

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

IRIANNA REYNA BANDERA

**INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA PACIENTES COM HIPERTENSÃO
ARTERIAL DO POVOADO DE PARATI NO MUNICÍPIO DE CEDRAL,
MARANHÃO**

São Luís
2017

IRIANNA REYNA BANDERA

**INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA PACIENTES COM HIPERTENSÃO
ARTERIAL DO POVOADO DE PARATI NO MUNICÍPIO DE CEDRAL,
MARANHÃO**

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 da Saúde.

Orientador(a): Marcela de Oliveira Feitosa.

São Luís
2017

Bandera, Irianna Reyna

Intervenção educativa para pacientes com hipertensão arterial do povoado de Parati no município de Cedral, Maranhão/Irianna Reyna Bandera. – São Luís, 2017.

17 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, UNASUS, 2017.

1. Hipertensão. 2. Fatores de Risco. 3. Prevenção de doenças. I. Título.

CDU 37:616.12-008.331.1

IRIANNA REYNA BANDERA

**INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA PACIENTES COM HIPERTENSÃO
ARTERIAL DO POVOADO DE PARATI NO MUNICÍPIO DE CEDRAL,
MARANHÃO**

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

Aprovado em / /

BANCA EXAMINADORA

Profa. Marcela de Oliveira Feitosa (Orientadora)
Doutoranda em Ciências da Saúde
Faculdade de Medicina do ABC - FMABC

2º MEMBRO

3º MEMBRO

RESUMO

A Hipertensão Arterial Sistêmica é uma doença crônica não transmissível, relacionada a fatores intrínsecos, como hereditariedade, sexo, idade e raça; e a fatores extrínsecos, como tabagismo, sedentarismo, obesidade, estresse, dislipidemia e dieta. É o principal fator de risco para doenças do aparelho circulatório que representam a principal causa de morbimortalidade na sociedade contemporânea, destacando-se a doença coronariana, as cerebrovasculares e a insuficiência cardíaca. Este plano de intervenção tem como objetivo geral desenvolver ações de promoção e educação em saúde para pacientes hipertensos atendidos na Unidade Básica de Saúde Parati, no município Cedral-Maranhão. Para tal efeito será feita a capacitação da equipe executora para desenvolver ações de promoção da saúde e prevenção de agravos, e serão implantados grupos de educação em saúde que contará com a participação de pacientes adultos hipertensos, de diferentes idades. Espera-se como resultado uma população hipertensa comprometida com sua saúde, com conhecimentos suficientes sobre a doença para realizarem mudanças nos seus estilos de vida, diminuindo assim a ocorrência de complicações, internações hospitalares e sequelas.

Palavras-chave: Hipertensão. Fatores de risco. Prevenção de doenças.

ABSTRACT

Arterial Hypertension is a non-transmissible chronic disease related to intrinsic factors such as heredity, gender, age and race; and to extrinsic factors, such as smoking, sedentary lifestyle, obesity, stress, dyslipidemia and diet. It is the main risk factor for diseases of the circulatory system that represent the main cause of morbidity and mortality in contemporary society, especially coronary disease, cerebrovascular disease and heart failure. This intervention plan has as general objective to develop health promotion and education actions for hypertensive patients attended at the Parati Basic Health Unit, in the municipality of Cedral, Maranhão state. For this purpose, the executing team will be trained to develop health promotion and disease prevention actions, and health education groups will be implemented, with the participation of hypertensive adult patients of different ages. As a result, a hypertensive population committed to their health is expected, with sufficient knowledge about the disease to make changes in their lifestyles, thus reducing the occurrence of complications, hospitalizations and sequelae.

Keywords: Hypertension. Risk factors. Disease Prevention

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.....	08
4 OBJETIVOS.....	09
4.1 Geral.....	09
4.2 Específicos.....	09
5 METAS.....	10
6 METODOLOGIA	10
7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES.....	11
8 IMPACTOS ESPERADOS.....	11
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	12
REFERÊNCIAS.....	13

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

1.1 Título

Intervenção educativa para pacientes com Hipertensão Arterial do povoado de Parati no município de Cedral, Maranhão.

