



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS (UNA-SUS) - NÚCLEO DO CEARÁ
NÚCLEO DE TECNOLOGIAS EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA EM SAÚDE
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO, PESQUISA E INOVAÇÃO EM SAÚDE DA
FAMÍLIA

WARESKA STEPHENSON PULSANT

MELHOR ADESÃO AO TRATAMENTO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM
IDOSOS DE UMA UNIDADE DE SAÚDE – GAVIÃO - PARAMBU/CE

FORTALEZA
2018

WARESKA STEPHENSON PULSANT

MELHOR ADESÃO AO TRATAMENTO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS
DE UMA UNIDADE DE SAÚDE – GAVIÃO - PARAMBU/CE

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Coordenação do Curso de Especialização em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (Una-SUS) - Núcleo do Ceará, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância em Saúde, Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Orientadora: Profa Me Anna Virginia Viana C.
Dantas

FORTALEZA

2018

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Biblioteca Universitária

Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

P1m PULSANT, WARESKA STEPHENSON.
MELHOR ADESÃO AO TRATAMENTO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS DE UMA
UNIDADE DE SAÚDE – GAVIÃO - PARAMBU/CE / WARESKA STEPHENSON PULSANT. – 2018.
23 f. : il.

Trabalho de Conclusão de Curso (especialização) – Universidade Federal do Ceará, Faculdade de
Medicina, Especialização NUTEDS - Saúde da família, Fortaleza, 2018.
Orientação: Profa. Ma. Anna Virginia Viana C. Dantas.

1. Hipertensão.. 2. Atenção Primária à Saúde.. 3. Educação em Saúde.. I. Título.

CDD 362.1

WARESKA STEPHENSON PULSANT

MELHOR ADESÃO AO TRATAMENTO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS
DE UMA UNIDADE DE SAÚDE – GAVIÃO - PARAMBU/CE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Especialização em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (Una-SUS) - Núcleo Do Ceará, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância Em Saúde, Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Aprovado em: __/__/__

BANCA EXAMINADORA

Prof^o Anna Virginia Viana C. Dantas

Prof^o., titulação (Dr./Me/Esp), nome.
Instituição

Prof^o., titulação (Dr/Me/Esp), nome.
Instituição

RESUMO

A comunidade atendida pela Equipe de Saúde da Família do distrito de Gavião no município de Parambu é de 4500 pessoas, destes 23% sofrem de hipertensão e deles 380 são idosos hipertensos, o que representa 10% do total da população. A maioria dos hipertensos não aderem adequadamente ao tratamento proposto, desencadeando um grave problema de saúde pública. Diante de tal realidade, o objetivo do presente plano de intervenção foi otimizar a adesão dos pacientes idosos ao tratamento da hipertensão arterial atendidos pela Equipe de Saúde da Família Gavião, município Parambu/CE. Para tanto foram propostas como intervenções: treinamento da equipe assistencial, busca ativa por idosos hipertensos, e realização de atividades de educação em saúde. Após as atividades propostas 48 idosos retornaram à Unidade de Saúde para dar início ao acompanhamento e tratamento da pressão arterial. Destes, 16 estão praticando atividades físicas moderadas com auxílio do educador físico e 22 estão sendo acompanhados por uma nutricionista para que possam desenvolver novos hábitos alimentícios saudáveis e melhorar a qualidade de vida. Espera-se aumentar a adesão ao tratamento anti-hipertensivo dos pacientes idosos atendidos pela Equipe de Saúde Família de Gavião distrito do município de Parambu, realizar mudança de mais 30% dos hábitos alimentares e estilo de vida dos envolvidos, evitando, assim, o desenvolvimento das perigosas complicações de saúde.

Palavras-chave: Hipertensão. Atenção Primária à Saúde. Educação em Saúde.

ABSTRACT

The community served by the Family Health Team of the district of Gavião in the municipality of Parambu is 4500 people, of these 23% suffer from hypertension and of them 380 are hypertensive elderly, which represents 10% of the total population. Most hypertensive patients do not adhere adequately to the proposed treatment, triggering a serious public health problem. In view of this reality, the objective of this intervention plan was to optimize the adherence of the elderly patients to the treatment of arterial hypertension attended by the Gavião Family Health Team, Parambu municipality / CE. For such, interventions were proposed: training of the care team, active search for hypertensive elderly, and health education activities. After the proposed activities, 48 elderly people returned to the Health Unit to initiate the monitoring and treatment of blood pressure. Of these, 16 are practicing moderate physical activities with the help of the physical educator and 22 are being accompanied by a nutritionist so that they can develop new healthy eating habits and improve the quality of life. It is hoped to increase adherence to the antihypertensive treatment of the elderly patients attended by the Gavião Family Health Team district of the municipality of Parambu, to change 30% more of the eating habits and lifestyle of those involved, thus avoiding the development of dangerous health complications.

