



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

MIRNA JUDITH RONDON DINZA

PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM PACIENTES COM HIPERTENSÃO
ARTERIAL SISTÊMICA NA COMUNIDADE REPRESA DE SÃO BERNARDO DO
CAMPO/SP.

SÃO PAULO
2018

MIRNA JUDITH RONDON DINZA

PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM PACIENTES COM HIPERTENSÃO
ARTERIAL SISTÊMICA NA COMUNIDADE REPRESA DE SÃO BERNARDO DO
CAMPO/SP.

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: ISABEL CRISTINA DOS SANTOS OLIVEIRA

SÃO PAULO
2018

Resumo

Desenvolver estratégias educativas para reduzir a Hipertensão Arterial Sistêmica/HAS nos usuários atendidos pela equipe Cometa da UBS Represa/São Paulo é o nosso objetivo principal em neste trabalho. Espera-se elevar o grau de conhecimentos da população em estudo sobre HAS e os fatores de risco desta doença, além de reduzir sua incidência e complicações, contribuindo com educação em saúde a fim de alcançar uma melhor qualidade de vida dessa população. O estudo também possibilitará a promoção de hábitos saudáveis de vida, início da terapêutica adequada, aderência aos medicamentos, redução da morbidade relacionada com HAS e suas complicações, além de promover a capacitação de multiplicadores e atualização dos profissionais da rede básica de saúde. Tais resultados são esperados a curto, médio e longo prazo, a depender do envolvimento da equipe e da população no trabalho educativo.

Palavra-chave

Hipertensão. Doença Crônica. Educação em Saúde. Promoção da Saúde

Introdução

A Hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença caracterizada por altos e constantes sustentados níveis de pressão arterial e está diretamente ligada a alterações de outros órgãos, como coração, cérebro, rins, e vasos sanguíneos, que causam aumento do risco de complicações cardiovasculares (WHITWORTH, 2003)

Segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia (2010), a pressão alta acomete uma em cada quatro pessoas adultas no Brasil e esta presente em torno de 5% das crianças brasileiras. Apesar de ser uma doença comum, possui baixas taxas de controle adequado na população brasileira e é considerada o principal fator de risco de doenças cardiovasculares como infarto e acidente vascular cerebral (CHOBANIAN, 2003)

A chamada "pressão alta", como é conhecida popularmente, esta relacionada dentre outros fatores: a idade, sexo, etnia e modo de vida (PICHARA, 2017). Em geral esta doença não apresenta sintomas, sendo muitas vezes denominada como "inimigo silencioso" (ALCAZAR et al, 2016). Quando comparamos os diversos grupos etareos, verificase que os idosos são aqueles que apresentam maior risco de morbidade e mortalidade (FILHO, 2012).

HAS é uma doença que não tem cura, mas pode ser controlada para impedir suas complicações, por isso é importante fazer a medicação regularmente. O tratamento envolve não apenas o uso de drogas antihipertensivas, mas também a adoção de um novo estilo de vida. A adesão ao tratamento e a adoção de hábitos saudáveis são considerados os melhores remédios para o hipertenso (FILHO, 2012).

Nossa comunidade em estudo tem pouca adesão ao tratamento farmacológico da Hipertensão arterial, fator que tem influência no aumento das complicações desta doença. O abandono do tratamento é frequente, mas o baixo nível de conhecimentos dos usuarios sobre sua importância e benefícios nos estimula a criar um projeto educativo para orientar aos pacientes hipertensos que uma vida saudável é a melhor prevenção. O projeto terá repercussão na maioria dos pacientes que incluam em seu dia a dia o chamado tratamento não farmacológico que consiste em estratégias de mudança de estilo de vida com o objetivo de diminuir ou até mesmo dispensar medidas medicamentosas, além de diminuir a morbimortalidade por HAS.

Objetivos (Geral e Específicos)

♦ Objetivos:

Geral:

Desenvolver estratégias educativas para reduzir a Hipertensão Arterial Sistêmica nos usuários atendidos pela equipe Cometa da Unidade Básica de Saúde Represa.

Específicos:

1-Identificar fatores de risco que favorecem as complicações da H.A.S. na população hipertensa da área de abrangência da equipe Cometa ,U.B.S. Represa.

2-Precisar o nível de conhecimento que tem a população em estudo sobre a doença H.A.S.