1.2 Equipe Executora

- Irianna Reyna Bandera
- Marcela De Oliveira Feitosa: Orientador(a)
- Equipe da UBS Parati

1.3 Parcerias Institucionais

- Secretaria Municipal de Saúde
- Coordenação da Atenção Básica

2 INTRODUÇÃO

As doenças do aparelho circulatório representam a principal causa de morbimortalidade na sociedade contemporânea, destacando-se a doença coronariana, as cerebrovasculares e a insuficiência cardíaca. A hipertensão arterial é o principal fator de risco para essas doenças, é um problema grave de saúde pública no Brasil e no mundo, apresenta alta prevalência e baixas taxas de controle. (GIROTTO, 2013; FERREIRA, 2017; GERHARD, 2016).

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é definida como uma doença crônica não transmissível, com etiologia multifatorial, com longo período de latência e curso prolongado, cuja prevalência vem aumentando em países em desenvolvimento, devido ser uma doença assintomática em suas fases iniciais. Aliado a isso, a falta de informação, por parte da população, contribui para seu baixo controle. Está relacionada a fatores intrínsecos, como hereditariedade, sexo, idade e raça; e a fatores extrínsecos, como tabagismo, sedentarismo, obesidade, estresse, dislipidemia e dieta. (GALVÃO; SOARES, 2016; MOURA, 2015; MENDES; MORAES; GOMES, 2014).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), um dos maiores desafios para as autoridades do sistema público de saúde e profissionais dessa área, é a prevenção, o controle e o tratamento desde agravo na população em geral. (SANTOS; LIMA, 2017).

O diagnóstico de HAS é definido pelos valores pressóricos correspondentes a PAS \geq 140 mmHg e PAD \geq 90 mmHg, que devem ser confirmados em pelo menos três ocasiões, em três dias diferentes com intervalo mínimo de uma semana entre as medidas, em condições técnicas apropriadas. Pela evolução da doença ser predominantemente assintomática e idiopática, o hipertenso pode sofrer demora no diagnóstico e até mesmo não aderir de modo contínuo ao tratamento. (ALVES, 2015; PEREIRA, 2015).

Muitas das complicações da hipertensão arterial são decorrentes do diagnóstico tardio. Os profissionais da área da saúde têm um importante papel para o diagnóstico e controle, reduzindo significativamente as complicações geradas pela doença e outras condições patológicas que podem atingir esta população. (FERRARI, 2014).

Na maioria das vezes a crise hipertensiva vem associada a queixas de cefaleia, vertigem, dispneia progressiva, alteração visual ou algia pulmonar. É importante atentar-se que alguns pacientes podem apresentar apenas a sintomatologia simples e apresentar crise hipertensiva, enquanto que outros podem informar sinais e sintomas como rebaixamento do nível de consciência, convulsão, insuficiência respiratória aguda, sangramento cerebral e ocular e disfunção renal. (FIGUEIRA, 2016).

O tratamento adequado da HAS é fundamental para a redução da morbidade e mortalidade por doenças cardiovasculares. A prática de controle dessa doença, silenciosa e progressiva, pode ser medicamentosa, por meio do uso de drogas específicas prescritas pelo médico; e (ou) não medicamentosa, quando envolve a modificação do estilo de vida da pessoa e adoção de comportamentos mais saudáveis. Quando não tratada adequadamente, a hipertensão arterial pode acarretar graves consequências a alguns órgãos vitais. (FERREIRA; BARRETO; GIATTI, 2014; SILVA; BOUSFIELD, 2016).

A prevalência da não adesão de pessoas com Hipertensão Arterial Sistêmica ao tratamento medicamentoso é variada, representa um problema por reduzir os resultados terapêuticos. Em relação aos fatores que influenciam a adesão ao

tratamento, pesquisadores apontam a multicausalidade, ou seja, a adesão depende da doença (cronicidade, ausência de sintomas e consequências tardias), do tratamento (medicamento consumido), de características e crenças das pessoas (sexo, idade, etnia, estado civil, escolaridade e nível socioeconômico), dos hábitos de vida, dos aspectos culturais (não percepção da seriedade da doença, desconhecimento, a doença no contexto familiar e autoestima) e do modo como as pessoas com HAS se relacionam com o serviço de saúde. (MAGNABOSCO, 2015; SILVA, 2016).

