



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

SANDRA MARIA MEDEROS VASO

ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA VOLTADAS PARA OS FATORES DE
RISCO PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL NO MUNICÍPIO DOBRADA.

SÃO PAULO
2018

SANDRA MARIA MEDEROS VASO

ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA VOLTADAS PARA OS FATORES DE RISCO PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL NO MUNICÍPIO DOBRADA.

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 um problema grave de saúde pública no Brasil e no mundo, é também um importante fator de risco no surgimento de doenças cardiovasculares, cerebrovasculares e renais. Dentre suas complicações estão as doenças cerebrovasculares, doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, doença renal crônica e doença arterial periférica, sendo essas responsáveis por um alto índice de mortalidade.^{1,2}

Nos últimos 20 anos mostrou prevalência superior a 30%, e no período de 2003 a 2008, 44 estudos em 35 países revelaram uma prevalência global de 37,8% em homens e 32,1% em mulheres.³ Além disso, a HAS é fator de risco para doenças cardiovasculares, cerebrovasculares e insuficiência renal crônica, sendo causadora de 40% das mortes por acidente vascular cerebral (AVC), 25% das mortes por doença arterial coronariana e, juntamente com o diabetes, representa 62,1% do diagnóstico primário de pessoas submetidas à diálise.⁴

Há alguns hábitos alimentares são prejudiciais, consumo de bebidas alcoólicas, tabagismo, obesidade e consumo de anticoncepcionais são os fatores de risco que mais aparecem associados as complicações da hipertensão.⁵ Nas últimas décadas, a obesidade passou a ser um dos maiores problemas de saúde por estar associada a uma série de agravos na saúde, tais como: diabetes mellitus, cardiopatias, dislipidemias, distúrbios psicossociais, apneia do sono, osteoartrites e hipertensão arterial.⁶⁻⁸

Considerações a respeito do sobrepeso devem ser direcionadas à dieta, apontando para a necessidade de reeducação alimentar e não dietas curtas. Considera-se a dieta como a primeira conduta, pois funciona como o principal fator relevante dentro dos fatores modificáveis. Após o controle deste, não há uma resolução completa dos fatores modificáveis, até porque as pessoas na atualidade convivem no mundo pós-moderno e tecnológico, onde a acomodação é quase que um convite.

Para que o autocuidado tenha sucesso é necessário perceber as próprias necessidades, ou seja, indagar-se sobre que é realmente preciso ter no estilo de vida para manter a saúde. A percepção do indivíduo sobre um problema a ser enfrentado, em seu ritmo natural, é um fator importante que influencia na reação para a busca de melhorias. A partir deste ponto, há possibilidade de harmonizar a saúde com o viver do cotidiano.

Percebe-se que os hábitos sociais encontrados estão diretamente relacionados com os índices pressóricos, já que são classificados pela literatura pertinente como fatores de risco em potencial para o desenvolvimento de HAS.⁵

O Sistema Único de Saúde - SUS, indica a Estratégia Saúde da Família (ESF) como forma de garantir os princípios da Atenção Primária a Saúde (APS), com propostas de intervenção comunitária, com a finalidade de diagnosticar e acompanhar o indivíduo de forma mais próxima. Apesar de ainda não ter cobertura plena dos atributos da atenção primária, a ESF pode ser um importante instrumento para auxiliar na orientação e no acompanhamento do tratamento farmacológico e não farmacológico, bem como das mudanças no estilo de vida e da adoção de hábitos saudáveis a longo prazo, em todos os grupos sociais, principalmente

aqueles com menores possibilidades de escolha, melhorando o prognóstico e a qualidade de vida de pessoas com hipertensão.⁹

Na UBS III Frederico Scabello do município de Dobrada segundo dados observados no cadastro dos usuários e prontuários individuais, a cada dia um paciente é diagnosticado com hipertensão arterial e entre 4 e 5 com fatores de risco modificáveis do mesmo. Diante da questão e em conversa com os próprios pacientes foi possível constatar que a desinformação e a falta de orientação estavam entre as causas do evento pelo que nos motivou a desenvolver este projeto.

