



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ISABEL ELVIRA MEDINA TAMAYO

ESTRATÉGIA PARA DIMINUIÇÃO DA ALTA PREVALÊNCIA DE HIPERTENSÃO
DESCOMPENSADA NA UBS JUSSARA/CELINA.BAURU, SÃO PAULO.

SÃO PAULO
2018

ISABEL ELVIRA MEDINA TAMAYO

ESTRATÉGIA PARA DIMINUIÇÃO DA ALTA PREVALÊNCIA DE HIPERTENSÃO
DESCOMPENSADA NA UBS JUSSARA/CELINA.BAURU, 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: IEDA CARLA ALMEIDA DOS SANTOS DE SOUZA PASTANA

SÃO PAULO
2018

Introdução

A HA é uma doença crônica que pode estar relacionada com alterações metabólicas, funcionais e/ou estruturais de órgãos alvo, sendo agravada pela presença de outras enfermidades crônicas, como dislipidemia, obesidade abdominal, intolerância à glicose e diabetes melitus, além disso a Hipertensão Arterial mantém relação independente com complicações como morte súbita, acidente vascular encefálico (AVE), infarto agudo do miocárdio (IAM), insuficiência cardíaca (IC), doença arterial periférica (DAP) e doença renal crônica (DRC) fatal e não fatal (MALACHAIS et al, 2016).

Segundo Passos, Assis e Barreto (2006), a Hipertensão Arterial (HA) constitui um fator de risco importante para doenças decorrentes de arteriosclerose e trombose, como são as doenças cardíacas, cerebral, renal e vascular periférica, sendo responsável de causar de 25 a 40 % das cardiopatias isquêmicas e dos acidentes vasculares cerebrais. Os autores consideram que a "(...) multiplicidade de consequências coloca a Hipertensão Arterial na origem das doenças cardiovasculares, e portanto, caracteriza-a como uma das causas de maior redução da qualidade e expectativa de vida dos indivíduos"(PASSOS,ASSIS, BARRETO, 2006).

No Brasil, a HA afeta o 32,5 % (36 milhões) de indivíduos adultos e mais de 60 % dos idosos, provocando direta ou indiretamente um 50% das mortes por doenças cardiovasculares (VIGITEL , 2006 - 2014). Estudos realizados indicam que a prevalência de HA autorreferida entre indivíduos com 18 anos e mais, residentes nos capitais variou de 23% a 25 %, respectivamente ,por isso é de vital importância a pesquisa ativa nesta faixa etária ,com o objetivo da identificação precoce da doença (MALACHAIS et al, 2016).

A Hipertensão Arterial tem fatores ambientais modificáveis da doença entre eles estão os hábitos alimentares inadequados, principalmente a ingestão excessiva de sal e baixo consumo de vegetais, o sedentarismo, a obesidade e o consumo exagerado de álcool e o controle do estresse da vida cotidiana ,os quais podem-se modificar a travez de mudança do estilo de vida dos pacientes hipertensos logrando assim um melhor controle da doença (BEECORP, 2016).

Para o controle e manejo adequado da HA e de suas consequências é fundamental a identificação e o acompanhamento dos pacientes hipertensos pelos serviços de saúde, para a implementação de um plano terapêutico individualizado, que inclui o tratamento farmacológico e não farmacológico, sendo capaz de melhorar significativamente o prognóstico da doença e a qualidade de vida dos paciente. Um dos determinantes para a eficácia dessas medidas terapêuticas é o conhecimento da condição de hipertenso, no entanto, em muitos casos, o diagnóstico precoce não ocorre, dessa forma as estratégias de busca ativa de HA na população aparentemente saudável, que consiste na aferição da pressão arterial independente do motivo da consulta, favorecem a detecção precoce de hipertensão arterial. Dessa forma, o manejo adequado da pressão arterial e dos fatores de riscos podem aumentar a expectativa de vida e prevenir as complicações ou sequelas deste agravo (ZATAR et al, 2012).

A relevância deste projeto consiste na elaboração de uma estratégia de intervenção

educativa relacionada ao manejo da HA e ao estímulo do autocuidado dos paciente hipertenso, promovendo mudanças graduais no estilo de vida que contribuam para a adoção pelos pacientes de hábitos e de uma alimentação saudável, elevando a expectativa e qualidade de vida da população cadastrada na UBS Jussara/Celina. Além disso, a implantação desse projeto contribuirá para identificar e acompanhar os novos casos na área de abrangência da unidade, visando a melhora os indicadores de saúde com redução de complicações como: DCV, ECV, para a diminuição da alta prevalência de Hipertensão Arterial descompensada.

Objetivos (Geral e Específicos)

Geral

Implementar uma estratégia de intervenção com vista à diminuição da prevalência da Hipertensão Arterial descompensada na população da UBS Jussara/Celina.

