



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

DANAY DELAHANTY CARRERA

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA MELHORAR OS CONHECIMENTOS SOBRE OS
FATORES DO RISCO DA HAS EM HIPERTENSOS DA UBS SÃO DOMINGOS.
CAMPINAS.

SÃO PAULO
2018

DANAY DELAHANTY CARRERA

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA MELHORAR OS CONHECIMENTOS SOBRE OS
FATORES DO RISCO DA HAS EM HIPERTENSOS DA UBS SÃO DOMINGOS.
CAMPINAS.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: STELLA MARIS BADINO ABANI KRAHEMBUHL

SÃO PAULO
2018

Resumo

A Hipertensão Arterial, usualmente chamada de pressão alta, é ter a pressão arterial, sistematicamente, igual ou maior que 14 por 9. É considerado um dos principais fatores de risco (FR) modificáveis e um dos mais importantes problemas de saúde pública. É um fato que os fatores de risco tais como Colesterol alto, Diabetes Mellitus e Obesidade, causam aumento e manutenção de Hipertensão Arterial, além da não adesão ao tratamento. Este trabalho teve como objetivo melhorar os conhecimentos sobre os fatores de risco em pacientes com Hipertensão Arterial na UBS São Domingos. Campinas, aumentar el controle da Hipertensão Arterial na comunidade, identificar os pacientes com Dislipidemias, Diabetes Mellitus e Obesidade, associado à Hipertensão Arterial, promover a prática de atividade física e alimentação adequada para prevenir à aparição dos fatores de risco, identificar as possibilidades para mudanças do estilo de vida dos pacientes hipertensos. Será realizado um cadastro dos pacientes com Hipertensão Arterial para á realização de exames de controle.

Palavra-chave

Hipertensão Arterial. Fatores de risco. Estratégia de Saúde da Família

Introdução

A Hipertensão Arterial, usualmente chamada de pressão alta, é ter a pressão arterial, sistematicamente, igual ou maior que 14 por 9. É considerado um dos principais fatores de risco (FR) modificáveis e um dos mais importantes problemas de saúde pública. É fato que os fatores de risco tais como colesterol alto, diabetes mellitus e obesidade causam aumento e manutenção dos casos de Hipertensão Arterial, além de não adesão ao tratamento [1]. No Brasil estudos populacionais realizados nos últimos quinze anos revelaram baixos níveis de controle da PA .^[6]

O diagnóstico de hipertensão faz-se na presença de pressão sanguínea elevada e persistente.[3]Os Fatores de risco são condições e problemas que aumentam as chances de uma pessoa de desenvolver doenças cardiovasculares, como infarto e acidente vascular cerebral. Alguns podem ser evitados, tratados e controlados, mas conhecê-los serve como alerta para que a pessoa adote hábitos saudáveis.[6]

Em minha comunidade constitui o principal problema de saúde, afeta a 539 pessoas HAS , com uma prevalência de 9,2% em a população maior de 15 anos, de um 33,7 % de os maiores de 25 anos ,com uma prevalencia de um 40%, em a faixa etária de 25 -59 anos , como podemos apreciar a prevalência e alta tendo em conta que temos uma comunidade onde predomina a população adulta jovem .Em a faixa etária de mais de 60 anos a prevalência no Brasil e de um 60%,^[5]. Em nossa área temos 315 hipertensos em está faixa com uma prevalência de um 58 ,4 % a qual considera se elevada com um maior número de hipertensos dessas idades com fatores do risco associados.

Antes de se iniciar qualquer tratamento, recomenda-se alterações do estilo de vida de modo a reduzir a pressão arterial.Como meio de prevenção primária da hipertensão.O sucesso do tratamento depende fundamentalmente de mudança comportamental e da adesão a um plano alimentar saudável, uma modesta perda do peso corporal está associada a reduções na PA em pessoas com sobrepeso. Ensaios clínicos controlados demonstraram que os exercícios promovem reduções de PA, estando indicados para a prevenção e o tratamento da HAS, deve-se realizar, pelo menos cinco vezes por semana, 30 minutos de atividade física moderada de forma contínua ou acumulada.Os pacientes diabéticos com PA entre 130 e 139 mmHg e 80-89 mmHg podem ser tratados com modificação de estilo de vida.^[5]

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral

1- Fazer o processo de trabalho para melhorar os conhecimentos sobre os fatores de risco em pacientes com Hipertensão Arterial na UBS São Domingos. Campinas

Objetivos Especificos

1-Aumentar el controle da Hipertensão Arterial na comunidade

2- Identificar os pacientes con Dislipidemias, Diabetes Mellitus e Obesidade, como fatores de risco associado à Hipertensao Arterial

3- Promover a pratica de atividade fisica e alimentação adequada para prevenir à aparição dos fatores de risco

4- Identificar as possibilidades para mudanças do estilo de vida dos pacientes hipertensos

Método

TÍTULO: Melhorar os conhecimentos sobre os fatores de risco da Hipertensão em hipertensos da UBS São Domingos, no município de Campinas, São Paulo.

