

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO HIPERTENSÃO: CONTRIBUIÇÕES NA PREVENÇÃO DE COMPLICAÇÕES

NURSING CARE IN HYPERTENSION: CONTRIBUTIONS TO THE PREVENTION OF COMPLICATIONS

Karoline Vituriano de Souza Cartaxo¹, Ronaldo Fernandes Gonçalves², Kenya
Silva Formiga de Lira³, Marcelo Costa Fernandes⁴

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cajazeiras-PB.
E-mail: karoline.vituriano@estudante.ufcg.edu.br

²Graduando em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cajazeiras-PB.
E-mail: ronaldo.fernandes@estudante.ufcg.edu.br

³Enfermeira pela Faculdade Santa Maria (UNIFSM). Mestre em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina do ABC (FMABC). E-mail: kekeformiga@hotmail.com

⁴Docente. Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cajazeiras-PB. E-mail: celo_cf@hotmail.com

RESUMO: Com o objetivo de relatar a experiência profissional dos acadêmicos de enfermagem na realização das ações do programa de Hipertensão, foi elaborado este presente trabalho que trata-se de um estudo de cunho descritivo realizado no mês de outubro de 2022, em uma Estratégia de Saúde da Família, localizada na cidade de Cajazeiras, interior do estado da Paraíba. Na região onde fica localizada a unidade de saúde há um número significativo de pessoas idosas, apresentando doenças crônicas degenerativas não transmissíveis com necessidade de cuidados longitudinais. O público alvo das ações foram os usuários de abrangência da unidade em acompanhamento da Pressão Arterial Sistêmica e da Diabetes Mellitus, de ambos os sexos. Nesse sentido são realizadas consultas voltadas para o monitoramento desta população, além de estimular a adesão dos hipertensos e diabéticos ao autocuidado com orientações sobre a importância do uso contínuo da medicação, da realização de exames regulares e de como manter hábitos saudáveis, praticar atividades físicas, alimentação saudável, redução do consumo de bebidas alcoólicas, abandono do tabagismo, e aos idosos é adicionado orientações para prevenir possíveis riscos de queda como o fortalecimento dos músculos e meios de deixar a casa mais segura. Assim a assistência de enfermagem juntamente com os agentes de saúde, tem como papel fundamental monitorar e promover ações estratégicas voltadas a esses portadores de doenças crônicas e agir para prevenir outras complicações/danos à saúde, como Acidente Vascular Encefálico e Infarto Agudo do Miocárdio, com a melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Assistência à saúde, Enfermagem, Doenças Cardiovasculares, Hipertensão, Diabetes Mellitus, Assistência a Idosos.

ABSTRACT: In order to report the professional experience of nursing students in carrying out the actions of the Hypertension program, this study was developed, which is a descriptive study carried out in October 2022, in a Family Health Strategy, located in the city of Cajazeiras, state of Paraíba. In the region where the health unit is located there is a significant number of elderly people, presenting chronic non-communicable degenerative

diseases in need of longitudinal care. The target audience of the actions were users of coverage of the unit in monitoring of Systemic Blood Pressure and Diabetes Mellitus, of both sexes. In this sense, consultations are conducted to monitor this population, in addition to stimulating adherence of hypertensive and diabetic to self-care with guidance on the importance of continuous use of medication, the performance of regular tests and how to maintain healthy habits, practice physical activities, healthy eating, reduction of alcohol consumption, smoking cessation, and the elderly are added guidelines to prevent possible risks of falling such as strengthening muscles and means to make the house safer. Thus nursing care together with health agents, has as a fundamental role to monitor and promote strategic actions aimed at these patients with chronic diseases and act to prevent other complications/health damage, as Stroke and Acute Myocardial Infarction, with the best quality of life.

Keywords: Mental Health Assistance, Nursing, Cardiovascular Diseases, Hypertension, Diabetes Mellitus, Old Age Assistance.

