

EDUCAÇÃO EM SAÚDE E A SISTEMATIZAÇÃO DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA HIPERTENSÃO ARTERIAL

Andréa Ferreira de Souza Kopke Alexandre¹

Karen Amorim dos Santos¹

Núbia Magon Parreiras Macedo¹

Tâmara Ferreira Miranda¹

Amanda Sarkis Moor Xavier²

Juarez de Souza Pereira³

juarezpereira.fisio@gmail.com

PALAVRAS-CHAVE: educação em saúde; educação continuada em enfermagem; hipertensão arterial; atenção primária à saúde.

INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é, sabidamente, uma doença de alta prevalência nacional e mundial, apresenta alta morbimortalidade, com perda importante da qualidade de vida. O diagnóstico não requer tecnologia sofisticada, e a doença pode ser tratada e controlada com mudanças no estilo de vida, com medicamentos de baixo custo e de poucos efeitos colaterais, comprovadamente eficazes e de fácil aplicabilidade na Atenção Básica (AB) (BRASIL, 2013).

Sua evolução clínica é lenta, possui uma multiplicidade de fatores e, quando não tratada adequadamente, traz graves complicações, temporárias ou permanentes. Representa elevado custo financeiro à sociedade, principalmente por sua ocorrência associada a agravos como doença cerebrovascular, doença arterial coronária, insuficiência cardíaca e renal crônicas, doença vascular de extremidades. Sua característica crônica e silenciosa dificulta a percepção dos sujeitos portadores do problema. Traz, ainda, como consequências, internações e procedimentos técnicos de alta complexidade, levando ao absenteísmo no trabalho, óbitos e aposentadorias precoces, comprometendo a qualidade de vida dos grupos sociais mais vulneráveis (TOLEDO et al., 2007).

A HAS é um grave problema de saúde pública no Brasil e no mundo. Sua prevalência no Brasil varia entre 22% e 44% para adultos (32% em média), chegando a mais de 50% para indivíduos com 60 a 69 anos e 75% em indivíduos com mais de 70 anos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010).

É sabido que o tratamento não medicamentoso é essencial para o controle da pressão arterial, visando mudanças nos hábitos de vida. Portanto, o comprometimento do indivíduo com sua saúde é fundamental e a capacitação do portador de hipertensão para o autocuidado torna-se uma parte essencial do tratamento. Identificação de fatores de risco para o desenvolvimento da hipertensão arterial é de suma importância, uma vez que se tem demonstrado que vários aspectos e lesões atribuídos à hipertensão é, na realidade, concomitantes ou antecedentes a mesma, tendo seu início de maneira precoce (OSORIO, 2016).

¹ Acadêmicas do 4º período do Curso de Enfermagem – Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Três Rios/RJ.

² Enfermeira. Esp. em Enfermagem Pediátrica. Mestre em Saúde da Criança e do Adolescente. Coordenadora e Professora da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Três Rios/RJ.

³ Fisioterapeuta. Esp. em Anatomia Humana e Biomecânica. Mestre em Saúde e Tecnologia. Professor da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Três Rios/RJ.

A Estratégia de Saúde da Família (ESF) é o método mais eficaz e oportuno para atender a doença crônica não transmissível. Os profissionais da área da saúde atuam modificando os fatores de risco que a desencadeiam e também fazem atividades de promoção, prevenção e assistência. (OSORIO, 2016).

A educação em saúde tem contribuído significativamente para a prevenção e controle de doenças nos últimos 20 anos, principalmente quando se relaciona com os custos para a saúde, os quais podem ser reduzidos por meio dessa estratégia. Sua proposta é fornecer conhecimento com a finalidade de estimular pacientes para efetivar mudanças em seu comportamento (CHAVES et al., 2006).

Realizamos uma revisão bibliográfica com o objetivo de compreender a importância da educação em saúde no tratamento da hipertensão arterial.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, com abordagem qualitativa, realizado como atividade curricular da disciplina Educação em Saúde, do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Faculdade Vértix de Três Rios – UNIVÉRTIX, no período de 06 de agosto à 27 de agosto de 2019, onde foram utilizados artigos pesquisados nas plataformas de busca Scielo (Scientific Electronic Library Online), Portal de Pesquisa UNASUS (Universidade Aberta do SUS), REBen (Revista Brasileira de Enfermagem), Sociedade Brasileira de Cardiologia, BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e NESCON (Núcleo de Educação em Saúde Coletiva). Os descritores utilizados foram: “educação em saúde”; “educação continuada em enfermagem”; “hipertensão arterial”; “atenção primária à saúde”.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A complexidade da HAS implica na necessidade de uma abordagem multiprofissional e interdisciplinar e no envolvimento de pessoas com HAS, incluindo seus familiares na definição e pactuação das metas de acompanhamento a serem atingidas (BRASIL, 2013).

