



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LARISSA GREGORIO MORAIS

A PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES - PROJETO DE INTERVENÇÃO  
NA UNIDADE BÁSICA DE SANTA CECÍLIA.

SÃO PAULO  
2019

LARISSA GREGORIO MORAIS

A PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES - PROJETO DE INTERVENÇÃO  
NA UNIDADE BÁSICA DE SANTA CECÍLIA.

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: ALINE FIORI DOS SANTOS FELTRIN

SÃO PAULO  
2019

## **Resumo**

As doenças crônicas não-transmissíveis, em especial as doenças cardiovasculares, têm-se revelado como importante causa de morbimortalidade no Brasil, principalmente na área urbana. A hipertensão arterial sistêmica tem alta prevalência, e baixas taxa de controle e juntamente com o diabetes, correspondem a um dos mais importantes problemas de saúde pública no Brasil e no mundo. Estas doenças apresentam aspectos em comum como origem, fatores de risco, complicações e formas de tratamento. Vale ressaltar, que a hipertensão arterial é um importante fator de risco para doenças decorrentes de aterosclerose e trombose, que se exteriorizam, predominantemente, por acometimento cardíaco, cerebral, renal e vascular periférico. (ESH, 2018). Essa multiplicidade de conseqüências 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. A maioria dos eventos cardiovasculares ocorre em indivíduos com alterações leves dos fatores de risco que, se deixados sem tratamento por muitos anos, podem produzir uma doença manifesta. Com as elevadas taxas de morbimortalidade por doenças cardiovasculares no mundo e no Brasil, e de prevalência da hipertensão arterial e do Diabetes mellitus somados a escassez de estudos sobre esse tema no município de Mogi Guaçu, este projeto visa identificar a prevalência dessas doenças e sua associação com fatores de risco cardiovasculares em pacientes da região e com isso propor ações estratégicas que possam influenciar positivamente na prevenção, no monitoramento e na redução dos fatores de risco, acarretando em uma melhor qualidade de vida para a população.

### **Palavra-chave**

Hipertensão arterial sistêmica, Diabetes mellitus, Doenças Cardiovasculares

## **Introdução**

As Doenças Cardiovasculares (DCV) são, atualmente, a maior causa de mortes no mundo, dentre as DCVs, a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e a Diabetes mellitus constituem importante fator de risco para complicações cardíacas, sendo consideradas um problema de saúde pública em âmbito mundial. (Mendis S, Puska P, 2011).

Estas duas patologias, em específico a HAS e o DM, em determinadas regiões podem estar presentes em cerca de 20% e 8%, respectivamente, na população acima dos 20 anos de idade. (OMS, 2012).

Em muitos casos essas duas doenças acabam acarretando em diversos problemas a vida dessas pessoas e conseqüentemente para com seu meio e também com a sociedade. Porém quando previamente diagnosticadas as chances de que se possa evitar problemas subseqüentes é muito maior. É fundamental uma abordagem multidisciplinar para o diagnóstico precoce da ocorrência associada entre o diabetes e a hipertensão sistêmica, bem como a implementação de intervenções terapêuticas a fim de reduzir o risco cardiovascular e de elaborar medidas preventivas.(ALHEIROS LIRA, M.C., 2017).

Devido a isso, o incentivo, a dedicação e os investimentos para que se possa realizar a prevenção dessas doenças são imprescindíveis para que possamos garantir uma melhora na qualidade de vida da população (FONSECA, C. D., 2001)

Ocorre também uma elevada prevalência de fatores de risco cardiovasculares, atrelados a inatividade física. (POLLOCK, 1993). O manejo adequado destes fatores com medidas educativas e preventivas são fundamentais para a redução das complicações cardiovasculares no grupo de pacientes hipertensos e com diabetes, e devido a isso é imprescindível o monitoramento e conscientização dos pacientes sujeitos ao risco e o incentivo a práticas de alimentação saudável e exercícios físicos, para que assim estes pacientes possam ter menos riscos de desenvolver doenças cardiovasculares, e como consequência, obterem uma melhor qualidade de vida.

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

O objetivo principal deste projeto é identificar a prevalência da hipertensão arterial sistêmica e do diabetes e suas associações com fatores de riscos cardiovasculares na população da Unidade Santa Cecília

Objetivos específicos: Propor meios de conscientização, monitoramento e tratamento desses pacientes;

Promover ações de educação em saúde, para redução de patologias cardiovasculares.

