UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ
PRÓ-REITORIA DE ENSINO DE PÓS-GRADUAÇÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
NÚCLEO DE ESTUDOS PESQUISA E EXTENSÃO EM EDUCAÇÃO
PERMANENTE PARA O SUS (NUEPES)
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA E COMUNIDADE

ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA ELEVAR OS CONHECIMENTOS SOBRE HIPERTENSÃO ARTERIAL

Educational intervention strategy to raise awareness of hypertension.

Zuilen Gandarilla Reyes

Especialista em Medicina Geral Integral.Programa Mais Médicos,

Telefone: (89) 999112680, E-mail: zuilengr17@gamil.com, Pio IX.Piauí

Ione Maria Ribeiro Soares Lopes

Professora da Universidade Federal de Piauí da disciplina Ginecologia com mestrado de doutorado, E-mail: ione.gin@uol.com.br.

RESUMO

A Hipertensão Arterial representa um problema de saúde pública no Brasil, assim como em outros países em desenvolvimento, visto que acomete um grande número de pessoas.O trabalho tem como objetivo geral implementar uma intervenção educativa sobre Hipertensão Arterial na Unidade Básica de Saúde (UBS) Serra do Boi.Pío IX.Piauí,no período compreendido de Março a Dezembro de 2018 e como objetivos específicos identificar o número de moradores com hipertensão arterial em nossa área de trabalho,caracterizar os participantes do estudo em quanto as características sociodemográficas,clínicas e laboratoriais,identificar o grau de conhecimento dos pacientes sobre a doença e desenvolver ações educativas para os pacientes hipertensos da UBS. O universo do estudo será constituído por pacientes hipertensos com idade entre 18 e 59 anos que cumpram os critérios de inclusão. A proposta de intervenção é composta por três etapas, a primeira que consiste em aplicar o questionário para caracterizar os pacientes e saber os conhecimentos que eles têm,a segunda etapa consiste no desenvolvimento das ações educativas composto por um prgrama de atividades que oferecem os conhecimentos principais sobre a hipertensão obtidos na literatura e a terceira etapa e última será a evaluação do impacto das ações com aplicação novamente do questionário aplicado na primeira etapa. Será implementado semanalmente com uma duração de 60 minutos durante 4 meses,utilizando técnicas participativas como exposição,apresentação,videodebates e outros. Com a implementação deste trabalho é esperado como resultado diminuir a incidência e prevalência da doença e aumentar o conhecimento da população com atividades educativas.A falta de conhecimentos das pessoas sobre seus problemas de saúde é causa fundamental para possíveis complicações. É por isso que tem notável impacto a promoção e educação em saúde, que são instrumentos muitos válidos para a prevenção e controle de diversas doenças. Este projeto será encaminhado à Secretaria Municipal de Saúde e as demais UBS para mostrar às diferentes equipes do município um modelo útil de prevenção e controle da doença, procurando desenvolver as ações propostas em cada uma delas.

Palavras-chave: Hipertensão Arterial, Promoção e prevenção de saúde, Educação em saúde.

ABSTRACT

Hypertension represents a health problem in Brazil as well as in other developing countries as it affects a large number of people. The main objective of the work is to implement an educational intervention on hypertension in the Serra do Boi basic health unit, municipality Pío IX.Piaui in the period from March to December 2018 and as specific objectives to identify the number of people with hypertension in our work area, characterize the study participants in terms of sociodemographic, clinical and laboratory characteristics, identify the degree of knowledge of patients about the disease and develop educational actions for hypertensive patients of the UBS. The universe of the study will be constituted by hypertensive patients with age between 18 and 59 years that meet the inclusion criteria. The intervention proposal is composed of three stages, the first consisting of applying the questionnaire to characterize the patients and knowing the knowledge they have, the second stage consists of the development of educational actions composed of a program of activities offered by the main knowledge about hypertension obtained in the literature and the third and last stage would be the evaluation off the impact of the actions with the application again of the questionnaire applied in the first stage. It will be implemented weekly with a duration of 60 minutes during 4 months, using participatory techniques such as exposition, presentations, video debates and others. With the implementation of this work it is expected as a result to decrease the incidence and prevalence of the disease and increase the knowledge of the population with educational activities. The lack of knowledge of people about their health problems is a fundamental cause for possible complications. That is why the promotion and education in health that are very valid instruments for the prevention and control of various disease has a significant impact. This project will be sent to the Municipal Health to show the different municipal teams a useful model of prevention and control of the disease, trying to develop the proposed actions in each of them.

