



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

JOAO CALIXTO NETO

PREVENÇÃO E CONTROLE DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA
COMUNIDADE DE ESF MORRO DO ÍNDIO, CUBATÃO-SP.

SÃO PAULO
2020

JOAO CALIXTO NETO

PREVENÇÃO E CONTROLE DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA
COMUNIDADE DE ESF MORRO DO ÍNDIO, CUBATÃO-SP.

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
2020

Resumo

O estudo realizado na unidade morro do índio no bairro da vila esperança em Cubatão - SP, teve início devido a preocupante situação em que ela se encontra, quando falamos de doença crônica. Visto que, mesmo fazendo uso de várias palestras, campanhas e divulgações de informações sobre fatores de risco e complicações através de diferentes meios de comunicação, não obtivemos resultados positivos, pois os portadores da enfermidade seguiram apresentando imensas dificuldades em lidar com a mesma, tais dificuldades são recorrentes de questões socioculturais. Pesquisas confirmam as hipóteses levantadas, que evidenciam que o sedentarismo, a não adesão ao tratamento e os hábitos alimentares inadequados como causa do aumento e manutenção dos casos de HAS indicando que tal comportamento é comum entre os hipertensos. O controle da pressão arterial não se relaciona apenas ao seu tratamento farmacológico e aos seus hábitos de vida saudável do paciente, mas também com a conscientização e de orientação do uso correto de medicamentos conforme a sua prescrição, desenvolvida pela equipe de saúde, ação que promove melhor entendimento e conseqüentemente melhor adesão ao tratamento, trazendo assim melhorias nas condições de saúde da comunidade. Devido a este motivo se propõe um projeto de intervenção, com objetivo de minimizar os fatores de risco, traçar um plano para controlar a doença e conseqüentemente diminuir a suas complicações.

Palavra-chave

Promoção da Saúde. Educação em Saúde. Sistema Único de Saúde. Hipertensão.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

A comunidade do bairro Vila Esperança na Unidade de Saúde da Família Morro do Índio em Cubatão-SP, apresenta uma situação preocupante relacionada aos pacientes portadores de doenças crônicas, pois temos cadastrados em nossa área 8.000 habitantes sendo que 7,75% (620) são pacientes hipertensos cadastrados. Afinal, apesar das várias campanhas, divulgações por diferentes meios de comunicação e palestras que abordavam os fatores de risco e complicações em diversas oportunidades, os portadores da enfermidade ainda apresentam imensas dificuldades em lidar com a mesma.

ESTUDO DA LITERATURA

Segundo o Ministério da Saúde, a HAS é uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados da pressão sanguínea nas artérias. Ela acontece quando os valores das pressões máxima e mínima são iguais ou ultrapassam os 140/90 mmHg. A HAS faz com que o coração tenha que exercer um esforço maior do que o normal para fazer com que o sangue seja distribuído corretamente no corpo. A pressão alta é um dos principais fatores de risco para a ocorrência de acidente vascular cerebral, enfarte, aneurisma arterial e insuficiência renal e cardíaca. (BRASIL, 2019)

O Ministério da Saúde também chama a atenção da população para a importância de hábitos saudáveis como forma de prevenção e controle da pressão alta, como a doença é popularmente conhecida. O consumo excessivo de sal, o tabagismo e, somado a isso, o consumo de álcool e o sedentarismo são fatores de risco associados à hipertensão, que atinge um a cada quatro brasileiros adultos. Também afirma que por dia, 829 pessoas morrem por complicações da hipertensão. São mais de 300 mil óbitos por ano, de acordo com os dados preliminares do Sistema de Informações de Mortalidade (SIM), do Ministério da Saúde. A alimentação inadequada, com o consumo excessivo de sódio (o principal componente do sal), aumenta o risco de hipertensão. Além de múltiplas estratégias com educação alimentar e nutricional, assistência nos serviços de saúde e metas de redução de sódio com a indústria, o Ministério da Saúde recomenda, para combater a hipertensão, a adoção de um estilo de vida saudável desde a infância até a terceira idade e o realização dos exames de saúde rotineiros pelo menos uma vez no ano contribuem para a prevenção da Hipertensão. (BRASIL, 2019)

AÇÕES

Capacitar os agentes comunitários de saúde para o reconhecimento de crises hipertensivas assim como a abordagem do paciente hipertenso.

Identificar os pacientes portadores de hipertensão arterial sistêmica (HAS) assim como o estágio da doença e seus fatores de risco. Convoca-los a uma palestra sobre HAS com a finalidade de avaliar o conhecimento dos mesmos sobre a doença e seus fatores de risco e instruções sobre condutas de um estilo de vida saudável.

Abordagem sobre o estilo de vida saudável, definindo as condutas preventivas e, posteriormente, a discussão sobre o programa regular de exercício físico e, com o apoio dos ACS's.

Lembrar a importância do papel da enfermagem na orientação da prevenção da HAS.

Discutir sobre a HAS, demonstrando esse agravo como um problema para a Saúde Pública, com o objetivo de conscientizar os munícipes.

Quantificar número de atendimento aos pacientes hipertensos, para um melhor monitoramento e controle em estudos.

RESULTADOS ESPERADOS

O grande número de portadores de HAS assim como a falta de conscientização da comunidade sobre o determinado tema nos fez tomar a iniciativa de traçar um plano de ação que mudasse a perspectiva da situação, visando os seguintes resultados:

- * Modificação no estilo de vida;
- * Prevenção e promoção de saúde;
- * Controle e prevenção de complicações e doenças secundárias;
- * Adesão ao tratamento;
- * Aprimoramento da atenção multidisciplinar.

REFERÊNCIAS

- ♦ Manual de Hipertensão Arterial / editores: Andréa Araujo Brandão, Armando da Rocha Nogueira. - Rio de Janeiro: SOCERJ, 2018.
- ♦ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **DIAGNOSTICO DE HIPERTENSÃO**. Brasília, DF, 2019. Disponível em: <<https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/45394-hipertensao-afeta-um-a-cada-quatro-adultos-no-brasil>>. Último acesso em 08/05/2020
- ♦ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **HIPERTENSÃO**. Brasília, DF, 2019. Disponível em: <<https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/hipertensao>>
- ♦ 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. Disponível em: <http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2010/Diretriz_hipertensao_associados.pdf>. Último acesso em 08/05/2020