Keywords: Hypertension. Primary Health Care. Health Education.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	5
2	PROBLEMA.....	7
3	JUSTIFICATIVA.....	8
4	OBJETIVOS.....	10
4.1	OBJETIVO GERAL.....	10
4.2	OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	10
5	REVISÃO DE LITERATURA.....	11
6	METODOLOGIA.....	13
7	ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	15
8	CRONOGRAMA.....	16
9	RECURSOS NECESSÁRIOS.....	17
10	CONCLUSÃO	18
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	19

1 INTRODUÇÃO

De acordo com Silveira et al. (2013) a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) assusta por sua alta magnitude em todo o mundo. A HAS pode ser conceituada como uma doença crônica, não transmissível, de etiologia multifatorial, que se caracteriza por níveis pressóricos elevados e sustentados. É considerada, conforme os autores, o principal fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, estando também envolvida na patogênese de doenças metabólicas, como o diabetes mellitus tipo 2 (DM2).

Dentre os inúmeros fatores de risco para o desenvolvimento da hipertensão, a obesidade, envelhecimento e persistência de hábitos de vida deletérios como tabagismo e etilismo são descritos como os principais complicadores da condição de saúde e “precipitadores” do quadro hipertensivo (SILVA et al., 2013). Segundo Chaves et al. (2015), o envelhecimento populacional é hoje considerado um fenômeno mundial. Os autores ressaltam que mais de 60% dos idosos são hipertensos, o que exige um novo olhar em saúde pública sobre essa população.

Aiolfi et al. (2015) relatam que uma grande dificuldade em lidar com idosos no geral é a falta de adesão ao tratamento. No caso da hipertensão, a baixa adesão se agrava ainda mais pelo fato de a doença ser assintomática na maioria dos pacientes. Em muitos casos há também déficits cognitivos ou falta de rede de apoio (família e cuidadores) que agravam a deficiência do autocuidado. Os autores verificaram que a presença de familiares junto ao idoso favorece uma maior adesão ao tratamento.

Barreto et al. (2015) realizaram uma pesquisa com 422 indivíduos hipertensos, com predomínio de idosos e verificou-se que 42,65% dos participantes não aderiam adequadamente ao tratamento proposto. A menor escolaridade, raça negra, menor frequência às consultas e uso de mais de duas medicações foram os fatores relacionados à uma menor adesão ao tratamento. Em outro estudo realizado por Tavares et al. (2016) os pesquisadores verificaram maior adesão em idosos mais velhos, que já possuíam complicações do quadro hipertensivo. Além disso, verificou-se maior qualidade de vida entre os idosos não-aderentes e maior prevalência de quadros depressivos entre os idosos aderentes. Os autores concluem que a adesão geralmente se dá com o agravamento do quadro hipertensivo. Diante disso, torna-se essencial conscientizar os hipertensos que a ausência de sintomas não significa ausência dos riscos associados à hipertensão.

Ferreira et al. (2015) realizaram um estudo com 23.620 idosos hipertensos e/ou diabéticos analisando a frequência nas consultas nos últimos 12 meses. Verificou-se que 10,5% dos hipertensos não haviam realizado as consultas de rotina. O sexo feminino, maior idade, pior autoavaliação de saúde e presença de condições crônicas estiveram relacionadas à menor presença nas consultas. A baixa acessibilidade não foi descrita como uma possível causa para o problema.

Tal panorama indica que o modo como as pessoas fazem seus tratamentos está entre os maiores desafios no enfrentamento da doença, que o tratamento adequado pode consistir tanto na adoção de estilo de vida saudável, quanto no uso de medicação ou a associação de ambos. A adesão ao tratamento da pessoa idosa com essa doença é fundamental para melhorar a qualidade de vida e diminuir os riscos cardiovasculares. Na intenção de promover adesão destes pacientes ao tratamento identificou-se como objetivo para o presente estudo intervir sobre os fatores que interferem no processo de adesão ao tratamento da HAS, em especial, entre os idosos.

