



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

MARIA DE LOS ANGELES VEITIA MACHADO

ATENÇÃO AO PORTADOR DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: UMA
INTERVENÇÃO EDUCATIVA

SÃO PAULO
2018

MARIA DE LOS ANGELES VEITIA MACHADO

ATENÇÃO AO PORTADOR DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: UMA
INTERVENÇÃO EDUCATIVA

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: VINÍCIO FELIPE BRASIL ROCHA

SÃO PAULO
2018

Resumo

O presente projeto de intervenção pretende desenvolver uma estratégia educativa dirigida a pacientes adultos de ambos sexos com Hipertensão Arterial Sistêmica, atendidos na Unidade Básica de Saúde Portal Terra da Saudade, Município de Matão, Estado de São Paulo, com o objetivo de melhorar o conhecimentos da população hipertensa a respeito de sua doença, favorecendo o autocuidado apoiado em saúde, melhorando a aderência ao tratamento proposto, possibilitando uma educação nutricional e mudanças nos estilos de vida em geral. Através deste projeto de educação em saúde espera-se trabalhar os fatores de risco associados a Hipertensão Arterial, promovendo saúde e deste modo obtendo um melhor controle da doença no território, prevenindo complicações a curto e longo prazo, favorecendo um melhor cuidado prestada na atenção primária à saúde.

Palavra-chave

Hipertensão. Promoção da Saúde. Adesão ao Tratamento

Introdução

Até o início do século 20 as doenças de causa infecciosa eram um flagelo para a humanidade e figuravam como a principal causa de morte das população, graças aos avanços alcançados em todos os campos do conhecimento e das ciências médicas como por exemplo, com o advento dos antibióticos, estes agravos de natureza infecciosa deixaram de ser a principal causa de mortalidade, sendo na substituídos pelas doenças crônicas, entre elas destaca-se a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) (CHOBAN, 2004).

Estima-se que 1 bilhão de pessoas no mundo sejam portadores desta patologia e que ela esteja presente em 20 a 30% das pessoas maiores de 15 anos, constituindo um problema de saúde a nível mundial, não só porque é causa de incapacidades e morte, se não porque, constitui o fator de risco modificável mais importante para a cardiopatia coronária, doença cerebrovascular, insuficiência cardíaca congestiva, neuropatia terminal, doença vascular periférica, doenças decorrentes de aterosclerose e trombose, que se exteriorizam, predominantemente, por acometimento cardíaco, cerebral, renal e vascular periférico. É responsável por 25 a 40 % da etiologia multifatorial da cardiopatia isquêmica e dos acidentes vasculares cerebrais, respectivamente. Essa multiplicidade de consequências coloca a hipertensão arterial na origem das doenças cardiovasculares, portanto, caracteriza-a como uma das causas de maior redução da qualidade e expectativa de vida dos indivíduos (WILLIAMS, 2010).

Durante as últimas décadas, a industrialização, a urbanização e a globalização levaram a modificações das características demográficas das populações com repercussão nas condições socioeconômicas e nos hábitos culturais, o que levou os indivíduos a mudanças no estilo de vida com aumento de fatores de risco para as doenças crônicas (OPS, 2012).

Segundo o Ministério da Saúde (2014), a Hipertensão Arterial atinge 22,7% da população adulta brasileira. A partir dos 65 anos, a mesma condição é observada em 59,7% dos indivíduos. No Brasil, as doenças cardiovasculares são responsáveis por 33% dos óbitos por causas conhecidas. Além disso, essas doenças são a primeira causa de hospitalização no setor público e responderam por 17% das internações de pessoas com idade entre 40 e 59 anos e 29 % daquelas com 60 ou mais anos (BRASIL, 2014).

Há uma relação direta entre o estilo de vida do indivíduo com os fatores de risco para a Hipertensão Arterial Sistêmica . Neste sentido, objetivo do cuidado da pessoa com hipertensão arterial é evitar a morte e as complicações, por meio do controle da pressão arterial, permitindo a melhoria da qualidade de vida. Por tanto, é imprescindível que o sujeito obtenha conhecimentos a respeito da doença e participe da mudança do estilo de vida, por meio das atividades de educação em saúde que sobretudo estimulem a realização de atividade física, a cessação do tabagismo, a redução do consumo de álcool, a alimentação balanceada e saudável ,assim como o cumprimento do tratamento farmacológico e não farmacológico (PAGAN, 2014).

Na Unidade Básica de Saúde Portal Terra da Saudade, município de matão, Estado de São Paulo a população adulta é de aproximada de 6.500 habitantes, sendo cadastradas 975 pessoas hipertensas, entretanto esta prevalência deve ser maior tendo em conta a grande

quantidade de hipertensos que não estão conscientes de seu estado.

Tendo em vista a importância do conhecimento desta patologia e suas repercussões, é que se propõe o presente projeto de intervenção com uma abordagem preventivo-educacional de modo que se trabalhe este agravo, considerado um problema de Saúde Pública, a fim de auxiliar na alteração do estilo de vida dos pacientes com hipertensão arterial. Trata-se de um projeto contínuo que requer o esforço de todos dos profissionais das equipes de atenção básica na prestação de uma atenção em saúde integral, priorizando a educação como ferramenta importante para a adoção de estilos de vida saudáveis e o desenvolvimento de cidadãos críticos e pró-ativos no cuidado com a sua saúde.