INTRODUÇÃO

O programa de Hipertensão foi criado através da portaria nº 371 de 4 de março de 2002 pelo Ministério da Saúde, no Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e ao Diabetes Mellitus (DM). Com o então objetivo de estabelecer a organização da assistência para prevenir e promover a saúde através da inclusão e monitoramento da rede de usuários do SUS, designando metas e diretrizes que ampliam as ações dos profissionais para o diagnóstico, tratamento e controle dessas doenças, e implementando práticas de educação permanente em hipertensão, diabetes e demais fatores de risco para doenças cardiovasculares. (SANTOS, 2017)

Doenças no aparelho circulatório têm sido as principais causas de mortalidade nos últimos anos em todo o Brasil, cerca de 14 milhões de pessoas apresentam alguma doença cardiovascular e, pelo menos, 400 mil morrem por ano, o que corresponde a cerca de 30% das mortes de brasileiros (CNN,2021; GUEDES,2021). Dentre estas, a HAS é uma das doenças crônicas mais comum e com altos índices de agravos clínicos sérios, desencadeando uma série de doenças cardiovasculares (FRANÇA; NUNES; FERNANDES, 2014).

A HAS é uma condição clínica multifatorial caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial, geralmente não associada a sintomas. Frequentemente é associada a alterações funcionais de órgãos alvos como coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos, e alterações metabólicas com o aumento do risco de eventos cardiovasculares fatais e não fatais. Além de ser fator de risco para doenças decorrentes de aterosclerose e

trombose, que se manifestam, predominantemente, por doença isquêmica cardíaca, cerebrovascular, vascular periférica e renal. Em decorrência de cardiopatia hipertensiva e isquêmica, é também fator etiológico de insuficiência cardíaca. Déficits cognitivos, como doença de Alzheimer e demência vascular, também têm HAS em fases mais precoces da vida como fator de risco. Essa multiplicidade de consequências coloca a HAS na origem de muitas doenças crônicas não transmissíveis e, portanto, caracteriza-a como uma das causas de maior redução da expectativa e da qualidade de vida dos indivíduos (BRASIL, 2014).

A DM é mais uma doença crônica ao qual vem tendo sua incidência aumentada nos últimos anos, de etiologia múltipla, pode estar ligada com a falta de insulina e/ou da incapacidade efetiva da insulina presente no corpo, fazendo com que o nível de açúcar no sangue fique severamente elevado (FRANÇA; NUNES; FERNANDES, 2014).

Com o estilo de vida da população se tornando cada vez mais sedentário juntamente com o consumo excessivo de alimentos industrializados, ricos em calorias e gorduras, o desenvolvimento não só da obesidade, mas também de doenças crônicas está se tornando cada vez mais comum de ser visto nas Estratégias de Saúde da Família (ESF). As consequências nem sempre vem a longo prazo, a DM ao danificar os nervos causa problemas com as sensações, como dormência nos pés, já ao danificar os vasos sanguíneos aumenta o risco de ataque cardíaco, acidente vascular cerebral, doença renal crônica e perda de visão (BRUTSAERT, 2020).

Doenças crônicas como a HAS e a DM exigem tratamento e controle, contudo é preciso realizar mudanças no estilo de vida do paciente. São intervenções com relação à dieta, atividade física, ingestão medicamentosa e hábitos prejudiciais à saúde, que podem reduzir os agravos futuros. Portanto é necessário que haja não só a orientação adequada proferida pelos profissionais de saúde, mas o reconhecimento dos portadores perante as possíveis complicações que decorrem dessas doenças (BRASIL, 2014).

Nesse sentido, o objetivo deste estudo é descrever os cuidados da enfermagem aos usuários da unidade básica de saúde que estão dentro do programa de HIPERDIA, observando e desenvolvendo na prática as consultas, contribuindo assim para a formação profissional do acadêmico de enfermagem.

