



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LISET BLANCO CONTRERA

ORIENTAÇÕES EDUCATIVAS PARA PACIENTES COM HIPERTENSÃO ARTERIAL DA  
ESF CECAP NO MUNICÍPIO DE PRESIDENTE VENCESLAU .

SÃO PAULO  
2018

LISET BLANCO CONTRERA

ORIENTAÇÕES EDUCATIVAS PARA PACIENTES COM HIPERTENSÃO ARTERIAL DA  
ESF CECAP NO MUNICÍPIO DE PRESIDENTE VENCESLAU .

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: SUYANE DE SOUZA LEMOS

SÃO PAULO  
2018

## **Introdução**

A Hipertensão Arterial é um problema grave de saúde pública no Brasil e no mundo .Ela é um dos mais importantes fatores de risco para o desenvolvimento de Doenças Cardiovasculares ,cerebrovasculares e renais ,sendo responsável por pelo menos 40 % das mortes por acidente vascular cerebral ,por 25 % das mortes por doença arterial coronariana e em combinação com a diabetes ,50 % dos casos de insuficiência renal terminal.(BRASIL,2006 a).

Dados do Ministério da Saúde referem que ,atualmente 30 milhões de pessoas sofrem de Hipertensão no Brasil .A doença é definida por uma alteração anormal da pressão ,em um paciente em repouso ,que esteja calmo ,em um ambiente sossegado ,que não seja depois de um exercício .A hipertensão é praticamente assintomática é chamada de assassina silenciosa ,explica Dr Mário Jabur Filho ,médico cardiologista do Austa .

De acordo com dados obtidos pela Organização Mundial da Saúde ,as doenças cardiovasculares e as complicações oriundas da Hipertensão Arterial devem ser consideradas como um problema de saúde de abordagem prioritário ,devido ao enorme impacto social e econômico que apresenta .Isto é ainda mais evidente quando se considera o número considerável de pacientes acometidos e que recorrem á equipe de saúde já com complicações e danos associados. (PIERIN,2011)

Estima-se que a Hipertensão atinja 25 % da população brasileira adulta ,chegando a mais de 50 % após os 60 anos ,mas também está presente em 5 % das crianças e adolescentes no Brasil.

A Hipertensão pode ter causas hereditárias ,mas também pode ser causada por alguns fatores como má alimentação ,obesidade ,uso de certos medicamentos ,estresse ,sedentarismo ,fatores genéticos ,tabagismo e consumo de bebidas alcoólicas .(Brasil escola)

O crescimento da doença no país está relacionada ao estilo de vida com alto consumo de sódio e sedentarismo , o sal aumenta a retenção de água no corpo, gerando consequências na pressão arterial. Já em relação ao sedentarismo a consequência mais preocupante é a obesidade que pode ser a ponta do iceberg , ela ainda eleva a prevalência de outras doenças ,como o colesterol e o diabetes .

Com o critério atual de diagnóstico de hipertensão arterial (PA 140/90 mmhg), a prevalência na população urbana adulta brasileira varia de 22,3% a 43,9%, dependendo da cidade onde o estudo foi conduzido. (BRASIL, 2006 a).

Na Unidade Básica de Saúde temos cadastrados com HTA 1035 pessoas ,com maior prevalência em mulheres que em homens ,isto tem relação com diferentes fatores .

É inquestionável o papel da família nesse processo ,considerada como unidade básica da sociedade ,pois é por meio desta que se adquirem condutas ,hábitos e valores ,aspectos fundamentais para o desenvolvimento de ações de prevenção de doenças e promoção da saúde .(SECLIN,FERNÁNDEZ,2004).



## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### Objetivo geral

- ♦ Orientações educativas em pacientes com Hipertensão para melhorar os conhecimentos dos fatores de risco e estilos de vida associados a Hipertensão Arterial na ESF Cecap no município Presidente Venceslau -SP.

