



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YERENIS AVILA TERUEL

PROMOÇÃO DA SAÚDE EM PACIENTES HIPERTENSOS DA UBS VILA FÁTIMA EM
GUARULHOS, SÃO PAULO

SÃO PAULO
2018

YERENIS AVILA TERUEL

PROMOÇÃO DA SAÚDE EM PACIENTES HIPERTENSOS DA UBS VILA FÁTIMA EM
GUARULHOS, 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: DANIELLE ABDEL MASSIH PIO

SÃO PAULO
2018

Introdução

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como a primeira causa de morte em todo o mundo, acometendo aproximadamente sete milhões de pessoas por ano. Os números aproximados são um em cada quatro adultos, com redução de expectativa de vida entre 10 e 15 anos (LIRA, 2015). Entre 20% e 35% da população adulta da América Latina e Caribe tem hipertensão. De acordo com um estudo em quatro países de América do Sul (Argentina, Chile, Colômbia e Brasil), apenas 57.1% da população adulta que é estimada com pressão alta sabe que tem hipertensão, o que contribui para o baixo nível de controle da doença (WHO, 2017).

No Brasil, a HAS atinge 32,5% (36 milhões) de indivíduos adultos, contribuindo direta ou indiretamente para 50% das mortes por Doença Cardiovascular (DCV). E suas complicações (cardíacas, renais e AVE) têm impacto elevado na perda da produtividade do trabalho e da renda familiar (MALACHIAS, 2016).

Segundo Bras da Silva (2011) o risco de desenvolver HAS aumenta com a idade. É a doença crônica mais comum em idosos, com prevalência igual ou superior a 50% entre aqueles com idade de 60 a 69 anos e 75% nos acima de 70 anos. Apesar de representar um fator de risco independente e contínuo para a DCV, ela não ocorre isoladamente; quase todos os hipertensos tem associados outros fatores de risco tais como a herança, sexo, raça, idade, que são não modificáveis, e outros como a dieta, falta de exercícios físicos, obesidade, consumo excessivo de álcool, tabagismo, uso de anticoncepcionais orais e o estilo de vida muito sedentário. Por isso, as recomendações para a prevenção e o controle da HAS contemplam a abordagem dos múltiplos fatores de risco apresentados pelo indivíduo, incluindo-se nos comportamentos desejados de saúde para possível prevenção de suas complicações.

Assim, na atualidade a abordagem da atenção primária torna-se fundamental no campo da promoção e prevenção de saúde. As equipes de saúde têm a função de desenvolver estratégias que auxiliem o indivíduo na mudança de atitudes contributivas para o controle da doença. As medidas de educação devem ser objetivas, simples e contínuas, para maior entendimento do paciente. Isso é parte do trabalho cotidiano da equipe de saúde, que deve estabelecer o cuidado de forma mais humana, acolhedora, aumentando laços de confiança entre os profissionais e os pacientes (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010).

No município de Guarulhos, segundo os dados do SIAB, são 10.636 pessoas hipertensas a cada 100 mil habitantes, bem acima da média nacional. Especificamente a equipe de Saúde da Família que compõe o espaço da UBS Vila Fátima tem 336 pessoas com HAS, o que representa 11,69% da população total cadastrada, muitas delas já com complicações.(GUARULHOS, 2013).

Torna-se então de suma importância, dado contexto supracitado e da alta incidência de pacientes com HAS na área de abrangência, o desenvolvimento deste projeto de intervenção, tentando com ele edificar ações de prevenção e promoção de saúde tendo em vista a mudança do estilo de vida da população hipertensa, proporcionando a possibilidade de uma sobrevida melhor com qualidade de vida.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

Realizar uma intervenção educativa com a finalidade de elevar o nível de conhecimento dos portadores de HAS, proporcionando maior adesão ao acompanhamento e tratamento.