METODOLOGIA

Este estudo consiste em relatar a experiência vivenciada no Estágio Curricular Supervisionado I, por acadêmicos do 9º período do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cajazeiras/PB, na realização das ações do programa de Hiperdia. As ações foram realizadas no mês de outubro de 2022, em uma Estratégia de Saúde da Família (ESF), sob supervisão direta da enfermeira da unidade. O público alvo foram os usuários de abrangência da Unidade Básica de Saúde em acompanhamento da Pressão Arterial Sistêmica (PAS) e da Diabetes Mellitus (DM), de ambos os sexos. Logo, trata-se de um relato de experiência, sob uma perspectiva qualitativa e descritiva, desenvolvido na Unidade Básica de Saúde Maria José de Jesus, localizada na cidade de Cajazeiras, Paraíba, tendo por base os manuais e protocolos do Ministério da Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Dentre as atividades as quais podem ser executadas na Atenção Básica pela Enfermagem, nota-se que o enfermeiro tem uma participação direta na abordagem ao paciente hipertenso e diabético, realizando atividades de educação em saúde sejam elas de maneira individual como a consulta de enfermagem ou atividades coletivas tais como reuniões de grupo, campanhas, palestras e visitas domiciliares. Logo, dentro da multidisciplinaridade das Unidades Básicas de Saúde, o enfermeiro é um dos profissionais que desempenham um papel importante nessas instituições, pois de acordo com a Lei 7.498/86 que regulamenta o exercício profissional, atuam na coordenação da equipe de enfermagem assim como no cuidado direto aos pacientes. Eles podem atuar em várias funções: administrativa/gerenciamento, cuidadora, educativa e ensino e pesquisa (FRANÇA; NUNES; FERNANDES, 2014).

Assim, nas atividades diárias desenvolvidas pela enfermagem no hiperdia, os discentes estagiários realizaram procedimentos como a verificação das medidas antropométricas (peso, altura, circunferência abdominal, circunferência da panturrilha nos maiores de 60 anos), verificação da pressão arterial e a glicemia (HGT), dos usuários cadastrados e registrando os dados no sistema. Além disso, era feito o cadastramento de novos usuários, encaminhamento para outros profissionais do serviço como a médica, seja para consulta ou solicitação de alguns exames de rotina, nutricionista, psicóloga ou odontólogo. Tudo isso com o objetivo de acompanhar, monitorar e prevenir complicações aos pacientes assistidos no programa.

Vieira *et al.*, (2021) afirmam que o atendimento ao usuário hipertenso e diabético precisa atender às suas necessidades de saúde assim como propiciar uma qualidade de vida

melhor. Entretanto, se faz necessário que este atendimento aconteça de forma holística, multidisciplinar sendo capaz de proporcionar a educação em saúde como também a participação do indivíduo nas atividades as quais envolvem o seu tratamento.

Nesse acolhimento aos usuários no Hiperdia também era o momento ideal para se fazer educação em saúde orientando e mantendo-os esclarecidos sobre sua condição de saúde, sobre a importância de seguir e aderir ao tratamento medicamentoso e não medicamentoso explicando ainda quais as principais complicações que podem ocorrer devido à falta de tratamento. Vieira *et al.*, (2021) perceberam em seu estudo que as principais dificuldades para a adesão ao tratamento de pacientes acometidos com doenças crônicas (hipertensão e diabetes) foram a rotina de medicações e esclarecimentos sobre seu uso, práticas de exercícios físicos, alimentação adequada e a não ida ao serviço de saúde para consultas de rotina. Ainda segundo a pesquisa de Monteiro *et al.*, (2021), outro fator que pode levar ao abandono do tratamento é o fato das pessoas acharem que a pressão já teria voltado ao normal após o uso da medicação.

Salienta-se também a importância da terapêutica não-farmacológica que contribui significativamente na prevenção de doenças e agravos. Deste modo, a atividade e/ou exercício físico feito de forma regular associado a uma alimentação saudável favorece o controle da hipertensão, diabetes e seus fatores de risco. A prática de atividade física e uma alimentação equilibrada, pobre em gorduras saturadas demonstraram efeitos benéficos na redução de medidas antropométricas, níveis glicêmicos e pressóricos (COSTA *et al.*, 2021). Os benefícios são ainda maiores quando ocorre em conjunto a redução de ingestão de sódio (BARROSO *et al.*, 2021).