2 PROBLEMA

O município de Parambu-CE foi criado no ano de 1956, tendo seu nome o significado de “Pequena Cachoeira”. O município possui como limites geográficos o Estado do Piauí ao sul, e à Oeste, ao leste o município de Ameiroz e ao norte o município de Tauá. Em uma área de 2303 Km² e uma altitude de 478m, o município possui clima tropical quente semi-árido, com uma temperatura média de 24-26°. Sua economia é marcada pela pecuária, e agricultura irrigada, visto que o clima não é propício para produções sem sistemas efetivos de irrigação. Apresenta uma população estimada de 31.137 pessoas, e possui aproximadamente 56% da população com rendimento per capita inferior à meio salário mínimo. O desemprego, de acordo com o último censo realizado no município é superior à 90% da população (IBGE, 2017).

O município divide-se nos distritos de Parambu (Sede do município), Cococi, Gavião, Miranda, Monte Sion, Novo Assis e Oiticica. A comunidade de Gavião, foco deste estudo, foi criada em 1990. Verifica-se na comunidade uma baixa infraestrutura sanitária, com presença de fossas abertas, uma baixa escolaridade da população em geral, e desconhecimento de noções básicas de higiene e saneamento.

Em pesquisa realizada pela Secretaria de Saúde do município Parambu, evidencia-se na comunidade de Gavião um total de 870 hipertensos, representando 23% da população total. Deles, 576 não realizam o tratamento de forma contínua e 294 fizeram abandono do mesmo. Para este estudo, propõe-se como pergunta-problema: Quais estratégias de saúde podem aumentar a adesão de idosos ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica para o controle da pressão e estímulo a prática de atividade física?

3 JUSTIFICATIVA

Observa-se o desconhecimento da população sobre os fatores de risco para prevenir essa doença, e a manter controlada diante do adequado tratamento medicamentoso. Diante disso, propõe-se realizar o projeto de intervenção que consiste em melhorar a adesão ao tratamento da hipertensão arterial na Unidade de Saúde da Família Gavião, no Município Parambu/CE. A fim de diminuir as complicações e mortalidade causadas por essa patologia na população atendida, especialmente em idosos.

A comunidade apresenta 4500 habitantes, sendo 975 famílias cadastradas, conforme distribuição etária apresentada:

Tabela 1: Distribuição por sexo e idade dos habitantes da Comunidade Gavião, no Município de Parambu/CE.

Sexo	<1 ano	1-4 anos	5-9 anos	10-14 anos	15-19 anos	20-39 anos	40-49 anos	50-59 anos	>60 anos	Total	%
Masc	13	41	30	80	123	538	441	400	274	1935	43
Fem	17	48	51	91	181	542	534	416	679	2565	57
Total	30	89	81	171	304	1080	975	816	953	4500	100

Fonte: Cadastro de Pacientes UBS.

Observa-se que o grupo etário que mais prevalece na comunidade é 20-39 anos, seguidos do grupo de 40 a 49 anos e, em seguida, a faixa etária mais populosa é de 50 a 59 anos. Existem um total de 953 idosos, sendo que nestes a prevalência de hipertensão é superior à 70%. Também se mostra que predomina ligeiramente o sexo feminino sobre o masculino, o qual coincide com a estatística nacional, bem como que temos um alto número de idosos aos quais temos que destacar especial atenção, porque é onde predominam as doenças crônicas não transmissíveis que precisam de bom acompanhamento médico (IBGE,2017).

Tabela 2: Distribuição de Doenças Crônicas não Transmissíveis na Comunidade Gavião, no Município de Parambu/CE.

Doenças crônicas não transmissíveis		
Doenças	Nº Pacientes	%
HAS	870	23,0
DM	492	13,0
Epilepsia	23	2,0
Alcoolismo	193	5,1
Deficiências Físicas	45	1,2

Fonte: Fichas A da UBS.

A HAS corresponde a 23% dos atendimentos da UBS, e a 53,60% das doenças crônicas não transmissíveis existentes na Comunidade de Vila Gavião. Portanto, este estudo se justifica em função da necessidade de intervenção da Equipe de Saúde da Família frente a esse problema. É fundamental analisar nos idosos hipertensos, atendidos pela equipe, os seguintes aspectos: adesão ao tratamento, hábitos alimentares e o estilo de vida, bem como identificar os fatores de risco comportamentais à saúde dos hipertensos e realizar atividade de educação em saúde, contribuindo para melhoria da qualidade de vida.

