

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO ESTRATÉGIA DE COMBATE À HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Emanuele Cordeiro Chaves¹; Lanna Xantipa de Oliveira Lemos²; Patrícia de Oliveira Maués da Silva²

¹Mestrado, ²Graduação

¹Secretaria Municipal de Saúde de Belém,

²Universidade do Estado do Pará

manu.chaves@hotmail.com

Introdução: A hipertensão arterial (HA) se constitui um dos maiores problemas de saúde na atualidade e acomete mais de 60% da população idosa (indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos)¹. Com o envelhecimento, a pressão arterial sistólica sofre elevação contínua, em torno de 25 a 35 mmHg, principalmente devido a diminuição da elasticidade dos grandes vasos, enquanto a pressão arterial diastólica aumenta 10 a 15 mmHg, para então se estabilizar ou reduzir gradativamente². Este comportamento da pressão arterial está relacionado a maior presença de eventos cardiovasculares no idoso¹. Nesse sentido, existe a necessidade de diagnóstico precoce da HA, através da aferição da pressão e do correto tratamento da patologia para o controle ideal dos níveis pressóricos, adotando-se medidas farmacológicas (uso de anti-hipertensivos) ou não-farmacológicas (prática regular de exercícios físicos e dieta balanceada, incluindo a redução do sal e gorduras). Contudo, a adesão ao tratamento pelos idosos hipertensos apresenta-se como um dos maiores desafios enfrentados pelos profissionais nos serviços de saúde, especialmente na atenção básica, independentemente do gênero ou certos fatores de risco. A dificuldade para adesão ao tratamento provavelmente é decorrente do curso assintomático da patologia e da necessidade de tratamento complexo por toda a vida, além da falta de informação adequada sobre a doença e seus fatores de risco³. Ressalta-se assim, a importância da educação em saúde com idosos, com o objetivo de esclarece-los e empodera-los quanto às vantagens do tratamento medicamentoso e, principalmente, não-medicamentoso no que diz respeito ao combate e controle da HA, melhorando a qualidade de vida desses idosos e prevenindo o desenvolvimento das complicações associadas⁴.

Objetivos: Informar e sensibilizar idosos frequentadores de um restaurante popular de Belém-PA quanto à HA; Verificar quantos idosos estavam com pressão arterial alterada no momento da atividade. **Descrição da Experiência:** Em alusão ao dia do idoso comemorado no Brasil no dia 1º de Outubro, a Secretaria Municipal de Saúde de Belém (SESMA), por meio do Núcleo de Promoção a Saúde (NUPS), mobilizou uma ação em saúde tendo como alvo esta população. Levando em consideração, que a hipertensão é uma patologia bastante frequente nos idosos, optou-se por trabalhar essa temática. Inicialmente foi realizada uma abordagem educativa sobre a hipertensão (definição da doença, sinais e sintomas, diagnóstico, tratamento, mudança dos hábitos de vida e acompanhamento periódico com um profissional de saúde), na qual se buscou valorizar os conhecimentos prévios e relatos dos idosos. O grupo foi constituído por 27 idosos frequentadores de um restaurante popular em Belém-PA e a abordagem educativa mediada por uma enfermeira. Ao término da ação educativa, os idosos foram encaminhados à aferição da pressão arterial e abordados quanto a serem ou não diagnosticados com a doença e se fazem o devido tratamento/acompanhamento, seguido de orientações conforme os níveis pressóricos identificados. Este momento foi realizado pelas enfermeiras residentes em Estratégia Saúde da Família da Residência Multiprofissional em Saúde da Universidade do Estado do Pará em parceria com a SESMA. **Resultados:** Durante a abordagem educativa houve participação ativa dos idosos, os quais verbalizaram suas vivências e contribuíram para a construção do