Visto isso, destaca-se que o papel dos profissionais de saúde é indispensável no processo de adesão às ações de um programa ou intervenção. Atividades educacionais voltadas para o autocuidado e trabalho em grupos de pacientes envolvendo toda a equipe de saúde pode ser útil, pois propicia a troca de informações, além de esclarecer dúvidas e atenuar ansiedades, a partir da convivência com outras pessoas que apresentam problemas semelhantes. (ARAUJO, 2017; JÚNIOR, 2016).

Partindo desse pressuposto, este plano de ação tem como proposta desenvolver atividades de promoção e educação em saúde para população hipertensa atendida na Unidade Básica de Saúde Parati, no município Cedral, Estado do Maranhão, com o intuito de incentivar estes pacientes a adotarem hábitos e estilos de vida saudáveis, bem como, orientá-los sobre a importância da adesão ao tratamento e da responsabilidade dos mesmos para controlar os níveis da pressão arterial, e conseqüentemente ter maior qualidade de vida e bem-estar.

3 JUSTIFICATIVA

A hipertensão arterial sistêmica é um importante fator de risco cardiovascular modificável. Devido a sua alta prevalência e sua relação causal com todas as doenças cardiovasculares, é o principal fator de risco para a mortalidade em todo o mundo, revelando-se como importante problema de saúde pública (ESPERANDIO et al., 2013)

A hipertensão arterial tem evolução lenta e silenciosa cujo plano terapêutico, requer a adoção de hábitos cotidianos saudáveis e o cumprimento rigoroso da prescrição de medicamentos. No entanto, a prática nos serviços de saúde da família tem mostrado uma baixa adesão ao tratamento, favorecendo, em longo prazo, o

aparecimento de lesões em órgãos-alvo e consequente mortalidade. (ROMERO et al., 2010). Os pacientes podem deixar de aderir à terapia anti-hipertensiva prescrita por vários motivos como ausência de sintomas, complexidade tratamento ou porque muitos não compreendem sua doença e sua medicação.

Isso exposto destaca-se que, a equipe de saúde da UBS de Parati, conta na sua área de abrangência com 190 pacientes hipertensos cadastrados, muitos deles com tratamento irregular ou abandono do mesmo, levando a um baixo controle da doença.

Assim sendo, a realização do referido plano justifica-se pela necessidade de desenvolver atividades de educação e promoção em saúde para pacientes hipertensos acompanhados pela Unidade Básica de Saúde Parati, no município Cedral, estado do Maranhão, a fim de aumentar os conhecimentos dos pacientes hipertensos em relação a sua doença, e como interagir e viver com ela, diminuindo a ocorrência de complicações, o número de internações no hospital, de gastos para a economia, além de diminuir a incidência de incapacidades pela doença e aumentando consequentemente a qualidade de vida.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

Desenvolver ações de promoção e educação em saúde para pacientes hipertensos atendidos na Unidade Básica de Saúde Parati, no município Cedral, estado do Maranhão.

4.2 Específicos

- Sensibilizar a população da comunidade de Parati em benefício do controle adequado da Hipertensão Arterial.
- Incentivar os pacientes hipertensos acompanhados pela Unidade Básica de Saúde Parati, no município Cedral a adotarem hábitos e estilos de vida saudáveis.
- Incentivar os hipertensos da referida comunidade a aderirem corretamente ao tratamento da doença.

- Diminuir a incidência de complicações da doença entre os hipertensos da comunidade de Parati, a partir do tratamento e acompanhamento adequado pelos profissionais de saúde da UBS.

5 METAS

- Realizar atividades de promoção da saúde e prevenção de agravos em pacientes com hipertensão arterial.
- Implantar na Unidade Básica de Saúde de Parati grupo de educação à saúde para hipertensos.
- Atingir o controle adequado da pressão arterial entre os pacientes cadastrados na UBS.
- Reduzir o número de pacientes com seqüelas decorrentes da hipertensão arterial.
- Conscientizar todos os familiares de pacientes hipertensos atendidos na UBS sobre a necessidade do indivíduo doente realizar mudanças no estilo de vida e fazer o tratamento corretamente.

6 METODOLOGIA

- Local de Intervenção

O plano de ação será executado na Unidade Básica de Saúde Parati, no município Cedral, estado do Maranhão.

- População Abordada

População adulta com diagnóstico de hipertensão arterial, de ambos os sexos e diferentes idades.