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

Otimizar a adesão dos pacientes idosos ao tratamento da hipertensão arterial, atendidos pela Equipe de Saúde da Família Gavião no município Parambu -CE.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar uma busca ativa por idosos hipertensos não aderentes ao tratamento;
- Elaborar atividades de educação em saúde relacionadas à hipertensão arterial;
- Promover o vínculo profissional-paciente, orientando a equipe sobre a importância do acolhimento e humanização no cuidado aos idosos hipertensos.

5 REVISÃO DE LITERATURA

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial e no Brasil não é diferente. Verifica-se nas últimas décadas a elevação do número de idosos, sem que o país possua condições estruturais básicas para cuidar adequadamente desta população. Faltam locais de cuidado, políticas de atenção e proteção aos idosos eficazes, bem como condutas assistenciais adequadas para prevenir agravos próprios do envelhecimento e promover saúde nesta população (ARAÚJO et al., 2014).

Grande parte dos idosos tem a saúde fragilizada, dependendo constantemente de ações de assistência à saúde adequada. Com o advento da reestruturação do Sistema Único de Saúde (SUS), verifica-se a organização da Atenção Primária à Saúde (APS) mais próxima de seus usuários, o que pode facilitar a assistência integral aos indivíduos. No caso específico dos idosos, muitos com problemas de mobilidade, ou mesmo sem a assistência da família, a APS situa-se como estratégia de excelência no cuidado aos mesmos (MARTINS et al., 2014).

Pinto et al. (2014) afirmam que com o envelhecimento é comum o aparecimento e coexistência de doenças crônicas como o diabetes, HAS e a hipercolesterolemia, que desencadeiam uma série de complicações e determinam a utilização de diversos medicamentos. A dificuldade em administrar a polifarmácia cotidiana é relatada em vários estudos que abordam a questão da saúde do idoso. Especificamente em relação aos medicamentos anti-hipertensivos, verifica-se que a falta de conhecimento, e a ocorrência de efeitos adversos ou mesmo interações medicamentosas podem levar o idoso ao abandono do tratamento com sérias consequências (SILVA; SCHMIDT; SILVA, 2012; PEREIRA et al., 2017).

Ribeiro et al. (2017, p.54) complementam que a HAS representa um “sério agravo à saúde do idoso”. De acordo com estes autores, com o avanço da idade ocorrem a somatória de fatores genéticos e ambientais que promovem o desenvolvimento ou piora do quadro de HAS. No estudo desenvolvido por Zattar et al. (2013) os autores verificaram uma prevalência de HAS em 84,6% de um total de 1705 idosos participantes do estudo. Destes, 79,1% referia realizar o tratamento adequadamente, embora boa parte apresentasse complicações que indicavam o contrário. Idosos com dependência funcional, ausência de familiares e/ou cuidadores próximos ou com baixo nível de escolaridade podem ter dificuldades em seguir a terapêutica adequadamente sendo necessária uma intervenção mais específica pela equipe de saúde.

Berardinelli, Guedes e Acioli (2013) ressaltam a importância de intervenções educativas junto à população como um todo para promover o autocuidado, prevenção e controle da HAS. De acordo com Silva et al. (2013) o fortalecimento do vínculo entre equipe assistencial e pacientes é essencial para um controle pressórico adequado. Verificou-se que em idoso com um vínculo satisfatório com a equipe de saúde a adesão ao tratamento chega a 89,1% dos usuários. Desta forma, estimular a humanização e acolhimento aos idosos é uma forma de também se estimular a adesão ao tratamento (ESPERANDIO et al., 2013).

Em relação às ações primárias de prevenção e controle da HAS, Berardinelli et al. (2013) afirmam que a programação de tais ações deve ser realizada considerando a peculiaridade do público-alvo. No estudo os autores relatam casos em que ações educativas, por exemplo, não atenderam às necessidades de hipertensos, tendo, portanto, sua efetividade comprometida. Braga et al. (2016) ponderam que o risco cardiovascular e as demais complicações da HAS são potencializados por hábitos de vida deletérios, e por este motivo, estimular a mudança de tais hábitos deve fazer parte das metas em saúde primária com a população.