Keywords: Arterial hypertension, health promotion and prevention, health education.

INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial é um grande problema de saúde em nossos dias devido a sua alta incidência e prevalência na sociedade, é considerada como uma doença silenciosa por, muitas vezes não manifestar os sintomas e atrasar, assim, o diagnóstico por parte do médico sendo maior sua associação com mortalidade e outras morbidades devido ás complicações que podem se apresentar.

Quando o diagnóstico não é feito adequadamente podem ocorrer complicações como acidente vascular cerebral, ataque cardíaco e insuficiência renal.

Pressão alta é uma doença "democrática". Ataca homens e mulheres, brancos e negros, ricos e pobres, idosos e crianças, gordos e magros, pessoas calmas e nervosas.

A Hipertensão é muito comum, acomete uma em cada quatro pessoas adultas. Todos os anos, cerca de 17 milhões de pessoas no mundo morrem de doenças cardiovasculares, em particular devido a ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais; Em 2008, cerca de 17,3 milhões de pessoas morreram de doença cardiovascular, representando 30% de todas as mortes no mundo; dentro deste valor, cerca de 7,3 milhões morreram devido a doença cardíaca coronária e 6,2 milhões devido a acidente vascular cerebral (AVC); Países de baixo e médio rendimento estão mais expostas a fatores de risco para doenças cardiovasculares e as suas populações têm menos acesso aos esforços preventivos do que as pessoas que vivem em países de alto rendimento, pelo que mais de 80% das mortes cardiovasculares ocorrem nestes paísese ocorrem quase igualmente em homens e mulheres; Estima-se que o número de pessoas que morrem de doenças cardiovasculares, principalmente de doenças cardíacas e AVC, vai aumentar para 23,3 milhões em 2030, projetando-se assim que as doenças cardiovasculares manter-se-ão a principal causa de morte em todo o mundo; Um em cada três adultos sofre de hipertensão arterial; A proporção aumenta com a idade: entre os 20/30 anos 1 em cada 10 pessoas têm hipertensão aos 50 anos 5 em cada 10 pessoas; Afeta mais os homens do que as mulheres; A hipertensão arterial contribui para cerca de metade de todas as mortes por acidente vascular cerebral (AVC) e problemas cardíacos no mundo; 9,4 Milhões de mortes por ano, ou 16,5% de todas as mortes podem ser atribuídas à hipertensão arterial e isso inclui 51% das mortes por acidente vascular cerebral e 45% das mortes por doença coronária cardíaca.

Assim, estima-se que atinja em torno de, no mínimo, 25 % da população brasileira adulta, chegando a mais de 50% após os 60 anos e está presente em 5% das crianças e adolescentes no Brasil(PASSOS 2011) É responsável por 40% dos infartos, 80% dos derrames e 25% dos casos de insuficiência renal terminal. As graves consequências da pressão alta podem ser evitadas, desde que os hipertensos conheçam sua condição e mantenham-se em tratamento com adequado controle da pressão.

