



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

KLEIVIS OLGA BRAVET CAZANAS

INTERVENÇÃO EDUCATIVA SOBRE FATORES DE RISCO EM HIPERTENSÃO NA  
UBS "BARALDI".

SÃO PAULO  
2018

KLEIVIS OLGA BRAVET CAZANAS

INTERVENÇÃO EDUCATIVA SOBRE FATORES DE RISCO EM HIPERTENSÃO NA  
UBS "BARALDI".

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: DANIELLE ABDEL MASSIH PIO

SÃO PAULO  
2018

## **Introdução**

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), definida com os valores de pressão arterial sistólica > 160 mmHG e diastólica > 95 mmHG, é considerada uma doença crônica que pode ser influenciada pelo grau de participação do indivíduo portador de tal patologia, dependendo de fatores como a aceitação da doença, controle e conhecimento da mesma, incluindo suas complicações (KOCHAR; WOODS, 1990).

Reconhecida no mundo moderno como um fator de risco para doenças cardiovasculares, a HAS está se tornando um problema de saúde cada vez mais comum, devido ao aumento de fatores como falta de atividade física, dietas inadequadas e obesidade. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), sua atual prevalência em muitos países em desenvolvimento, particularmente nas sociedades urbanas, já é tão alta quanto àquelas de países desenvolvidos (MENDIS; PUSKA; NORRVING, 2011).

A HAS é doença silenciosa, mata 9,4 milhões de pessoas por ano e é responsável por 45 % dos ataques cardíacos e 51 % dos Acidentes Vasculares Cerebrais (OMS, 2015).

No Brasil, de acordo com dados do Ministério da Saúde, cerca de 30 milhões de brasileiros têm HAS e outros 12 milhões ainda não sabem que possuem a doença. A hipertensão mata por ano 7,6 milhões de pessoas, no mundo todo, devido as complicações como AVC, infarto, entre outras. No Brasil, ela é responsável por 300 000 mortes ao ano. Segundo Ministério da Saúde. São Paulo (BRASIL, 2013).

Sabe-se que a etiologia da HAS é multifatorial. Entre os fatores associados ao seu desenvolvimento estão idade, gênero, hereditariedade, etnia, porém com muito mais peso os fatores de risco modificáveis como são excesso de peso e obesidade, ingestão de sal e de álcool, sedentarismo e fatores socioeconômicos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010).

A HAS apresenta custos médicos e socioeconômicos elevados, decorrentes principalmente das suas complicações como: doença cerebrovascular, doença arterial coronária, insuficiência cardíaca, insuficiência renal crônica e doença vascular de extremidades. Em amostra da população brasileira, a combinação de fatores de risco entre indivíduos hipertensos varia com a idade, predominando a inatividade física, sobre peso e a alimentação inadequada (V DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, 2007).

Justificativa:

Na comunidade de Baraldi, no município de Monte Azul paulista tem no total 2094 pessoas, sendo que 419 sofrem de pressão alta e que representa 19,1 % do total da população. A procura por consultas diárias na Unidade Básica de Saúde Baraldi por essa causa representa entre 20 e 22 %. Esses dados correspondem com estatísticas brasileiras da doença.

O objetivo deste projeto é apresentar a insuficiência dos conhecimentos que tem a população sobre os FR para HA mais comumente estudados, como obesidade, sobrepeso, maus hábitos alimentares, estresse, sedentarismo, alcoolismo, assim como daqueles FR que potencializam

os efeitos da HA no risco cardiovascular, como é o caso do tabagismo e a relação que tem os fatores com a descompensação, trazendo consigo as complicações da doença. Outra característica que influenciou a escolha dos FR para este projeto é a condição de serem modificáveis mediante mudanças de estilo de vida por meio de intervenções terapêuticas e educativas entre a equipe e a comunidade, procurando diminuir assim a incidência e a prevalência de complicações, melhorando o estado de saúde da população.