Barreto, Matsuda e Marcon (2016) realizaram um estudo com 392 indivíduos hipertensos e verificaram que aproximadamente 50% da amostra não faziam adesão adequada ao tratamento proposto, além disso, os pacientes não compareciam às consultas agendadas e persistiam em hábitos deletérios como tabagismo e etilismo. A partir de tais dados, os pesquisadores recomendam uma postura mais proativa da equipe de saúde, visando a conscientização da população hipertensa e estímulo desta à adesão ao tratamento.

6 METODOLOGIA

Tipo de Pesquisa

Trata-se de uma pesquisa-ação, a ser realizada na Unidade de Saúde da Família, localizada no município de Parambu-Ceará, no Distrito de Gavião, próximo da sede. Tripp (2005) define Pesquisa-ação como uma estratégia que se baseia no conhecimento da comunidade local, e intervenção direta sobre a realidade observada.

A estratégia Saúde da Família (ESF), do distrito de Gavião é composta por 1 médico, 1 enfermeira, 1 técnica de enfermagem, 1 dentista, 1 assistente dental e 1 agente comunitário de saúde (ACS). Os usuários dos serviços prestados na região são de 4.500, destes 953 são compostos da população idosa com destaque para 380 hipertensos.

Universo da Pesquisa

O Universo da Pesquisa é constituído por hipertensos assistidos pela Unidade de Saúde da Família Vila Gavião, localizada no município de Parambu-Ceará.

Critérios de Amostragem

Para compor o estudo foram considerados indivíduos hipertensos, que não compareceram à UBS há mais de 02 meses, com idade superior a 60 anos. Todos os participantes serão informados sobre as intervenções propostas, seus objetivos e métodos, e somente serão incluídos após a concordância dos mesmos.

Aspectos Éticos

O estudo foi realizado em concordância com o disposto na Resolução 466/2012, que dispõe sobre aspectos éticos de pesquisas envolvendo seres humanos. É importante salientar ainda que para realização de pesquisas na Atenção Básica em Saúde, o Curso de Especialização, Pesquisa e Inovação em Saúde da Família, ofertado pela Universidade Federal do Ceará, possui protocolo de aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa.

Intervenções Propostas

Para atingir aos objetivos propostos, serão realizados os seguintes procedimentos:

Treinamento da equipe: Foi feita uma reunião com toda a equipe assistencial para apresentação do projeto de intervenção, orientações quanto às intervenções e também estímulo ao acolhimento e humanização no tratamento dos idosos na ESF.

Busca Ativa por Idosos Hipertensos: Os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) serão orientados a realizar uma busca ativa de casos de HAS na comunidade. Durante as visitas domiciliares mensais os agentes comunitários questionarão os pacientes sobre a existência de casos da doença na família e cadastrarão os pacientes existentes, realizando também a marcação de consultas. Os ACS terão um papel importante no recrutamento dos usuários para agendar reunião com o grupo de idosos para apresentação dos participantes. A definição dos temas de interesse para as atividades de educação em saúde, a duração e os horários foram definidos pela equipe de saúde.

Ações de Educação em saúde: As sessões de educação em saúde foram desenvolvidas por meio de círculos de cultura. Para o desenvolvimento deste trabalho, houve a participação dos integrantes da equipe e pesquisa em prontuários dos usuários. Após a leitura dos prontuários, foram feitos círculos de cultura com indivíduos com carências e quadros similares, por exemplo:

Círculo de Cultura 1: Idosos, Hipertensos, Tabagistas e Etilistas

Reuniões Mensais, com grupo de conversas. O grupo de conversa será direcionado pela Médica ou Enfermeira da ESF. A cada mês será abordado um tema: etilismo, tabagismo, adesão ao tratamento, importância da presença às consultas.

Círculo de Cultura 2: Idosos, Hipertensos com Doenças Cardiovasculares já instaladas

Reuniões Mensais, com grupo de conversas. O grupo de conversa será direcionado pela Médica ou Enfermeira da ESF. A cada mês será abordado um tema: adesão ao tratamento, importância da presença às consultas, Controle das Doenças Cardiovasculares.

Círculo de Cultura 3: Idosos, Hipertensos com déficit cognitivo: além do grupo de conversas, haverá orientação individualizada com cuidadores e/ou familiares, buscando fortalecer a rede de apoio do idoso.

