



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YATNEIS REMEDIO CHINEA

ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA EM SAÚDE

SÃO PAULO
2018

YATNEIS REMEDIO CHINEA

ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA EM SAÚDE

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: RITA DE CÁSSIA COSTA DA SILVA

SÃO PAULO
2018

Introdução

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica frequente no mundo e que mais contribui para a mortalidade em adultos (SILVA et al, 2016). É considerada como uma doença silenciosa por muitas vezes não apresentar sintomas e atrasar, assim, o diagnóstico médico. A doença se dá quando a pressão arterial do paciente maior de 18 anos é superior a 140/90 (BRASIL, 2013).

O cuidado da pessoa com HAS deve ser multiprofissional. O objetivo do tratamento é a manutenção de níveis pressóricos controlados conforme as características do paciente e tem por finalidade reduzir o risco de doenças cardiovasculares, diminuir a morbimortalidade e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos (BRASIL, 2013).

A prevenção da hipertensão na Atenção Básica se dá por meio de orientações e indicações aos pacientes sobre redução de peso, alimentação saudável, realização de exercícios anaeróbicos (30 minutos, 3 vezes por semana), dentre outras. Especialmente para pacientes tabagistas e em uso prejudicial de álcool recomenda-se participação em grupos, como por exemplo, alcoólicos anônimos, para reduzir o uso de tabaco e consumo de álcool (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010).

A HAS é um grave problema de saúde pública no mundo. Sua prevalência no Brasil varia entre 22% e 44% para adultos (32% em média), chegando a mais de 50% para indivíduos com 45 a 69 anos e 75% em indivíduos com mais de 70 anos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010). Por isso, "um dos desafios para as equipes da Atenção Básica é iniciar o tratamento dos casos diagnosticados e manter o acompanhamento regular dessas pessoas motivando-as à adesão ao tratamento medicamentoso e não medicamentoso" (BRASIL, 2013, p. 57).

Esse cenário está presente também no município do Guarujá (SP). Por isso, identificou-se a necessidade de conceber um plano de intervenção para reduzir a hipertensão na população adscrita à Unidade Básica de Saúde (UBS) Morrinhos.

A população cadastrada na UBS de Morrinhos é de 14.000 pessoas, dentre as quais identifica-se um total de 500 pacientes hipertensos. De acordo com os relatórios estatísticos e registros em prontuários da UBS percebe-se um predomínio da HAS na faixa etária de 45 anos (350 pacientes). No último ano observou-se incidência de 10% de hipertensos tendo como causas: estresse, falta de conhecimento sobre a doença, alimentação inadequada, tabagismo, sedentarismo, dentre outros.

O Projeto de Intervenção (PI) é oportuno e necessário para a comunidade e equipe de saúde, porque todos tem que envolver-se no cuidado do paciente hipertenso, desde o técnico de enfermagem até o psicólogo, fisiatra, dentista e nutricionista.

Espera-se com o PI obter melhor adesão ao tratamento para modificar estilos de vida, com ênfase nas ações de prevenção, controle e tratamento da HAS.

Objetivos (Geral e Específicos)

Geral:

Elaborar um plano de ações para reduzir a alta incidência de Hipertensão Arterial na população da UBS Morrinhos, Guarujá (SP).

Específicos:

- ♦ Identificar os principais fatores para o desenvolvimento da hipertensão arterial;
- ♦ Desenhar uma estratégia educativa como grupos de conversas para prevenção da hipertensão arterial na comunidade;
- ♦ Capacitar a equipe para o acompanhamento de pessoas hipertensas;
- ♦ Realizar caminhadas monitoradas com hipertensos.

Método

Local: Unidade Básica de Saúde Morrinhos, Guarujá (SP).

A população total pertencente ao território da UBS Morrinhos é de 14.000 pessoas. Atendem na UBS quatro equipes de clínicos gerais, sendo que a população adscrita à equipe da autora é de 4.000 pessoas cadastradas, dentre as quais identifica-se um total de 500 pacientes hipertensos.

Público-alvo: Aproximadamente 350 pacientes na faixa etária de 45 anos atendidos pela UBS Morrinhos, sendo 250 mulheres e 100 homens .

Participantes: Gestores do sistema municipal de saúde e cinco profissionais da UBS, sendo: odontólogo, nutricionista, psicólogo, enfermeiro e clínico geral, que atuam na Atenção Primária.

Ações:

- ♦ Realizar coleta de dados no sistema de informação da Atenção Básica;
- ♦ Identificar os casos com fatores de risco para hipertensão;
- ♦ Discutir os casos com fatores de risco em reunião com equipe multidisciplinar;
- ♦ Realizar atividade de capacitação para a equipe;
- ♦ Realizar caminhadas monitoradas.

Detalhamento das Ações em Etapas:

Os agentes de saúde realizarão coleta de dados sobre a população da UBS do Morrinhos no Sistema de Informação da Atenção Básica (SIAB/DATASUS) para identificação de: nome, sobrenome, idade, raça, telefone, endereço, medição da pressão arterial, circunferência abdominal, peso, hábitos tóxicos e estilos de vida. Todos os dados serão coletados por meio da ficha que compõe o sistema de informações da Atenção Básica, onde são registradas as visitas domiciliares, consultas médicas, consultas odontológicas e pré consultas de enfermagem. Os casos identificados com fatores do risco serão discutidos em reunião com equipe multidisciplinar.

Após analisar os dados coletados a equipe multidisciplinar organizará grupos de conversa sobre a doença e fatores do risco que influenciam o aparecimento do hipertensão arterial com todos os sujeitos envolvidos na intervenção. As palestras a serem realizadas nos grupos deverão ser transmitidas de forma clara, objetiva e de fácil compreensão, abordando as principais ações para o diagnóstico precoce da doença. As palestras promoverão uma abordagem direcionada a população atendida pela UBS englobando aspectos biológicos, como promoção e prevenção da hipertensão arterial.

Será realizada atividade de capacitação para a equipe em que serão ensinadas técnicas de como tomar a pressão arterial com o esfigmomanômetro e estetoscópio.

As caminhadas monitoradas serão realizadas em grupo, três vezes por semana no período da manhã, com acompanhamento do clínico geral e enfermagem.

Avaliação e Monitoramento:

Será realizado acompanhamento semestral dos indicadores disponíveis no SIAB/DATASUS avaliando se houve melhora dos índices monitorados para pacientes diagnosticados com hipertensão arterial na área de abrangência da UBS.

Será utilizado como parâmetro de monitoramento e avaliação o número absoluto de casos diagnosticados no ano 2017 em relação a população alvo.

Resultados Esperados

A realização desta intervenção educativa poderá auxiliar na modificação de hábitos e estilos de vida em pacientes com fatores do risco para HAS na UBS de Morrinhos, Guarujá (SP).

Espera-se atingir pelo menos 85% dos pacientes, por meio da incorporação da prática de atividades físicas regulares que contribuirão para melhor a qualidade de vida da população.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica.** Brasília Df: Ministerio de Saude, 2013. 128 p. (Cadernos de Atenção Básica, n. 37)

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Brazilian Journal of Hypertension**, [S.l.], v. 17, n. 1, p. 4-64, 2010.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA/SOCIEDADE BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO/SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arq Bras Cardiol** 2010; 95(1 supl.1): 1-51

SILVA, Elcimary Cristina et al. Prevalência de hipertensão arterial sistêmica e fatores associados em homens e mulheres residentes em municípios da Amazônia Legal. **Rev Bras Epidemiol.** Jan-mar 2016; 19(1): 38-51.