Nas consultas de enfermagem, o foco do processo educativo será para orientação daquelas medidas que comprovadamente reduzem a pressão arterial, entre elas: hábitos alimentares adequados para manutenção do peso corporal e de um perfil lipídico desejável, estímulo à vida ativa e aos exercícios físicos regulares, redução da ingestão de sódio, redução do consumo de bebidas alcoólicas, redução do estresse e abandono do tabagismo (BRASIL, 2013). Essas indicações são importantes, pois já existem evidências do seu efeito na redução da pressão arterial, possuem baixo custo, ajudam no controle de fatores de risco para outros agravos, aumentam a eficácia do tratamento medicamentoso (necessitando de menores doses e de menor número de fármacos) e reduzem o risco cardiovascular (BRASIL, 2013).

A consulta de enfermagem para o acompanhamento da pessoa com diagnóstico de HAS pode ser realizada por meio da aplicação da Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE), objetivando a Educação em Saúde para o controle e prevenção da HAS.

Neste processo de promoção à saúde considera-se imprescindível que os profissionais de saúde incorporem (ampliando e entendendo) o real significado do tema da promoção à saúde. Para tal devem se capacitar para intervir e auxiliar a compreender a realidade de saúde da população, estimulando sua participação e autonomia e buscando ações intersetoriais para atuar nos diversos fatores que

interferem na saúde, como a educação, a habitação, o emprego, a renda entre outros (TOLEDO et al., 2007).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Visto que a progressão da HAS é lenta e por vezes assintomática, nos remete a percepção que um cuidado contínuo com a saúde se faz necessário. A educação em saúde através da ESF com uma equipe conhecedora de sua comunidade, engajada e consciente de tais fatores, tem em suas mãos o poder de transparecer a comunidade os sinais de risco eminente ao surgimento da HAS, como exemplo, a obesidade.

Uma comunidade consciente dos potenciais agravos provenientes da HAS é uma comunidade com maior propensão à adesão aos cuidados necessários para a prevenção e proteção de sua saúde. Implementar a SAE na ESF no cuidado com a hipertensão é uma forma de termos em mãos o progresso no cuidado estabelecido e nos fornece sabedoria para que possamos, se necessário rever o nosso processo, quando o avaliamos e assim, nos proporciona um cuidado eficaz e contínuo à nossos clientes, família e comunidade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, E. R.; MOUTINHO, C. B.; LEITE, M. T. D. S. **A prática da educação em saúde na percepção dos usuários hipertensos e diabéticos**. Scielo, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/sdeb/2014.v38n101/328-337/pt/>> Acesso em: 07 de Agosto 2019.

AZEVEDO, L. M. A. P. **Educação em hipertensão arterial na Estratégia Saúde da Família Dona Heloína, Brasília - Minas Gerais**. Nescon, 2014. Disponível em: <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/4322.pdf>> . Acesso em: 09 de Agosto 2019.

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: Ministério da Saúde, 2013. (Cadernos de Atenção Básica n. 37). Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica_cab35.pdf>. Acesso em: 13 de Agosto 2019.

CHAVES, E. S. et al. **Eficácia de programas de educação para adultos portadores de Hipertensão Arterial**. REBEn, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v59n4/a13v59n4>>. Acesso em: 10 de Agosto 2019.

OSORIO, Y. J. **Educação em saúde sobre hipertensão arterial: plano de ação para pacientes acompanhados na Unidade de Saúde Carrapichel, Senhor do Bonfim-BA**. UNASUS, 2016. Disponível em: <<https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/8147>>. Acesso em: 20 de Agosto 2019.

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. Acesso em: 15 de Agosto 2019.

TOLEDO, M. M.; RODRIGUES, S. D. C.; CHIESA, A. M. **Educação em saúde no enfrentamento da hipertensão arterial: uma nova ótica para um velho problema.** Scielo, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v16n2/a04v16n2.pdf>. Acesso em: 18 de Agosto 2019.