- Etapas do Projeto

1ª Etapa: Capacitação da equipe executora para desenvolver ações de promoção da saúde e prevenção de agravos entre hipertensos atendidos na UBS de Parati. A equipe executora será composta pela Equipe de Saúde da Família, em parceria com o Núcleo de Apoio à Saúde da Família e a Secretária de saúde.

2ª Etapa: Serão implantados grupos de educação em saúde que contará com a participação de pacientes adultos hipertensos, de diferentes idades. O estudo será

8 IMPACTOS ESPERADOS

- Pacientes hipertensos com maior conhecimento sobre a doença e como interagir e viver com ela.
- Mudanças no estilo de vida, diminuição do sedentarismo, da obesidade, alcoolismo, tabagismo. Prática de exercícios, alimentação saudável.
- Pacientes com sentimentos de responsabilidade e compromisso com sua saúde.
- Menor incidência de complicações provenientes da hipertensão e conseqüentemente maior qualidade de vida e bem-estar entre os pacientes hipertensos atendidos na UBS de Parati.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Atividades de educação em saúde são necessárias no trabalho diário de pacientes com hipertensão arterial, sendo esta uma ferramenta muito importante que permite atuar diretamente sobre os fatores de riscos e modificá-los, e conseqüentemente obter resultados satisfatórios no controle adequado desta doença. Assim, compete à atenção primária à promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis para alcançar uma maior expectativa de vida e melhor estado de saúde para esses pacientes.

Espera-se como resultado da realização deste projeto, uma população hipertensa mais comprometida com sua saúde, com sentimentos de responsabilidade, com conhecimentos suficientes para viver e interagir com sua doença, sem apresentar limitações nas atividades das suas vidas diárias e com maior qualidade de vida.

É muito importante a participação e o compromisso de todos os profissionais da atenção básica, além dos gestores da comunidade, para alcançar a eficácia das ações de promoção, encorajando mudanças no estilo de vida com o estímulo à alimentação adequada, a prática do exercício físico, evitar obesidade, sobrepeso e hábitos tóxicos, que, juntamente com um controle adequado do tratamento, reduzirá consideravelmente a ocorrência de complicações decorrentes da doença, admissões hospitalares e pacientes com seqüelas.

REFERÊNCIAS

ALVES, A., RIBEIRO, F., MACEDO, L., BARRENSE, L., SANTOS, N., SILVA, Y. Prevenção e Controle da Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus - Proext. Extramuros - Revista de Extensão da Univasf, América do Norte, 3, mai. 2015.

Disponível em:

<http://periodicos.univasf.edu.br/index.php/extramuros/article/view/687/405>. Acesso em: 6 out. 2017.

ARAUJO, Flávia Nunes Ferreira de et al. A Efetividade das Ações de Controle da Hipertensão Arterial na Atenção Primária à Saúde. 2016. Rev Pesq Saúde, 1 (): 7 2 80-86, mai-ago, 2016. Disponível em:

<<http://www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/revistahuufma/article/view/6025/3645>>. Acesso em: 06 out. 2017.

FERRARI, Roberta Fernanda Rogonni et al. Motivos que levaram idosos com hipertensão arterial a procurar atendimento na atenção primária. 2014. Rev Rene. 2014 jul-ago; 15(4):691-700: 691-700. Disponível em:

<http://repositorio.ufc.br/ri/bitstream/riufc/11476/1/2014_art_rfferrari.pdf>. Acesso em: 06 out. 2017.

FERREIRA, Reginara Alves; BARRETO, Sandhi Maria; GIATTI., Luana. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 30(4):815-826, abr, 2014 Hipertensão arterial referida e utilização de medicamentos de uso contínuo no Brasil: um estudo de base populacional. 2014. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 30(4):815-826, abr, 2014. Disponível em: <<http://200.239.128.16/handle/123456789/6295>>. Acesso em: 06 out. 2017.

FERREIRA, Synara Cirelle Holanda et al. A ATENÇÃO FARMACÊUTICA AO PACIENTE PORTADOR DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA. Mostra Científica da Farmácia, [S.l.], v. 3, n. 1, jul. 2017. ISSN 2358-9124. Disponível em: <<http://publicacoesacademicas.fcrs.edu.br/index.php/mostracientificafarmacia/article/view/1207>>. Acesso em: 05 Out. 2017.