Todos os círculos de cultura tiveram uma duração aproximada de 20 minutos.

Consultas Programadas: Todos os idosos cadastrados terão mensalmente consultas agendadas com médicos e enfermeiros da ESF.

7 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

As fontes bibliográficas foram à base do trabalho e nortearam todas as considerações bem como a pesquisa. A técnica de coleta de dados foi adequada para obtenção das informações necessárias acerca do que incentiva os idosos da referida localidade a descontinuarem o uso da medicação que reabilita ao idoso a controlar sua pressão arterial. Foram utilizadas as fichas de cadastro já disponíveis na UBS. Além disso, os dados coletados nas fichas de cadastro e prontuários dos pacientes foram utilizados estritamente para elaboração das intervenções.

Primeiramente foi analisado os cadastros de idosos assistidos pelo PSF do Gavião com 60 anos ou mais que foram detectados com pressão arterial elevada e que não compareciam à ESF há mais de 02 meses. Em seguida, realizado visitas domiciliares a localidade como forma de conhecer os idosos, e aplicar o questionário de entrevistas onde os mesmos citaram os reais motivos de abandonarem o tratamento. Vale salientar que foi escolhido uma amostra de 5 idosos para embasar o trabalho.

A proposta visava aumentar a adesão dos pacientes idosos ao tratamento da hipertensão arterial, para tanto se destaca ainda que através das entrevistas foi possível identificar os hábitos alimentares dos idosos que sofrem com o referido problema. Assim, após a busca ativa (visitas domiciliares) por idosos não aderentes ao tratamento foram montados três grupos de intervenção, levando-se em consideração as particularidades dos idosos (hábitos de vida e comorbidades associadas).

Os grupos foram convidados a participarem de “Círculos de Cultura”, que nada mais são que rodas de conversa, em que além da troca de experiência realiza-se também uma discussão sobre as ações de saúde. Cada encontro tem duração de 20 minutos de explanação sobre o tema do dia, com posterior discussão. Durante a discussão também é estimulada a adesão ao tratamento e comparecimento às consultas.

Foram encontrados nas buscas por prontuários 67 idosos não aderentes. Diante de cada ação, 48 idosos retornaram à Unidade de Saúde para dar início ao acompanhamento e tratamento da pressão arterial. Destes, 16 estão praticando atividades físicas moderadas com auxílio do educador físico e 22 estão sendo acompanhados por uma nutricionista para que possam desenvolver novos hábitos alimentícios saudáveis e melhorar a qualidade de vida.

8 CRONOGRAMA

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out
Atividades	1	2	3	4	5	6	7	8
Construção do Projeto de Intervenção	X	X	X					
Treinamento da Equipe		X						
Busca Ativa por Idosos Hipertensos			X	X	X			
Ações de Educação em Saúde				X	X	X	X	X
Consultas de Acompanhamento				X	X	X	X	X

9 RECURSOS NECESSÁRIOS

O financiamento será efetivado pela Prefeitura Municipal.

Itens de custeio	Quantidade	Valor Unitario (Reais)	Valor Total (Reais)
Cartolinas	12	4,00	48,00
Caixa de Canetas Piloto de 12 unidades	1	26,00	26,00
Cartilhas Educativas	5	25,00	125,00
Resma de papel A4	1	15,00	15,00
Computador	1	1.100,00	1.100,00
TOTAL			1314,00

10 CONCLUSÃO

A proposta de projeto trata-se de uma intervenção que busca sensibilizar a mudança dos estilos de vida dos doentes idosos incorporando às suas vidas a prática de exercício físico regular e frequente, cultura alimentar e adesão ao tratamento medicamentoso com acompanhamento e atividades educativas na mesma comunidade, sendo eles os principais atores.

Dos 67 idosos não aderentes, 48 compareceram À UBS após a busca ativa no domicílio. Acredita-se que o próprio ato de ir atrás dos pacientes representou para os mesmos a valorização de cada um perante a equipe. Vários idosos relataram sentirem-se acolhidos após a busca ativa.

Espera-se aumentar a adesão ao tratamento anti-hipertensivo dos pacientes idosos, atendidos pela Equipe de Saúde da Família de Gavião, distrito do município de Parambu. Pretende-se mudar hábitos alimentares e estilo de vida dos envolvidos, evitando, assim, o desenvolvimento das perigosas complicações de saúde.