De acordo com o estudo Vigitel, do Ministério da Saúde (MS), o diagnóstico de hipertensão arterial aumentou 14,2% no Brasil nos últimos 10 anos, principalmente entre mulheres. A

pesquisa aponta a obesidade – que aumentou 60% nesse mesmo período – como um dos principais fatores responsáveis pelo índice observado não só na pressão alta, que agora atinge 25,7% da população, mas também no diabetes.(VIGITEL 2016)

Na Unidade Básica de Saúde da Serra do Boi do município Pio IX foi observado um crescente número de pacientes com hipertensão arterial, a maioria deles pelos estilos de vida pouco saudáveis, o desconhecimento dos principais fatores de risco da doença e suas graves complicações se não faz tratamento. Por esse motivo é que eu considerei importante a realização do presente trabalho.

O projeto terá como propósito elevar os conhecimentos da população para dessa forma diminuir a incidência da doença no município e melhorar a qualidade de vida das pessoas.

METODOLOGIA

Será realizado um estudo de intervenção educativa com pacientes hipertensos que estão na faixa etarea adulta cadastrados na Unidade Básica de Saúde Serra do Boi, que é vinculada ao Sistema Único de Saúde (SUS).

Sujeitos da Intervenção.
A amostra será constituída por 60 adultos, que concordarem em participar do estudo de forma voluntária, após lerem e assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Como critérios de inclusão serão estudados pacientes com Hipertensão Arterial, com idades entre 18 a 59 anos, ambos os gêneros, capazes de responder verbalmente ou pela escrita um questionário.

Estratégias e Ações.
Serão citados os pacientes explicando os objetivos de realização da intervenção.

Serão aplicados os questionários de perguntas para determinar os conhecimentos que eles têm antes de aplicar a intervenção.

Será aplicado um questionário que contém 20 questões fechadas e semi-abertas com variáveis sociodemográficas (idade, sexo, estado civil, escolaridade, ocupação, renda familiar, número de membros da família); clínicas (tempo da doença, comorbidades, antecedentes familiares, fatores de risco, complicações crônicas, tratamento e participação prévia em grupos de educação, peso corporal, altura, índice de massa corporal, pressão arterial sistólica, pressão arterial diastólica, circunferência abdominal) e laboratoriais (colesterol total, colesterol LDL, colesterol HDL, triglicérideos e glicemia plasmática de jejum,) e outro questionário com 15 perguntas para avaliar o nível de conhecimento geral que eles tem antes de aplicar o projeto.

A aplicação dos instrumentos será realizada pelo próprio pesquisador no momento da consulta em ambiente calmo e tranquilo.

O curso Básico sobre Hipertensão Arterial consiste em abordagem geral sobre a patologia, epidemiologia,principais fatores de risco, adesão ao tratamento, complicações e qualidade de vida desses pacientes , o curso será realizado em salas na própria UBS de forma dinâmica e com duração máxima de 60 minutos, uma vez por semana por 4 meses.
Serão feitos programas de atividades educativas com a utilização de técnicas participativas como exposição,apresentação,videodebtaes e outros.

Avaliação e Monitoramento.

Após o período de 4 meses em que seja implementado o projeto os questionários serão aplicados novamente e os dados serão comparados para saber a eficácia da orientação.

Os dados serão tabulados em planilhas de Excel, além das aplicação de testes estatísticos necessários para compreensão dos dados.

O desenvolvimento do estudo irá respeitar os princípios de ética em pesquisa envolvendo seres humanos.