FIGUEIRA, Elke Tatiane Almeida et al. Percepção da equipe de enfermagem sobre hipertensão arterial em uma Unidade de Pronto Atendimento no Estado do Pará. 2016. Rev. Bra. Edu. Saúde v.6, n.3, p.13-16, 2016. Disponível em: <<http://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/4174/3859>>. Acesso em: 06 out. 2017.

GALVÃO, Raphael Reis Silva; SOARES, Daniela Arruda. PREVALÊNCIA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL E FATORES ASSOCIADOS EM ADULTOS: UMA REVISÃO NA LITERATURA BRASILEIRA. 2016. 139Rev. APS. 2016 jan/mar; 19(1): 139 - 149. Disponível em: <<https://aps.ufjf.emnuvens.com.br/aps/article/view/2273>>. Acesso em: 05 out. 2017.

GERHARDT, Paula Cristina et al. TENDÊNCIA DAS INTERNAÇÕES POR DIABETES MELLITUS E HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS. 2016. Cogitare Enferm. 2016 Out/dez; 21(4): 01-10. Disponível em: <<http://www.saude.ufpr.br/portal/revistacogitare/wp-content/uploads/sites/28/2016/12/44912-187928-1-PB.pdf>>. Acesso em: 05 out. 2017.

GIROTTTO, Edmarlon et al. Adesão ao tratamento farmacológico e não farmacológico e fatores associados na atenção primária da hipertensão arterial. 2013. Ciência & Saúde Coletiva, 18(6):1763-1772, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v18n6/27>>. Acesso em: 05 out. 2017.

MAGNABOSCO, Patricia et al. Análise comparativa da não adesão ao tratamento medicamentoso da hipertensão arterial sistêmica em população urbana e rural. 2015. Rev. Latino-Am. Enfermagem jan.-fev. 2015;23(1):20-7 DOI: 10.1590/0104-1169.0144.2520. Disponível em: <<http://www.redalyc.org:9081/html/2814/281438429004/>>. Acesso em: 06 out. 2017.

MENEZES JÚNIOR, João Evangelista et al. EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO ESTRATÉGIA PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DOS USUÁRIOS HIPERTENSOS. 2011. Rev Rene, Fortaleza, 2011; 12(n. esp.):1045-51.. Disponível

em: <<http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/4448/3374>>. Acesso em: 06 out. 2017.

MOURA, Ionara Holanda de et al. Prevalência de hipertensão arterial e seus fatores de risco em adolescentes. 2015. Acta Paul Enferm. 2015; 28(1):81-6.. Disponível em: <http://repositorio.ufc.br/ri/bitstream/riufc/10902/1/2015_art_grfsilva.pdf>. Acesso em: 05 out. 2017.

PEREIRA, Ivana Maria Onofri. Proposta de intervenção interdisciplinar para a adesão dos pacientes ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica. 2015. Liph Science, v. 2, n. 2, p. 21- 40, abr./jun., 2015. Disponível em: <[http://crfm.org.br/comunicacao/proposta de intervencao.pdf](http://crfm.org.br/comunicacao/proposta_de_intervencao.pdf)>. Acesso em: 06 out. 2017.

SANTOS, Zelia Maria de Sousa A Raújo S; IMA, H Élder de P Ádua L. AÇÕES EDUCATIVAS NA PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL EM TRABALHADORES. 2008. Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste, vol. 9, núm. 1, enero-marzo, 2008, pp. 60-68 Universidade Federal do Ceará Fortaleza, Brasil. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/3240/324027961008.pdf>>. Acesso em: 05 out. 2017.

SILVA, Andréa Pereira da et al. Fatores associados à não adesão ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica: uma revisão integrativa. 2016. J. res.: fundam. care. online 2016. jan./mar. 8(1):4047-4055. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/5019/pdf_1834>. Acesso em: 06 out. 2017.

SILVA, Mariana Luíza Becker da; BOUSFIELD, Andréa Barbará da Silva. Representações sociais da hipertensão arterial. Temas psicol., Ribeirão Preto, v. 24, n. 3, p. 895-909, set. 2016. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2016000300007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 06 out. 2017. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2016.3-07>.