



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

MARILYN MESA VALIENTE

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA CONTRIBUIR NA MUDANÇAS DE FATORES DE  
RISCO EM PACIENTES IDOSOS COM HIPERTENSÃO ARTERIAL EM MUNICÍPIO  
TURMALINA , SÃO PAULO

SÃO PAULO  
2018

MARILYN MESA VALIENTE

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA CONTRIBUIR NA MUDANÇAS DE FATORES DE RISCO EM PACIENTES IDOSOS COM HIPERTENSÃO ARTERIAL EM MUNICÍPIO TURMALINA , SÃO PAULO

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: EDIMEIA RIBEIRO ALVES VIEIRA

SÃO PAULO  
2018

## **Introdução**

A Hipertensão Arterial Sistêmica ( HAS ), é uma condição multifatorial e um problema de saúde pública observada em 30% de prevalência na população urbana de grandes centros do país e aumenta com idade ( 50 % indivíduos entre 60 - 70 anos e aproximadamente 75 % dos indivíduos com mais de 70 anos ). ( RODRIGO , 2013)

No Brasil , HAS atinge 32,5% (36 milhões ) de indivíduos adultos , mais de 60 % idosos , contribuindo direta ou indiretamente para 50 % das mortes por doenças cardiovasculares junto com Diabetes Mellitus , suas complicações ( cardíacas , renais , AVC ) . Há uma relação direta e linear entre envelhecimento e prevalência de HAS relacionada ao aumento da expectativa de vida , 74,9 anos ; aumento da população idosa na última década , a HAS em indivíduos idosos mostrou 68% de prevalência .( SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA , HIPERTENSÃO ARTERIAL , NEFROLOGIA , 2016 ) .

Considerando-se que o número de população idosa no Brasil continuará em aumento , ações que promovam o uso racional de medicamentos e estratégias que favorecem a inserção social de idosos podem contribuir a redução das taxas de prevalência de dependência funcional e melhorar a saúde e a qualidade de vida de idosos . (GONTIJO, Mónica de Fátima et al 2010).

Segundo RODRIGO , 2013 , fatores como idade , sexo , etnia , consumo de sódio , antecedentes familiares , fatores socioeconômicos tem relação direta com o risco de desenvolver HAS . Estudos norte-americanos demonstram ainda que , a pesar do grande número de idosos em tratamento , a taxa de controle deixa a desejar , o que demonstra que é um grupo com maior dificuldade .

Outros aspectos que podem contribuir a não utilização do tratamento médico adequado são algumas barreiras como a garantia de acesso , embora seja um princípio do preconizado pelo SUS , o desconhecimento pelo paciente de sua condições de sua saúde e a incapacidade de lembrar as informações oferecidas pelo seu médico , são alguns problemas para serem enfrentados . (GONTIJO MF et al, 2012 ) .

As ações de educação em saúde são utilizadas como estímulo para a mudanças de comportamento dos idosos e favorecem a adesão pela busca de autocuidado . ( NUNES et al , 2017 ) .

Os idosos apresentam necessidades de um cuidado especializado íntegro e multidisciplinar que irá favorecer o processo de educação em saúde como um momento de experiência , onde os profissionais de saúde precisam buscar ações junto as comunidades no intuito de conhecer o idoso , identificar suas dificuldades e planejar intervenção .(CARRILHO Da SILVA , 2013)

A população no município de Turmalina é de 1994 habitantes , tem 523 pacientes maiores de 60 anos , dos quais 331 , 63% são portadores de hipertensão arterial , que apresentam descontrole de suas patologias detectado em visitas domiciliares e durante as consultas tanto agendadas como de demanda espontâneas . Foi identificado o mal uso das

medicações , relacionado a dose e horario inadequado e alimentação inadequada , causando complicações da doenças , surgimentos de novas patologias , internações evitáveis , elevados custos financieros para o sistema de saúde , chegando a alguns óbitos . Motivo que justifica o presente Projeto de Intervenção , para contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos idosos do município .

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

### Objetivos Geral :

Desenvolver um programa educativo sobre hipertensão arterial com o propósito de melhorar o uso inadequado do tratamento e orientar para a substituição de hábitos alimentares saudáveis , visando prevenir as complicações da HAS em pacientes idosos da UBS Turmalina .

