepção de idosos hipertensos sobre suas necessidades de saúde. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 46, n. 1, p. 103-110, Feb. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000100014&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 out. 2017.

PIERIN, Angela M.G. et al. Revista Brasileira de Hipertensão: VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão, Diagnóstico e classificação. Rio de Janeiro: v.17, n.1, p.11-17, 2010.

TAVARES, Darlene Mara dos Santos et al . Qualidade de vida e adesão ao tratamento farmacológico entre idosos hipertensos. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília , v. 69, n. 1, p. 134-141, Feb. 2016 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672016000100134&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 out. 2017.

ZATTAR, Luciana Carmen et al . Prevalência e fatores associados à pressão arterial elevada, seu conhecimento e tratamento em idosos no sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 29, n. 3, p. 507-521, Mar. 2013 . Disponível em : <http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013000700009&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 out. 2017.