## **Método**

A metodologia escolhida para a realização desse projeto visa um enfoque como público-alvo nos pacientes hipertensos e/ou diabéticos, conseqüentemente, maiores potenciais portadores de doenças cardiovasculares. Esse estudo será realizado na UBS Santa Cecília, Jardim Canaan na cidade de Mogi Guaçu e terá como participantes a médica de saúde da família, Dra. Larissa Gregório, a equipe de enfermagem da unidade e agentes comunitários responsáveis pela busca ativa dos pacientes.

Para otimizar o monitoramento desses pacientes serão utilizadas duas fontes de informação da UBS, o Sistema de Cadastramento e Acompanhamento de Hipertensos e Diabéticos (Hiperdia) e o Sistema de Informação da Atenção Básica (SIAB). Além disso, o projeto será avaliado e monitorado através do controle pressórico e glicêmico dos pacientes constantemente, e ainda através do acompanhamento do escore de risco cardiovascular de framing.

A estratégia de ação consistirá na realização de palestras, ajudando na conscientização dos pacientes e na adesão ao tratamento, faremos também caixas ilustrativas para ajudar os pacientes que não sabem ler. Além disso, serão realizadas ações educativas apresentando possíveis complicações causadas pelo diabetes e pela hipertensão, caso a mesma não seja controlada, tais como: retinopatia diabética, insuficiência renal, pé diabético, amputações de membros, AVC e infarto agudo do miocárdio. Também será imprescindível a formação de grupos de pacientes, com diagnóstico de obesidade, para caminhadas e demais práticas de atividade física, conscientizando-os sobre a importância desse fator de risco, o qual somado a hipertensão arterial e ao diabetes podem culminar em doenças cardiovasculares.

## **Resultados Esperados**

Mediante a revisão da literatura e as estratégias propostas, esperamos ampliar a adesão ao tratamento dos pacientes hipertensos e diabéticos na Unidade Santa Cecília, melhorando a qualidade de vida dos mesmos, para que possamos reduzir o número de pacientes com patologias cardiovasculares e conseqüentemente, obter melhora da expectativa de vida.

Sabemos que o controle glicêmico e pressórico são essenciais para o tratamento, e a educação em diabetes e hipertensão arterial é a peça chave para atingir esse objetivo, e redução das complicações, esperamos obter bons resultados através das palestras educativas. É esperado também, que o convívio entre os pacientes, com o mesmo diagnóstico, ajude no processo de enfrentamento das patologias, e redução de danos.

Além disso acreditamos também que o incentivo através de ações que estimularão a prática de exercícios físicos trarão diversos benefícios no combate a diminuição dos fatores de risco à doenças cardiovasculares, somados a isso, a reeducação alimentar e o constante processo de acompanhamento para que se obtenha uma maior conscientização dos pacientes terão papel fundamental na redução de risco e na melhora da qualidade de vida dos mesmos.

## Referências

ALHEIROS LIRA, M.C., MENEZES DE SOUZA, N.C., PESSOA, M.G., Prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em diabéticas, 2017.

Diretrizes, Sociedade Brasileira de Diabetes, 2017-2018.

Estatísticas da Saúde Mundial 2012, OMS, 2012.

FONSECA, Claudio Duarte. Cadernos de Atenção Básica, Ministério da Saúde, 2001.

MENDIS S., PUSKA P., NORRVING B., Global Atlas on Cardiovascular Disease Prevention and Control, World Health Organization (WHO), 2011.

MUNIZ, L.C, SCHNEIDER, B.C, SILVA, I.C.M. da, MATIJASEVICH, A, SANTOS, I.S. Fatores de risco comportamentais acumulados para doenças cardiovasculares no sul do Brasil. Rev. Saúde Pública. 2012.

Nova diretriz da hipertensão, ESH, European Society of Hypertension, 2018.

POLLOCK Michael L., WILMORE Jack H. Exercício na Saúde e na Doença: Avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação. Rio de Janeiro: Editora Medsi, 1993.

REINERS, A.A.O, SEABRA, F.M.F, AZEVEDO, R.C.S, SUDRÉ, M.R.S, DUARTE, S.J.H. Adesão ao tratamento de hipertensos da Atenção Básica. Cienc Cuidado Saúde. 2012.