### Objetivos Específicos :

- Ampliar o conhecimentos sobre HAS e dialogar com os pacientes que sofrem esta doenças tirando dúvidas sobre riscos e conseqüências .
- Intervenir através de ações educativas sobre os fatores que contribuem para utilização inadequada do tratamento farmacológico e não farmacológico e alimentação saudável .
- Propor estratégias para aumentar a adesão ao tratamento dos pacientes idosos.

## **Método**

O projeto será realizado na Unidade Básica de Saúde da cidade Turmalina , São Paulo com a participação do equipe multidisciplinario da UBS , pacientes idosos cadastrados como hipertensos pertencientes da unidade de saúde .

Este trabalho será um projeto educativo sobre HAS com o propósito de melhorar o uso inadequado da medicação e modificar os hábitos dietéticos da população idosa desta comunidade e elevar a qualidade de vida através das ações básicas de promoção e prevenção na atenção básica . Para atender estes pacientes a equipe conta com os profissionais de saúde ; médico , enfermeiros , nutricionista , psicóloga .

### **Ações :**

Para aumentar o nível de conhecimento da população em relação á doença e estilo de vida que podem ser modificados , serão feitas palestras educativas mensais , com apoio dos profissionais da Estratégia de Saúde Familiar e Núcleo de Apoio da Saúde da Família que abordaram temas de interes dos hipertensos como alimentação saudável , uso adequado das orientações do tratamento , assim como distribui panfletos educativos que falem de hipertensão e fatores de risco modificáveis onde podem participar também os familiares ou cuidadores dos pacientes idosos.

Através da entrevista individual nas consulta, serão identificados os fatores que interferem na realização inadequada do tratamento farmacológico e não farmacológico nos pacientes idosos . Incentivar a realização de atividades para modificar estilos de vida e costumes alimentares na população no propósito de reduzir as complicações causadas pela doença.

Através desta estrategias para adesão ao tratamento , vamos fornecer a todos os paciente idosos em uso de medicação de uma caixa o porta comprimidos confeccionada com ajuda do farmacéutico e equipe do NASF onde os medicamentos serão distribuidos semanalmente em função dos dias das semana e horario a administrar e cumprir o tratamento proposto , este será supervsionado pelos Agentes Comunitarios e Equipe de Saúde ao realizar visita domiciliar .

### **Avaliação ou Monitoramento :**

O monitoriamento será realizado pelo Equipe de Saúde . As avaliações deverão ser realizadas em consultas programadas dos pacientes idosos hipertensos com a participação do equipe de saúde com uma entrevista com o médico , enfermeiro , nutricionista e psicólogo , depois se realizaram as atividades educativas , se realizaram perguntas em relação ao tema anterior , ao final na investigação se realizará outra entrevista pelos profissionais para constatar o aprendizado .

## **Resultados Esperados**

Com este trabalho pretende-se elevar o nível de conhecimento das pessoas hipertensas sobre a importância do uso adequado da medicação, controle dos hábitos dietéticos e fatores de risco modificáveis, promovendo um estilo de vida saudável através das ações de promoção e prevenção de saúde.

Ativar novas práticas assistenciais com ênfase preventiva.

Redução da incidência das complicações causada pela doença hipertensão arterial.

## Referências

CARRILHO da SILVA ,Priscila .Orientações , administração de medicamentos anti-hipertensivos em idoso.Revista CIPPUS-UNILASALLE 2013 . Disponível em

GONTIJO Mónica de Fátima et al .Uso de anti-hipertensivos e anti-diabéticos por idosos:inquérito em Belo Horizontes, Minas Gerais,Brasil.Cad.Saúde pública.2012 vol 28 n 7 pag 1337-1346.

NUNES de Oliveira,Marcelle Stephane et al . Autocuidado de idoso diagnosticado como Hipertens{ao arterial ou Diabetes Mellitus. 2017 Disponível em <<https://periodicos.ufsm.br/reufsn/article/view/26344/pdf>> acesso em jan 2018.

RODRIGO , Antonio Brandão Neto . Hipertensão Arterial Sistêmica : foco no paciente idoso . Medicina NET. 2013 .Disponível em <<http://www.medicina.net.com.br/conteudos/revista/5268>>. Acesso em: 24 jan 2018

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA , SOCIEDADE BRASILEIRA DE HIPERTENSAO , SOCIDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA , 7a Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial .Publicações-SBC. Disponível em : <<http://www.arquivosonline.com.br.Sociedade Brasileira Cardiologia.ISSN-0066-782x vol 107 , n 3 . supl 3. Set 2016>>