



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

HECTOR TELLEZ PEREZ

INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM PACIENTES HIPERTENSOS NA UBS 6 DE MORRO
AGUDO

SÃO PAULO
2018

HECTOR TELLEZ PEREZ

INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM PACIENTES HIPERTENSOS NA UBS 6 DE MORRO
AGUDO

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: ROSSANA FLÁVIA RODRIGUES SILVÉRIO DOS SANTOS

SÃO PAULO
2018

Introdução

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível e um inquietante problema na saúde pública. Ela representa o principal fator de risco para o desenvolvimento de comorbidades, como por exemplo, a doença coronariana, os acidentes vasculares cerebrais (AVC), a insuficiência renal, as doenças vasculares periféricas, entre outras. A Hipertensão arterial é a doença crônica que mais afeta população do território a existência de um elevado número de pessoas sem o devido conhecimento sobre a hipertensão arterial, suas formas de prevenção e controle. A UBS 6 de Morro Agudo atende a um total de 699 pessoas com uma elevada taxa de prevalência de hipertensos comparada com as outras doenças crônicas não transmissíveis. A UBS possui 185 hipertensos, o que resulta uma prevalência de 23,1%. Esta foi a queixa mais comum que levou a população a procurar a unidade de saúde. Os pacientes com hipertensão arterial geralmente procuram a UBS em situações descompensadas, devido ao desconhecimento sobre a doença da qual sofrem, a não adesão ao tratamento e os cuidados necessários. A equipe deliberou ser essa situam grande problema de saúde, o que implica a intervenção nos pacientes hipertensos da população, que alcançaria um maior autocontrole da doença e melhor qualidade de vida. (MACHADO; PIRES; LOBÃO, 2012).

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma condição clínica multifatorial representada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial (PA) maior ou igual a 140x90 mmHg (SBC, 2010). Quase sempre, a HAS ocorre de forma progressiva, acompanhada de lesões nos vasos sanguíneos com decorrentes alterações de órgãos alvos como cérebro, coração, rins e retina. Usualmente, é uma doença silenciosa: não dói, não provoca sintomas, entretanto, pode matar. Quando ocorrem sintomas, já decorrem de complicações. Apesar de ser uma ocorrência grave, muitas pessoas não percebem ou ignoram que estão em risco de ter HAS (SILVA; SOUZA, 2004).

A hipertensão arterial é umas das doenças crônicas não transmissíveis que com mais frequência afeta o adulto; é o fator de risco mais perto ao desenvolvimento das doenças vasculares, coronárias, de cerebrais, dos rins e de retinopatias, o risco de morrer por esta causa, o infarto agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral é muito maior nos pacientes hipertensos e aumenta proporcionalmente com os níveis de cifras de pressão arterial. (MOLERIO PEREZ et al., 2009).

Através dos anos a doença hipertensiva é um problema de saúde a nível mundial pelo aumento progressivo da prevalência e incidência de hipertensão arterial como mostra muitos trabalhos que são feitos em diferentes países com assessoria da Organização Mundial da Saúde. (TOLEDO CURBELO, 2008).

As tendências globais ao incremento da expectativa de vida na maioria dos países a prevalência estão de 15% a 30%. A frequência de hipertensão arterial aumenta com a idade, mostra que depois dos 50 anos quase o 50% da população tem hipertensão arterial sendo a mesma de grande demanda no uso de medicamento. (TARAZÓN MICLÍN, 2006).

É necessário fazer promoção para brindar uma adequada educação de saúde com relação a doença, assim como o controle de todos os riscos para esta doença como: ingestão de

alimentos que contém sódio, a obesidade, o sedentarismo, a tensão emocional mantida entre outros. Esta educação inclui ao paciente com risco e ao paciente hipertenso no qual se explicara todo sobre a dieta, ao uso de medicamentos, assim como diminuir o desenvolvimento das complicações.