Tudo isso, junto com os fatores de risco comportamentais, que são modificáveis e só precisam de maior conhecimento da doença por parte dos doentes, ensinando a eles a conviver com sua doença e a manter controlada.

Almeja-se que a realização dessas atividades de educação em saúde seja ampliada e empregada como uma ferramenta de trabalho, a fim de proporcionar conhecimentos sobre a doença para os idosos hipertensos e para comunidade.

REFERÊNCIAS

- AIOLFI, Cláucia Raquel et al. Adesão ao uso de medicamentos entre idosos hipertensos. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 397-404, jun. 2015.
- ARAÚJO, Lavínia Uchôa Azevedo de et al. Avaliação da qualidade da atenção primária à saúde sob a perspectiva do idoso. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 8, p. 3521-3532, Aug. 2014.
- 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.
- BARRETO, Mayckel da Silva et al. Prevalência de não adesão à farmacoterapia anti-hipertensiva e fatores associados. **Rev. Bras. Enferm.** Brasília, v. 68, n. 1, p. 60-67, fev. 2015.
- BERARDINELLI, Lina Márcia Miguéis; GUEDES, Nathália Aparecida Costa; ACIOLI, Sônia. Análise do déficit de autocuidado de clientes. **Rev. enferm. UERJ**, v.21, n. esp.1, p.575-80, 2013.
- BERARDINELLI, Lina Márcia Miguéis et al. Hipertensão Arterial e conhecimento popular: potencializando o cuidado. **Rev. enferm. UERJ**, v.21, n.4, p.446-51, 2013.
- BRAGA, Denis Conci et al. Avaliação do risco cardiovascular em famílias de um município rural do estado de Santa Catarina. **Revista da AMRIGS**, v.60, n.4, p. 279-399, 2016.
- CHAVES, Anety Souza et al. Associação entre declínio cognitivo e qualidade de vida de idosos hipertensos. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 545-556, set. 2015.
- ESPERANDIO, Eliane Maria et al. Prevalência e fatores associados à hipertensão arterial em idosos de municípios da Amazônia Legal, MT. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 3, p. 481-493, set. 2013.
- FERREIRA, Daniela Nice; MATOS, Divane Leite; LOYOLA FILHO, Antônio Ignácio de. Ausência de consulta médica de rotina entre idosos hipertensos e/ou diabéticos: um estudo epidemiológico baseado na Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 2008. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 578-594, set. 2015.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Cidades. **Parambu - CE**. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/ce/parambu/panorama>. Acesso em 11 de jul. 2018.
- SILVA, Leonardo Oliveira Leão et al. Hipertensão Arterial Sistêmica: Representações Sociais de idosos sobre a doença e seu tratamento. **Cad. saúde colet.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 121-128, jun. 2013.
- MARTINS, Aline Blaya et al. Atenção Primária a Saúde voltada as necessidades dos idosos: da teoria à prática. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 8, p. 3403-3416, Aug. 2014.
- PEREIRA, Karine Gonçalves et al. Polifarmácia em idosos: um estudo de base populacional. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 335-344, June 2017.

PINTO, Natália Balera Ferreira et al. Interações medicamentosas em prescrições de idosos hipertensos: prevalência e significância clínica. **Rev enferm UERJ**, v.22, n.6, p.735-41, 2014.

RIBEIRO, Breno Barreto et al. Análise Hierarquizada da Hipertensão Arterial Sistêmica com a Variante Polimórfica do Gene da ECA e Outros Fatores de Risco em Idosos. **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v. 30, n.1, p.52-60, 2017.

SILVA, Christiana Souto et al. Controle pressórico e adesão/vínculo em hipertensos usuários da Atenção Primária à Saúde. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 47, n. 3, p. 584-590, jun. 2013 .

SILVA, Roberta da; SCHMIDT, Olavo Forlin; SILVA, Sargeele. Polifarmácia em geriatria. **Revista da AMRIGS**, Porto Alegre, v.56, n.2, p.164-174, 2012.

SILVEIRA, Janaína da et al. Fatores associados à hipertensão arterial sistêmica e ao estado nutricional de hipertensos inscritos no programa Hiperdia. **Cad. saúde colet.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 129-134, jun. 2013.

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, fev. 2016.

TRIPP, David. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 3, p. 443-466, set./dez. 2005.

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**, v.29, n.3, p.507-521, 2013.