Específicos:

- Identificar os fatores determinantes da aparição e evolução das complicações da HAS na UBS Vila Fátima, em Guarulhos, no ano de 2018.
- Realizar ações de educação em saúde com a finalidade de conscientizar os pacientes hipertensos acerca da doença e como prevenir suas principais complicações.
- Realizar ações de promoção da saúde que proporcionem a adesão e a mudança do estilo de vida dos pacientes hipertensos.

Método

Método:

- ♦ Local: UBS Vila Fátima do município de Guarulhos.
- ♦ Público-alvo: Pacientes com diagnóstico de HAS.
- ♦ Participantes: Membros da equipe da UBS "Vila Fátima"

Ações:

- ♦ Formação dos profissionais envolvidos: os membros da equipe de saúde envolvidos no projeto participarão de um curso de pequena duração, com carga horária de cinco horas, preparando-os sobre dados epidemiológicos relacionados com a HAS no Brasil, riscos e cuidado ao paciente hipertenso, dando maior importância ao tratamento não medicamentoso.
- ♦ Divulgação do projeto: Os pacientes com diagnóstico de HAS da área de abrangência serão convidados pelos profissionais envolvidos no projeto;
- ♦ Implantação do projeto: A equipe dividirá em grupos os pacientes, com a estratégia de roda de conversa para dialogar sobre a doença, programa de exercícios físicos e orientação nutricional, considerando seus conhecimentos prévios sobre a doença e o cuidado realizado.

Avaliação e monitoramento:

As avaliações e monitoramento serão feitos de duas maneiras: reuniões com a equipe de saúde para avaliar as atividades desenvolvidas, no sentido da adesão e a mudança do estilo de vida dos pacientes hipertensos, de acordo com os objetivos. A realização das rodas de conversa trarão dados para organizar possíveis mudanças e ampliações na proposta educativa, se necessária.

As datas a estipular são:

1. Para formação dos profissionais: A semana do 8 a 12 de outubro, as 16 horas (duração de 1 hora ao dia: total 5 horas).
2. Para divulgação do projeto: De 15 a 31 de outubro
3. A implantação do projeto durará todo o mês de novembro, com encontros semanais com grupos de pacientes.
4. Durante a reunião da equipe de saúde será discutido o desenvolvimento do projeto, onde será avaliada a aceitação dos pacientes e a mudança no estilo de vida de acordo com os conhecimentos adquiridos durante as atividades. Serão programadas novas ações, de acordo com a avaliação dos pacientes e da equipe.

Resultados Esperados

Com este projeto, pretende-se efetivar mudanças no estilo de vida dos pacientes hipertensos. Assim, as complicações podem ser evitadas e uma maior sobrevida alcançada. A proposta também contempla uma melhor atenção e acompanhamento do paciente, com a oportunidade de formação da equipe no tema.

Referências

- ♦ BRAS DA SILVA, D. **Hipertensão Arterial e complicações associadas:** análises do risco cardiovascular e de adesão ao tratamento em unidade do SUS. 2011. Trabalho de conclusão do curso. Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, 2011.
- ♦ LIRA, M.T. Impacto de la hipertension arterial como factor de riesgo cardiovascular. **Revista Médica clínica Lãs Condes**, v. 26, n. 2, p. 156-163, March, 2015.
- ♦ MALACHIAS, Mvb et al. Capítulo 2 - Diagnóstico e Classificação. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, [s.l.], v. 107, n. 3, p.2-83, 2016. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.5935/abc.20160152>.
- ♦ SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA/ SOCIEDADE BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO/ SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arq Bras Cardiol**, 95, v. 1, supl.1, p.1-51, 2010.
- ♦ Sistema de informação da Atenção Básica do Ministério da Saúde. **SIAB**. Guarulhos, 2013. Disponível em:
<http://www.deepask.com/goes?page=guarulhos/SP-Confira-os-numeros-da-hipertensao-arterial-no-seu-municipio>
- ♦ WHO. **Dia Mundial da Hipertensão** 2017. Disponível em:
https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13257%3Adia-mundial-de-la