Durante as consultas realizamos o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e percebemos que grande parte dos usuários estavam com sobrepeso. Conforme Barroso *et al.*, (2021) parece haver uma relação direta, contínua e quase linear entre o excesso de peso (sobrepeso/obesidade) e os níveis de PA. Nesses casos além das orientações gerais era feito o encaminhamento para nutricionista da unidade. Assim, a diminuição do peso promove a diminuição da PA tanto em indivíduos normotensos quanto em hipertensos (BARROSO *et al.*, 2021). Costa *et al.*, (2021) evidenciaram a influência e a importância de intervenções nutricionais voltadas para a prevenção, controle e redução das complicações das doenças crônicas não-transmissíveis.

Logo, como forma de prevenir possíveis agravos à saúde, hipertensos, diabéticos e até mesmo quem não possui essas doenças é essencial a adoção de práticas saudáveis como atividade física, alimentação saudável, além de consultas com o enfermeiro e/ou médico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do que foi exposto percebemos que as atividades vivenciadas no estágio curricular nas instituições de saúde contribuem de forma significativa na formação do acadêmico de enfermagem. Por meio destas atividades o estudante consegue associar a teoria com a prática no cuidado em saúde, desenvolver competências e saberes, obter um melhor preparo para lidar com a vida profissional, com o cotidiano do serviço como também trabalhar e liderar uma equipe, claro tendo como base as evidências científicas e experiências vivenciadas.

Outrossim, o trabalho foi importante em nossa formação profissional pelo fato de nos fazer entender e olhar o paciente de uma maneira holística, buscando compreender sua singularidade, sua realidade de vida, ou seja, todos os aspectos que envolvem a pessoa humana.

Cabe aqui também frisar a importância do programa Hiperdia no atendimento a hipertensos e diabéticos, seja no incentivo a adesão ao tratamento, na redução de complicações, na prevenção e controle da HAS e DM ou até mesmo na criação de vínculo entre equipe e paciente e vice e versa.

REFERÊNCIAS

BARROSO, W. K. S. *et al.* **Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial** – 2020. Arq Bras Cardiol. 2021; 116(3):516-658.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica : diabetes mellitus** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2013. 160 p. : il. (Cadernos de Atenção Básica, n. 36)

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** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 128 p. : il. (Cadernos de Atenção Básica, n. 37)

BRUTSAERT, E. F. **Diabetes mellitus (DM)**. Disponível em: <<https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/dist%C3%BArbios-hormonais-e-metab%C3%B3licos/diabetes-mellitus-dm-e-dist%C3%BArbios-do-metabolismo-da-glicose-no-sangue/diabetes-mellitus-dm>>. Acesso em: 02 dez. 2022.

COSTA, A. C. S. *et al.* Intervenção Nutricional nas Doenças Crônicas Não Transmissíveis: Uma Revisão de Literatura. **Revista Amazônia Science & Health** 2021 Vol. 9, Nº 4. DOI: 10.18606/2318-1419/amazonia.sci.health.v9n1p96-104.

FRANÇA, D. J. R.; NUNES, J. T.; FERNANDES, M. N. F. (2014, junho). As contribuições do cuidado ao idoso no programa de HIPERDIA, para a formação profissional. **Revista Kairós Gerontologia**, 17(2), pp.315-327. ISSN 1516-2567. ISSN e 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP

GUEDES, M. **No Brasil, mais de 230 mil pessoas morreram por doenças cardiovasculares em 2021.** Disponível em: <<https://www.cnnbrasil.com.br/saude/no-brasil-mais-de-230-mil-pessoas-morreram-por-doenças-cardiovasculares-em-2021/#:~:text=Em%20todo%20o%20Brasil%2C%20cerca,30%25%20das%20mortes%20de%20brasileiros>>. Acesso em: dez. 2022.

SANTOS, S. A. L. *et al.* **A importância do hiperdia na atenção básica.** Anais VI CONGREFIP... Campina Grande: Realize Editora, 2017. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/27710>>. Acesso em: 20 nov 2022.

VIEIRA, C. G. A. *et al.* Dificuldades dos pacientes na adesão ao tratamento de diabetes e hipertensão atendidos na Atenção Básica. **Rev. Saúde Pública Mato Grosso do Sul**, v. 4, n. 2, p. 54-66, 2021.