PLANO OPERATIVO

Situação problema	**OBJETIVOS**	**METAS/ PRAZOS**	**AÇÕES/ ESTRATÉGIAS**	**RESPONSÁVEIS**
Na análise situacional de saúde foi verificado uma alta incidência de hipertensão arterial na UBS Serra do Boi.Pío IX.Piauí.	Identificar o número de moradores com hipertensão arterial em nossa área de trabalho. Caracterizar os participantes do estudo em quanto as características sociodemográficas.	1 mês	Pretendo com o resultado dessa investigação realizar uma intervenção educativa na UBS Serra do Boi.	Dra.Zuilen Gandarilla Reyes. A equipe de saúde
Foi observado nos atendimentos pouco conhecimento sobre a doença.	Identificar o grau de conhecimento dos pacientes sobre a doença.	2 meses	Aplicação do questionário com variáveis sociodemográficas clínicas e laboratoriais da hipertensão e outro relacionado ao conhecimento geral da doença.	Dra.Zuilen Gandarilla Reyes.
Não existe seguimento adequado em pacientes hipertensos em quanto a fatores de risco,dieta,tratamento e prevenção das complicações.	Desenvolver ações educativas para os pacientes hipertensos da UBS.	4 meses	Oferecer conhecimento adequado aos pacientes em quanto ao abordagem geral sobre a patologia,principais fatores de risco, tratamento, complicações e qualidade de vida.Será feito utilizando técnicas participativas como exposição,apresentação,videodebates,entre outros.	Dra.Zuilen Gandarilla Reyes.

RESULTADOS ESPERADOS:

Com a implantação das ações propostas neste trabalho é esperado diminuir a incidência e prevalência da doença,aumentar a um 90% o conhecimento da população sobre os fatores de risco para desenvolver a hipertensão,sensibilizar ao 100% dos pacientes sobre a importancia da prevenção das complicações e criar grupos de educação em saúde na UBS trazendo benefícios através das orientações para um convívio melhor com a doença. Mediante aplicação do questionário conheceremos as necessidades dos pacientes e então vamos agir sobre as questões negativas.

Espera-se proporcionar um melhor controle da doença, estimular hábitos de vida saudáveis incluindo alimentação e atividade física e capacitar os pacientes sobre o tema para serem multiplicadores dessas informações na comunidade e assim reduzir os fatores de riscos e a morbimortalidade desta doença na população.
E imprescindível que os pacientes sintam a necessidade de serem acompanhadas e que encontrem em nosso trabalho um atendimento atrativo com o uso das dinâmicas grupais, com desenvolvimento harmônico, vocabulários apropriados aos seus níveis da escolaridade.

CONCLUSÃO

A falta de conhecimentos das pessoas sobre seus problemas de saúde é causa fundamental para possíveis complicações. É por isso que tem notável impacto a promoção e educação em saúde, que são instrumentos muitos válidos para a prevenção e controle de diversas doenças.

Com a implantação das ações propostas neste trabalho é esperado diminuir a incidência e prevalência da doença,aumentar a um 90% o conhecimento da população sobre os fatores de risco para desenvolver a hipertensão,sensibilizar ao 100% dos pacientes sobre a importancia da prevenção das complicações e criar grupos de educação em saúde na UBS trazendo benefícios através das orientações para um convívio melhor com a doença. Mediante aplicação do questionário conheceremos as necessidades dos pacientes e então vamos agir sobre as questões negativas.

Espera-se proporcionar um melhor controle da doença, estimular hábitos de vida saudáveis incluindo alimentação e atividade física e capacitar os pacientes sobre o tema para serem multiplicadores dessas informações na comunidade e assim reduzir os fatores de riscos e a morbimortalidade desta doença na população.
E imprescindível que os pacientes sintam a necessidade de serem acompanhadas e que encontrem em nosso trabalho um atendimento atrativo com o uso das dinâmicas grupais, com desenvolvimento harmônico, vocabulários apropriados aos seus níveis da escolaridade.

Este projeto será encaminhado à Secretaria Municipal de Saúde e as demais UBS para mostrar às diferentes equipes do município um modelo útil de prevenção e controle da Hipertensão Arterial, procurando desenvolver as ações propostas em cada uma delas.