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

### Objetivo Geral

1- Aprimorar os conhecimentos sobre fatores de risco que descompensam a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) dos pacientes atendidos na UBS Baraldi do município de Monte Azul Paulista, no Estado de São Paulo.

### Objetivos Específicos:

1- Identificar os conhecimentos dos pacientes sobre a relação dos fatores de riscos sobre a HAS.

2- Implantar intervenção educativa para ampliar os conhecimentos dos pacientes sobre a doença e suas complicações e a relação que tem com os fatores de risco.

3- Favorecer, por meio das orientações, a identificação da importância da mudança no estilo de vida.

## **Método**

Local: Unidade Básica de Saúde (UBS) Baraldi, da cidade de Monte Azul Paulista, município do Estado de São Paulo. Localiza-se em um bairro composto em sua maioria por famílias de classe média, que apresentam sua maior fonte de renda proveniente do trabalho (assalariados).

Publico Alvo: Pacientes com HAS, pertencentes ao território da UBS, que apresentarem interesse em participar no projeto. Participantes: equipe de trabalho da ESF e o médico, autor do projeto, serão participantes como orientadores e facilitadores da intervenção em saúde.

Ações:

1- Divulgação do projeto para equipe. Os integrantes da equipe de saúde passarão por um processo de formação, com carga horária total de 8 horas, para aprofundar os conhecimentos sobre a doença e seus fatores de risco. Também terão a oportunidade de conhecer um questionário que será respondido pelos pacientes, de forma prévia e posterior à intervenção.

2- Processo de implantação do Projeto: será aplicado o questionário com o objetivo de identificar o nível de conhecimento dos pacientes sobre a doença, seus fatores de risco e as complicações associadas. A estratégia principal é implantar uma intervenção sobre o tema a partir dos conhecimentos prévios dos pacientes e suas necessidades.

3- Serão realizadas atividades de educação em saúde, com periodicidade quinzenal, sendo quatro encontros no total. Para sensibilizar a população sobre a importância de ter conhecimentos sobre os fatores de risco que descompensam sua doença crônica e as complicações.

Avaliação / Monitoramento: Para avaliação do projeto, ao término dos encontros, o questionário será reaplicado para identificar o impacto que o projeto teve nos participantes comparando com a primeira aplicação do questionário; e, durante as consultas médicas, visitas e outras ações da equipe, se verificará a ocorrência das mudanças do estilo de vida.

## **Resultados Esperados**

Espera-se com o projeto de intervenção educativa junto aos pacientes com hipertensão que ocorra uma mudança significativa quanto aos conhecimentos dos mesmos sobre a doença e alcancem maior controle, por meio da adesão a hábitos de vida saudáveis. Assim, também se espera redução das complicações da doença sobretudo as mais graves, como são as cardiopatias isquêmicas e os Acidentes Vasculares Encefálicos.

## Referências

### REFERENCIAS:

- 1- BRASIL. Estatísticas da hipertensão: **Hipertensão Brasil**. CriaSaúde: Ministério da Saúde, São Paulo, p. 11-26, 2013. Disponível em: <<http://www.criasaude.com.br>>. Acesso em: 20 ago. 2013
- 2- V Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo , v. 89, n. 3, p. e24-e79, Sept. 2007 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0066-782X2007001500012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2007001500012&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 29 Agosto. 2018.
- 3-KOCHA, M. S. ; WOODS, K. D. **Controle da Hipertensão:** para enfermeiras e demais profissionais da saúde. 2 ed. Editora Andrei, 1990. 318 p.
- 4- MENDIS, S.; PUSKA, P.; NORRVING., B. **High Blood Pressure**. B. Editor. Geneva (World Health Organization), Estados Unidos. p. 18 - 29. nov, 2011.
- 5- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA/ Sociedade Brasileira de Hipertensão / Sociedade Brasileira de Nefrologia. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arq Bras Cardiol, v. 95, n.1 (supl. 1), p. 1-51, 2010.**