Este projeto de intervenção é elaborado, a fim de realizar um programa educativo com pessoas que vivem com hipertensão arterial, pela necessidade de melhorar o nível de conhecimento sobre as características das doenças assim provocar uma redução de fatores de risco e complicações. A educação das pessoas com hipertensão é o elemento chave no controle da pressão arterial, pois assim as pessoas podem entender melhor sua doença e suas consequências, proporcionando-lhes bom controle e melhor qualidade de vida. A implementação deste projeto de intervenção é fundamental para promover o redirecionamento dos conhecimentos, atitudes e práticas educativas de promoção de saúde com e apoio de toda a equipe de saúde.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

Desenvolver uma estratégia de educação em saúde para pacientes com Hipertensão Arterial Sistêmica na Unidade Básica de Saúde N°6 de Morro Agudo.

Objetivos específicos:

1. Implantar uma estratégia de educação em saúde através de grupos educativos para elevar o nível de conhecimento sobre os fatores de risco da hipertensão arterial sistêmica e melhorar a adesão ao tratamento.
2. Incentivar o uso de medidas não medicamentosas para o controle da pressão arterial sistêmica.
3. Comparar o nível de conhecimento sobre a hipertensão arterial antes e após a criação do grupo educativo.

Método

Método:

Local: Este projeto de intervenção será implantado na Unidade Básica N°6 de Morro Agudo.

Público-alvo: Todos os pacientes hipertensos cadastrados na Unidade Básica N°6 de Morro Agudo.

Participantes: Profissionais que trabalham na unidade Unidade Básica N°6 de Morro Agudo.

1. Para implantar uma estratégia de educação serão agendados encontros semanais com toda equipe de trabalho de profissionais oferecendo aos mesmos uma capacitação sobre hipertensão arterial. Serão feitas aulas educativas na mesma os participantes serão divididos em dois grupos de 20 pacientes, para alcançar uma maior eficácia das técnicas de ensino, cada encontro do grupo terá duração média de 30 min.

2. Será abordados e incentivado atividades não medicamentosas para o controle da pressão arterial sistêmica mediante atividades físicas, alimentação saudável, redução de sal, gorduras e bebidas alcoólicas, redução do estresse, qualidade do sono assim como a introdução da medicina natural e tradicional. Cada encontro do grupo terá duração média de 30 minutos.

3. Para comparar o nível de conhecimento sobre a hipertensão arterial antes e após da criação do grupo educativo os pacientes serão informados sobre o estudo e sua autorização para a participação no projeto será solicitado mediante um termo de consentimento, depois se aplicará um questionário que mostrará o nível de conhecimento sobre a doença antes das atividades educativas e três meses depois da finalização da intervenção, o questionário será novamente aplicado para verificar se houve aprimoramento do conhecimento

Avaliação e Monitoramento: Os pacientes hipertensos serão convocados para uma consulta médica, às quartas feiras à tarde que serão os dias para este atendimento específico. Durante as consultas será realizada uma avaliação dos pacientes para ver se estão seguindo as orientações que foram dadas nas aulas educativas.

Resultados Esperados

Com o presente estudo espera-se obter maior percepção da população sobre a Hipertensão arterial, os principais fatores de risco, e acrescentar o conhecimento sobre a importância da mudança de hábitos e estilos de vida para melhorar a qualidade de vida dos pacientes e evitar assim as complicações da doença.

Referências

MACHADO, Mariana, Carvalho; PIRES, Cláudia Geovana da Silva; LOBÃO, William Mendes. Concepções dos hipertensos sobre os fatores de risco para a doença. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 5, p. 1365-1374, 2012.

MOLERIO PÉREZ, Osana, et al. El estrés como factor de riesgo de la hipertensión arterial esencial. **Rev. Méd Chile**, n. 137, p. 475-480, 2009.

SBC - Sociedade Brasileira de Cardiologia. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arq Bras Cardiol**, v. 95, n. 1, supl.1, p. 1-5, 2010.

SILVA, Jorge Luis Lima; SOUZA, Solange Lourdes de - Fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica versus estilo de vida docente. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 6, n. 3, p. 330-335, 2004.

TARAZÓN MICLÍN, Oneida, IMBERT SÁNCHEZ, Norka. Adolescencia y hábito de fumar. **Cubana Med.** Cuba, v. 2, n. 1, p. 47-50, 2006.

TOLEDO CURBELO, Gabriel José. **Fundamentos de salud publica**. 2. ed. La Habana: Ciencias Medicas, 2008.