3-Elaborar ações educativas para obter mudanças nos hábitos alimentares, sedentários e medicamentosos para diminuir o nível de morbidade por H.A.S.

Método

Local da intervenção :

O local da intervenção será a UBS Represa , sendo a equipe de saúde da família (Cometa) responsável pelo planejamento e realização das atividades. Esta UBS está localizada na cidade de São Bernardo do Campo, no estado São Paulo, Brasil.

Público alvo:

A intervenção terá como público alvo os pacientes portadores de HAS, pertencentes a área de abrangência da equipe Cometa.

Estratégias e ações:

A implementação das ações ocorrerá de forma periódica e sistemática para garantir melhor obtenção de resultados. Em um primeiro momento, será realizado o levantamento dos hipertensos cadastrados na equipe. Após, será realizada a análise dos prontuários visando a identificação de pacientes descompensados e principais comorbidades relacionadas a hipertensão. Essa etapa contará com a participação intensa dos agentes comunitários de saúde, que irão sinalizar aos pacientes não aderentes aos tratamentos ou com dificuldade de controle adequado da pressão arterial. Com esses dados em mãos, será feita a aplicação de questionário para os hipertensos a cerca de: hábitos pessoais (alimentação, tabagismo, uso de álcool, atividade física, estilos de vida, estresse), além de avaliar os conhecimentos dos pacientes em relação a HAS, outros históricos de doenças relacionados a pressão alta e medicamentos indicados para o controle da mesma. Em um segundo momento será feita a avaliação das respostas do questionário , direcionando o conteúdo dos grupos educativos e demais ações para o controle dos níveis de PA. Os grupos educativos serão implementados dentro da unidade . Será criada uma comissão permanente da equipe de saúde, composta pelo médico generalista, enfermagem, técnico de enfermagem e agente comunitário de saúde para o planejamento e realização das ações e análise periódica dos resultados.

Avaliação e monitoriamento:

A avaliação dos resultados obtidos a partir da intervenção proposta ocorrerá a partir de relatórios elaborados pela comissão permanente da equipe Cometa, a partir de dados qualitativos e quantitativos a respeito da mudança de estilos de vida dos hipertensos participantes desse projeto e dos níveis de controle de pressão arterial. Serão analisados, dentre outras variáveis: a adesão aos grupos educativos, comparecimento em consultas e exames agendados, adesão a propostas de mudanças de estilos de vida e utilização de medicamentos anti-hipertensivos.

Resultados Esperados

Espera-se elevar o grau de conhecimento da população em estudo sobre HAS e os fatores de risco desta doença, além da possibilidade de reduzir sua incidência e complicações modificando comportamentos a fim de alcançar uma melhor qualidade de vida dessa população.

O estudo também possibilitará a promoção de hábitos saudáveis de vida, início de terapêutica adequada, aderência aos medicamentos, redução de morbidade relacionada a HAS e suas complicações, além de promover a capacitação de multiplicadores e atualização dos profissionais da rede básica de saúde. Tais resultados são esperados a curto, médio e longo prazo, a depender do envolvimento da equipe e da população no trabalho educativo.

Referências

ALCAZAR, J. M. et al (Septembre 2016).<>.Nefrologia al dia (em ingles)(Elsevier). Acesso 8 de Junho de 2017.

CHOBANIAN, A. B. et al. "Seventh report of the Joint National Commite on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure". Hypertension.(Dezembro 2003)42 (6):1206-52.

FILHO. E.T.C. Universidade de São Paulo. Faculdade de Medicina. Serviço de Geriatria. Medicina Preventiva no idoso. 2012
http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?fase=r003&id_materia=2229 Acesso agosto 2017.

PICCHARA, N. L. Hipertensao Arterial:Saiba como prevenir.Brasil 2017.Wikipedia, enciclopédia Libre.[htt://blog.drconsulta.com//author/nemer](http://blog.drconsulta.com//author/nemer). Acesso agosto 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. **VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão.** Arquivos Brasileiros de Cardiologia, Suplemento 1. São Paulo, v.95,n.l,p.1-51, 2010.

WHITWORTH, J.A. Society of Hipertension Writing GROUP(Novembro 2003).(PDF).J Hipertens em Ingles.21(11):1983-92 Acesso agosto 2017.