Objetivos (Geral e Específicos)

♦

GERAL : Realizar estratégias de intervenção educativa para portadores de hipertensão com fatores de risco para a hipertensão arterial no município, visando mudanças de hábitos através da apropriação de novos conhecimentos.

ESPECIFICOS :

- * Compartilhar orientações e informações sobre o assunto com grupos de risco.
- * Planejar atividades que contribuam para estimular estilos de vida saudáveis, bem como o controle de riscos.
- * Orientar guias sobre as complicações e prevenção da hipertensão arterial.
- * Desenvolver métodos de controle e monitoramento dos fatores de risco e incidência da doença.

Método

Local: UBS III. Frederico Scabello. Município Dobrada. São Paulo

Público-alvo: População adulta com fatores de risco para hipertensão arterial.

Participantes: Gestores do sistema municipal de saúde, médico e enfermeiro da estratégia de saúde da família e agentes comunitários de saúde.

Ações:

- ♦ Realizar treinamento conjunto com enfermeiros para os agentes comunitários de saúde sobre sinais e sintomas de hipertensão arterial e métodos de prevenção, por meio de palestras.
- ♦ Realizar rodas de conversa para esclarecer dúvidas e fornecer informações sobre hipertensão arterial e fatores de risco.
- ♦ Realizar atividades com os participantes, incentivando estilos de vida saudáveis, abordando temas como alimentação, exercícios e recreação.

Avaliação/Monitoramento: Realizar e aplicar um questionário destinado a medir o nível cognitivo sobre o assunto, antes e após a realização das ações propostas. Comparar os resultados.

Resultados Esperados

Com a realização desta estratégia espera-se:

- Ampliar vínculos entre todos os trabalhadores da UBS na tarefa de promover e prevenir a hipertensão arterial.
- Fornecer informações e orientações para populações de risco sobre os diversos fatores de risco e sua prevenção.
- Monitorar os resultados para avaliar o nível de satisfação da população, aumentar seus conhecimentos e reduzir a incidência de casos.

Referências

- ♦ CORDEIRO, Magliane Borges Lucero et al. Fatores de risco associados à hipertensão arterial primária em crianças e adolescentes: revisão bibliográfica. **Revista Científica de Enfermagem**, Manaus, v. 7, n. 19, p.39-48, 2017.
- ♦ SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. Hipertensão arterial sistêmica. **Cadernos de Atenção Básica**, Brasília, v. 15, p.1-51, 2006.
- ♦ SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA; SOCIEDADE BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO; SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA. (Ed.). VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Paulo, v. 95, n. 1, p.1-51, 2010.
- ♦ ANDRADE, Aluísio Oliveira de et al. PREVALÊNCIA DA HIPERTENSÃO ARTERIAL E FATORES ASSOCIADOS EM IDOSOS. **Revista Brasileira Promoção Saúde**, Fortaleza, v. 27, n. 3, p.303-311, 2014.
- ♦ LIMA, Jorge Luis Silva; SOUZA, Solange Lourdes de. Fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica versus estilo de vida docente. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 3, p.330-335, 2004.
- ♦ PHILLIPS, Cm et al. Metabolically healthy obesity across the life course: epidemiology, determinants, and implications. **Annals Of The New York Academy Of Sciences**, New York, v. 1381, n. 1, p.1-16, 2016.
- ♦ International Association for the Study of Obesity. Adult overweight and obesity in the European Union (EU27) [Internet] London: IASO; 2012 [acesso em 2016 Out 15]. Disponível em: <http://www.iaso.org/resources/world-map-obesity/>
- ♦ CORDEIRO, Jéssica Yelle Ferreira; FREITAS, Sílvia Regina Sampaio. PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS AO EXCESSO DE PESO EM UMA POPULAÇÃO URBANA DO INTERIOR DO AMAZONAS, BRASIL. **Revista Brasileira Promoção Saúde**, Fortaleza, v. 29, n. 4, p.533-543, 2016.
- ♦ MENDES, Gisele Soares; MORAES., Clayton Franco; GOMES., Lucy. Prevalência de hipertensão arterial sistêmica em idosos no Brasil entre 2006 e 2010. **Revista Brasileira Medicina de Família Comunidade.**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 32, p.273-278, 2014.