Cenário da intervenção

O cenário da intervenção será a Unidade Básica de Saúde (UBS) do bairro das São Domingos - equipe "Azul" no município de Campinas-SP

Sujeitos da intervenção

Os sujeitos da intervenção serão os pacientes com hipertensão que tenham Dislipidemia, Diabetes Mellitus e Obesidade, como fatores de risco da Hipertensão Arterial cadastrados na equipe "Azul".

Estratégias e ações

Reunião de equipe para o planejamento das ações a serem desenvolvidas.

Implantar ações de Educação Permanente em Saúde (EPS) com a equipe, para capacitação sobre a temática a ser trabalhada na intervenção (rodas de conversa, grupos de discussão) visando melhorar o processo de trabalho da equipe e a qualidade do atendimento ofertado;

Reunião com a comunidade sobre educação em Saúde

Roda de conversa e grupos de discussão com o público-alvo (hipertensos) para apresentação e sensibilização sobre o PI;

Abordagem dos pacientes hipertensos no acolhimento na UBS e atendimentos programáticos

Organização do cadastro e acompanhamento dos pacientes hipertensos com fatores de risco associados

Definir dia fixo nas semanas na agenda para o atendimento dos pacientes hipertensos

Reservar na agenda de atendimento vagas para livre demanda que poderão ser preenchidas com pacientes hipertensos que tenham complicações que necessitem de atendimento fora da data agendada.

Realizar a estratificação de risco para futuras complicações dos pacientes hipertensos com fatores de risco associados

Padronizar condutas da equipe multidisciplinar de saúde no atendimento aos pacientes hipertensos com fatores de riscos

Organizar grupo de praticas do exercício físico, na comunidade dirigida pelo educador esportivo combinado com os ACS

Avaliação e Monitoramento

A aplicabilidade da intervenção será avaliada a cada seis meses utilizando-se Relatórios Internos da equipe: Lista de presença e datas das capacitações da equipe e das ações de educação em saúde; consolidado dos cadastros e acompanhamento dos hipertensos com fatores de risco associados; avaliação dos prontuários dos usuários (realização da estratificação de risco); avaliação da organização da agenda da equipe e da demanda atendida nos dias programados para os hipertensos e nos dias de livre demanda.

Essa avaliação e monitoramento visam a mensurarão da melhoria na organização, padronização e agilidade do atendimento aos pacientes hipertensos na equipe.

Resultados Esperados

Esperamos elevar o nível de conhecimento dos pacientes hipertensos sobre esta doença para favorecer o desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis e habilidades, que por sua vez permitirão tomar decisões adequadas para o controle da hipertensão arterial, melhorar a qualidade de vida para esse grupo de pacientes, evitando complicações e a morte. Fornecer informação geral sobre definição, tratamento, sintomas e fatores de risco associados com a hipertensão arterial, importância do tratamento, dieta e exercício físico.

Referências

1-V Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial, 2006 .

2- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE). Estimativas da população residente nos municípios brasileiros . São Paulo, 2015

3-National Clinical Guidance Centre (agosto de 2011). «7 Diagnosis of Hypertension, 7.5 Link from evidence to recommendations». [Hypertension \(NICE CG 127\)](#) (PDF). [S.l.]: National Institute for Health and Clinical Excellence. p. 102. Consultado em 22 de dezembro de 2012

4- Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo Fatores de Risco – Socesp.2015
www.socesp.org.br/prevencao/fatores-de-risco/

5- Sociedade Brasileira de Cardiologia / Sociedade Brasileira de Hipertensão / Sociedade Brasileira de Nefrologia. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. Arq Bras Cardiol 2010; 95(1 supl.1): 1-51

6-Sociedade Brasileira de Hipertensão [SBH Sociedade Brasileira De Hipertensão - O que é Hipertensão](#) . Revista de Saúde Pública. São Paulo. Escola Paulista de Medicina (EPM) da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP). Conselho Científico 2013/2017

7- Wikipédia, a enciclopédia livre. Campinas. Município Campinas, 2014.