### Objetivos específicos

- ♦ Identificar os principais fatores de risco que apresentam os pacientes com Hipertensão Arterial .
- ♦ Desenvolver atividades educativas em pacientes com Hipertensão Arterial .
- ♦ Avaliar o nível de conhecimento sobre Hipertensão Arterial ,fatores de risco e estilo de vida antes e após as intervenções .

## **Método**

Local : Unidade de Saúde Cecap .Município Presidente Venceslau ,São Paulo .

Publico -alvo : Pacientes com Hipertensão Arterial que envolve a 50 pacientes que são atendidos na UBS desta comunidade e que estiveram dispostos a participar .Participantes : Medico ,enfermagem ,auxiliares de enfermagem e agentes comunitários , além de os pacientes .

Ações:

Palestras educativas : Será realizado palestar antes e após das intervenções para conhecer o nível de conhecimento alcançado pelos pacientes .

Rodas de conversas com o objetivo de conhecer os fatores de risco e estilos de vida associados a HTA, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida de os pacientes.

Será relizado dinamica de grupo com o objetivo de desenvolver atividades educativas em os pacientes com hipertensão .

Avaliação /Monitoramento :

Para a avaliação dos resultados será realizado um questionário individual ao final da intervenção para avaliar o nível de conhecimento alcansado durante o período e o monitoramento será através de palestras ,rodas de conversas e dinamica de grupo nas reuniões a cada 2 meses .

## **Resultados Esperados**

Diante do exposto o objetivo deste projeto de intervenção se busco desenvolver ações que atuam diretamente sobre as mudanças dos hábitos da alimentação , estilos de vida e ingestão de substancias nocivas para a saúde como álcool, cigarro e drogas ilícitas ,alem de promover ações de promoção e prevenção das complicações que a doença causa , também se motivo aos pacientes para a realização de atividade fisica e esporte em acompanhamento de um reabilitador físico com seguimento continuo da unidade básica de saúde .

Este estudo foi realizado com o objetivo de orientar ,capacitar e acompanhar de forma clara aos pacientes com Hipertensão Arterial ,foi logrado um grande impacto positivo sobre a vida e a saúde da população , os pacientes tomaram consciência sobre os hábitos préjudicial a saúde , se diminuiu aproximadamente um 76 % na incidência de complicações , agora conhecem os principais fatores de risco que agrava a doença e como melhorar o estilo de vida , nos podemos concluir que o trabalho teve um impacto positivo dentro da comunidade .

## Referências

BRASIL,Ministerio da Saúde .Secretaria de Politicas de Saúde .**Hipertensão Arterial Sistêmica -Cuadernos de Atención Básica n.15** .Brasilia ,D.F.2006,58 p.

Dr Mário Jabur Filho ,médico cardiologista do Austa .( Portais Ministério da Saúde (menu - Blog da Saúde); Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia; Sociedade Brasileira de Cardiologia (menu - campanhas); e Sociedade Brasileira de Hipertensão. abril 2017.

MORAES, Paula Louredo. "Hipertensão"; *Brasil Escola*.**Hipertensão Arterial** conhecer ,conviver e controlar sem dramas....Disponível em <<https://brasilecola.uol.com.br/doencas/hipertensao.htm>>. Acesso em 22 de julho de 2018.

PIERIN, A. M. G et al. O perfil de um grupo de pessoas hipertensas de acordo com conhecimento e gravidade da doença . Rev. Esc. Enf. USP , v. 35, n. 1, p. 11-8, mar. 2011 .

SECLLEN-PALACIN, J, A. Enfoque da saúde da família e seu potencial de contribuição para o alcance dos objetivos de desenvolvimento do milenio . In: FERNANDES AS SECLLEN-PALACIN JÁ , organizadores. **Experiencias e desafios da atenção Básica de Saúde Familiar :** Caso Brasil. {série Técnica , Projeto de Desenvolvimento de sistema e Serviços de saúde, 8}, 1. ed. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde ,2004,p 15-29.