Espera-se com esta intervenção educativa, ampliar o nível de conhecimento da população alvo, sobre esta doença, apoiando os participantes a modificar estilos de vida deletérios, evitando assim complicações e incapacidades, propiciando maior qualidade de vida e um envelhecer mais saudável e ativo, além de propiciar a outras equipes de atenção primária, exemplos de intervenções que possam favorecer um melhor cuidado do paciente hipertenso na Atenção Primária de Saúde.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

-Melhorar o conhecimento da população hipertensa sobre esta doença por meio de ações educativas.

Objetivos Específicos:

- Diagnosticar o nível de conhecimento da população hipertensa da área de abrangência sobre esta patologia.

-Identificar as necessidades de aprendizagem sobre hipertensão arterial sistêmica na população diagnosticada com esta doença.

-Propor um programa educativo em nível grupal e individual que estimule o autocuidado e empodere o portadores de hipertensão para maior cuidado com sua saúde.

Método

METODOLOGIA

Cenários do estudo

O presente projeto de intervenção será desenvolvido na Unidade de Saúde da Família "Portal Terra da Saudade", Município de Matão, Estado de São Paulo, Brasil.

Sujeitos da intervenção

Serão incluídos no projeto pacientes hipertensos que moram na área de abrangência da equipe. Para isto, será realizado o convite aos pacientes hipertensos para que participem do projeto. A coleta dos dados será efetuada aplicando-se um questionário inicial e um questionário final, após a execução da intervenção educativa. Em caso de não saber ler ou escrever poderão ser assistidos por um familiar, respeitando os preceitos de pesquisa envolvendo seres humanos. Os entrevistados serão informados sobre o estudo e consultados, assinando duas vias do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Critérios de inclusão: Usuários hipertensos que aceitem voluntariamente participar do projeto

Critérios de exclusão: ausência de participação nas ações educativas; solicitação a qualquer tempo para sair do projeto

Estratégias e ações

Inicialmente se realizará um levantamento da quantidade de hipertensos cadastrados na equipe da Unidade de Saúde da Família Portal Terra da Saudade. Os mesmos serão convidados a participar do projeto de intervenção. No primeiro encontro, se explicará a importância do mesmo e se realizará um questionário para avaliar fatores de risco e estilo de vida dos pacientes, assim como o conhecimento dos mesmos sobre a doença. Estes dados servirão de subsídio para os profissionais da equipe de saúde que planejarão a realização de ações educativas, que se darão às sextas-feiras, no período da manhã.

Processo

Realizar-se-ão palestras para os pacientes, com convite também aos seus familiares, em um total de 4 encontros de 1 hora cada um.

Os temas a serem inicialmente trabalhados e qualificados pela percepção e interesse dos participantes serão:

- * Conhecimento geral da doença e motivação para seu controle. 1h;
- * Orientações que abordam o tratamento não farmacológico: prevenção dos fatores de risco da Hipertensão Arterial. 1h;
- * Necessidade da mudança do estilo de vida e prevenção das complicações. 1h;
- * Necessidade de adesão ao tratamento farmacológico da Hipertensão Arterial e prevenção das urgências e emergências. 1h.

Após a intervenção educativa será aplicado novamente o questionário para avaliar o impacto da capacitação, se monitorará também as cifras de pressão arterial durante todo o processo, as complicações, internação, comportamento dos fatores de risco, o impacto do projeto na qualidade de vida dos pacientes e se houve mudanças ou não que permitam mensurar a qualidade do trabalho realizado. O monitoramento das atividades realizadas deverá ser realizado pelos membros da equipe de saúde, as avaliações deverão ser realizadas em cada consulta ou atividade educativa para que sejam discutidas as intercorrências, analisada as possíveis mudanças que se fizerem necessárias.

Resultados Esperados

Espera-se com esta intervenção educativa ampliar os conhecimentos da população cadastrada sobre Hipertensão Arterial de modo que estes possam servir de subsídio para a adoção de estilos de vida saudáveis e ampliem a aderência aos tratamentos propostos de modo que se possa alcançar um melhor controle sobre esta doença, prevenindo complicações a curto e longo prazo, favorecendo um melhor cuidado prestado na atenção primária à saúde.

Referências

1-BRASIL, Ministério de Saúde. Caderno de Atenção Básica n 37 HAS. Brasília-DF, 2014. Disponível em: <http://apsredes.org/site2012>. Acessado em: 9 set. 2017.

2-CHOBANIAM, V. The seventh report of the Joint National Committee on Prevention,, Washington D.C 2004

4- Organização Pan-americana de Saúde (OPS). Estratégia de prevenção e controle das doenças não transmissíveis, 2012-2025, 2012. Disponível em: <<http://new.paho.org/hq/index.php>>. Acessado em: 9 set. 2017.

7- PAGAN, Manuela. Seu estilo de vida ajuda a prevenir hipertensão arterial? 2014. [Internet]. Disponível em: <http://www.minhavidacom.br/saude/testes/15069-seu-estilo-de-vida-ajuda-a-prevenir-hipertensao-arterial>. Acessado em: 9 set. 2017.

8-WILLIAMS, B. The year in hypertension, Journal of the American College of Cardiology, New York, v 55, n.1, 2010.