Específicos

- * Implementar ações para aumentar o nível de conhecimento da população sobre Hipertensão Arterial.
- * Realizar capacitação da equipe de saúde da família para aumentar conhecimento sobre o manejo a pacientes com Hipertensão Arterial .
- * Promover ações de educação em saúde voltadas para o controle dos fatores de risco da HA.
- * Proporcionar a melhora na adesão ao tratamento em pacientes com Hipertensão Arterial .

Método

Local: UBS Jussara/Celina.Bauru.Município de São Paulo.

Público- alvo: Pacientes com Hipertensão Arterial Sistêmica, seus familiares e pessoas responsáveis pelo cuidado destes pacientes.

Participantes: Participarão do projeto todos os profissionais da Equipe de Saúde da UBS Jussara/Celina que atuam no atendimentos destes pacientes, que são: Enfermeiro, Técnicas de enfermagem, Agentes Comunitárias, Nutricionista, Assistente social, Dentista e Médicos.

Acões.

- ♦ Acões para aumentar o nível de conhecimento da população sobre Hipertensão Arterial: Será realizada uma estratégia de orientações individuais em consultas e coletivas (grupos) na unidade e nas visitas domiciliares realizadas pelos integrantes da equipe de saúde. As ações coletivas ocorrerão por meio de encontros a cada quinze dias, nos quais haverá orientações sobre a detecção precoce da hipertensão, para elevar o conhecimento sobre a doença e evitar complicações através do estímulo às atividades de prevenção e promoção de saúde.
- ♦ Ações de capacitação da equipe de saúde da família sobre o manejo ao pacientes com Hipertensão Arterial: Capacitação dos profissionais na unidade, com um total 13 profissionais, para um treinamento de 8 horas, onde serão abordados temas como: mudanças de estilo de vida inadequados em pacientes hipertensos, palestras sobre os riscos e complicações, e prática de atividade física. Outros temas que serão tratados è sobre a orientação aos familiares e cuidadores da importância cumprimento do tratamento, de assistir às consultas agendadas e à realização de exames laboratoriais para melhorar os cuidados continuados de estos pacientes .
- ♦ Ações de educação de saúde para pacientes com hipertensão: Após revisão da literatura científica mediante pesquisa bibliográfica por meio de busca de trabalhos científicos disponíveis em base de informação como Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo, relacionadas com o tema será iniciado o treinamento de pacientes com Hipertensão Arterial, os familiares e os cuidadores destes pacientes, mediante palestras representativas, realizadas, 2 horas por semana, por 4 semanas, que terá como objetivo fundamental criar grupos de hipertensão para elevar os conhecimentos sobre a doença, sobre a importância do cumprimento tratamento, alimentação saudável, prática de exercício físico para o controle da hipertensão.
- ♦ Também serão realizadas atividades educativas sobre este tema realizadas na sala de espera para a população que aguarda atendimento.

Avaliação e monitoramento: Serão realizados diária e continuamente por todos os profissionais da UBS, através de questionamentos aos familiares sobre os conhecimentos adquiridos sobre hipertensão, e também, podem ser aplicados questionários de perguntas e

repostas em entrevistas individuais, antes e após a capacitação. Incluirá uma pergunta final sobre a satisfação ao final do projeto.

Resultados Esperados

Este estudo pretende promover a educação em saúde da população com o objetivo de diminuir a prevalência de hipertensão arterial descompensada, através de mudanças no estilo de vida dos pacientes hipertensos. A estratégia educativa planejada objetiva contribuir no ensino aos pacientes a viver com um total controle de suas doenças, elevando os seus conhecimentos e de seus familiares, sobre hábitos de vida saudáveis. Manter um atendimento e acolhimento de qualidade através da capacitação contínua da equipe de saúde melhorando os cuidados aos usuários com Hipertensão Arterial descompensada e a sua adesão ao tratamento. Também espera-se melhorar os indicadores de saúde da UBS Jussara/Celina relacionados a esta DCNT e à melhora da expectativa e qualidade de vida desta população.

Referências

- ♦ ZATTAR, L.C., et al. Prevalência e fatores associados a pressão arterial elevada, seu conhecimento e tratamento em idosos em no sul do Brasil. Cadernos de Saúde Pública, Florianópolis, p 1-5, 13 2012.
- ♦ PASSOS, V. M. de A., ASSIS, T. D., BARRETO, S. M. Hipertensão Arterial no Brasil: Estimativa de prevalência a partir de estudos populacional. Epidemiologia e Serviços de Saúde. Minas Gerais, Belo Horizonte, v 15, n 1, p.35-45, jan/mar.2006
- ♦ MALACHAIS, M. V. B., et al. Arquivos Brasileiros de Cardiologia: Sociedade Brasileira de Cardiologia. VII Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial, Rio de Janeiro, v. 107, n. 3, p.1-6, set. 2016.
- ♦ BEECORP. Pressão alta-causas, soluções e como ela afeta o desempenho no trabalho. 22 de setembro de 2016. Saúde ocupacional. Disponível em: <http://beecorp.com.br/blog/pressao-alta-causas-solucoes-e-desempenho/>