REFERÊNCIAS

1. BARROS, M.B.A., et al. Auto-avaliaçao da saúde e fatores associados, Brasil, 2006. Revista de Saúde Pública, v.43, n.2, p.27-37, 2009. Disponível: http://www. scielosp.org/pdf/rsp/v43s2/ao792.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
2. BORGES, H.P.; et al. Associação entre hipertensão arterial e excesso de peso em adultos, Belém, Pará, 2005. Arquivo Brasileiro de Cardiologia, v.91, n.2, p.110-18, 2008. Disponível: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0066-782X2008001400007&script=sci_arttext Acesso: 11 de Novembro de 2011.
3. CAVAGIONI, L.C.; et al. Agravos a saúde, hipertensão arterial e predisposição ao estresse em motoristas de caminhão. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 43, n.2, p.1267-71, 2009. Disponível: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v43nspe2/ a21v43s2.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
4. COLTRO, R.S., et al. Freqüência de fatores de risco cardiovascular em voluntários participantes de evento de educação em saúde. Revista da Associação Médica Brasileira, v.55, n.5, p.606-10, 2009. Disponível: http://www.scielo.br/pdf/ramb/ v55n5/28.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
5. FERREIRA, S.R.G., et al. Freqüência de Hipertensão arterial e fatores associados: Brasil, 2006. Revista de Saúde Pública, v.43, n.2, p.98-106, 2009. Disponível: http://www.scielosp.org/pdf/rsp/v43s2/ao791.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
6. Hipertensao Arterial. http://pt.Wikipédia. org /wiki/hipertesao_ arterial.
7. LIPP, M.E.N. Controle do estresse e hipertensão arterial sistêmica. Revista Brasileira de Hipertensão, v.14, n.4, p.89-93, 2007. Disponível: http://www.puccampinas.edu.br/rep/pos/docentes/producao_cientifica/AP_Marilda_Lipp _Controle_Stress.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
8. PASSOS, V.M.A; ASSIS, T.D; BARRETO,S.M. Hipertensão arterial no Brasil: estimativa de prevalência a partir de estudos de base populacional. Caderno de Epidemiologia e Serviço de Saúde, v.15, n.1, p.35-45, 2006. Disponível: http:// iah.iec.pa.gov.br/iah/fulltext/pc/portal/ess/v15n1/pdf/v15n1a02.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
9. PÉRES, D.S; MAGNA, J.M; VIANA, L.A. Portador de Hipertensão Arterial: Atitudes, Crenças, Percepções, Pensamentos e Práticas. Revista de Saúde Pública, v.37, n.5, p.635-42, 2003. Disponível: http://www.scielosp.org/pdf/rsp/ v37n5/17480.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.

10. PIRES, C.G.S; MUSSI, F.C. Crenças em saúde para o controle da hipertensão arterial. Revista de Ciência e Saúde Coletiva, v.13, n.2, p.2257-67, 2008. Disponível: http://www.scielosp.org/pdf/csc/v13s2/v13s2a30.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
11. WAGMAKER, D.S; PITANGA, F.J.G. Atividade física no tempo livre como fator de proteção para a hipertensão arterial sistêmica. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v.15, n.1, p.69-74, 2007. Disponível: http://portalrevistas.ucb.br/index. php/RBCM/article/view/1027/933 Acesso: 11 de Novembro de 2011.
12. Indicadores e Dados Básico.IDB.Brasil 2006.http://www.DATSUS.gov.br/tabcg
13. COELHO, E.B., et al. Relação entre a assiduidade às consultas ambulatoriais e o controle da pressão arterial em pacientes hipertensos. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, v.85, n.3, 2005. Disponível: http://www.scielo.br/pdf/abc/v85n3/25997. pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
14. FONSECA, F.C.A., et al. A Influencia de fatores emocionais sobre a hipertensão arterial. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v.58, n.2, p.128-134, 2009. Disponível: http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v58n2/v58n2a11.pdf Acesso: 11 de Novembro de 2011.
15. SARNO, F; MONTEIRO, C.A. Importância relativa do índice de massa corporal e da circunferência abdominal na predição da hipertensão arterial. Revista de Saúde Pública, v.41, n.5, 2007. Disponível: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_ arttext&pid=S0034-89102007000500013&lng=pt&nrm=iso Acesso: 11 de Novembro de 2011. SANTOS,