conhecimento coletivo sobre a temática abordada. De modo geral, os idosos referiram ser de suma importância se trabalhar a temática, por estarem em maior risco de desenvolver a HA e pelas complicações que ela pode ocasionar. Para a avaliação dos valores pressóricos foi utilizado como critério de PA alterada o valor $\geq 140/90$ mmHg. A idade mínima foi de 61 anos e máxima de 81 anos, tendo uma média de 71,35 anos. Do total de idosos, 10 (37,04%) referiram ser hipertensos, destes, 100% referiam fazer uso de medicamentos anti-hipertensivos, porém, 5 (50%) destes apresentavam PA alterada no momento da avaliação. No total, foram identificados 8 (29,63%) idosos com a PA elevada, sendo que 3 (37,50%) destes idosos não faziam uso de nenhum medicamento anti-hipertensivo. **Conclusão/Considerações Finais:** A abordagem educativa é elemento fundamental para o controle da HA, tendo em vista que a mesma possibilita não só a percepção precoce de agravos, sua adesão ao tratamento, como também pode ser utilizada para se realizar educação pelos pares, pois aquele idoso a partir do momento que está munido de um arsenal de informações claras sobre a doença, pode compartilhá-las com seu círculo de convivência, chegando a lugares em que o profissional de saúde por vezes não consegue chegar. Os resultados evidenciam que existe a necessidade de se fortalecer as orientações sobre a HA para os idosos participantes do estudo, principalmente para aqueles que estavam com PA elevada, mesmo já sendo hipertensos e fazendo o tratamento desse agravo, contudo existe a necessidade de estudos posteriores para se verificar se existem fatores que estejam interferindo nesse resultado, como dosagem inadequada do medicamento, drogas que necessitam ser reajustadas pelo médico, além da não-realização de estratégias de tratamento não-farmacológico. Nesse sentido, os profissionais de saúde deverão atuar de forma efetiva nas questões relacionadas à prevenção, diagnóstico e tratamento da hipertensão arterial, visando diminuir sua frequência e seus riscos. Devem ser criadas medidas educativas e assistenciais que visem à prevenção e tratamento da doença, sempre levando em consideração, principalmente, as necessidades dos pacientes em questão, pois muitos pacientes idosos deixam de aderir ao tratamento da doença principalmente por falta de informação adequada e dificuldade de mudança de hábitos, o que é fundamental para o sucesso do tratamento, muitos idosos até iniciam o tratamento corretamente, porém com o passar do tempo acabam por fazê-lo pela metade, por não sentirem nenhum sintoma ou simplesmente por desconhecerem a gravidade da doença. Muitos idosos atualmente moram sozinhos e alguns têm grandes dificuldades em modificar os hábitos de vida, em tomarem a quantidade de medicamentos na hora e dosagem certas, devido ao esquecimento e até mesmo a limitação do entendimento na leitura da prescrição médica. Por este motivo, faz-se necessário adotar estratégias especiais de promoção, prevenção e controle, para minimizar ou evitar complicações decorrentes da doença nessa faixa etária populacional, para isso o estabelecimento de uma comunicação adequada que dê ênfase ao diálogo e reflexão dos pacientes deve ser estimulada, pois se acredita que a educação dos indivíduos portadores de hipertensão arterial seja o melhor caminho para o alcance de tais objetivos, não sendo apenas uma transmissão de conteúdos referentes à patologia e ao tratamento, mas sim que se promova a adaptação dos pacientes ao tratamento da HA, principalmente no caso da população idosa. Para se chegar a essa adaptação, é preciso que os indivíduos estejam motivados para que tais mudanças ocorram e, também, para que assimilem os conhecimentos que poderão melhorar a sua qualidade de vida.

Referências:

1. Borelli FAO; Sousa MG; Passarelli Júnior O; Pimenta E; Gonzaga C; Cordeiro A; Lotaif L; Amodeo C. Hipertensão arterial no idoso: importância em se tratar. Rev Bras Hipertens. 2008; 15(4):236-9.

2. Jobim EFC. Hipertensão arterial no idoso: classificação e peculiaridades. Rev Bras Clin Med. 2008; 6(6):250-3.
3. Dantas AO. Hipertensão arterial no idoso: fatores dificultadores para adesão ao tratamento medicamentoso. 2011. Monografia (Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2011.
4. Motta MDC; Peternella FMN; Santos AL; Teston EF; Marcon SS. Educação em saúde junto a idosos com hipertensão e diabetes: estudo descritivo. Rev Uningá. 2014; 18(2):48-53.