

INTERVENÇÃO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UMA AÇÃO COMUNITÁRIA, EDUCATIVA E INTEGRADORA NO CONTROLE DA HIPERTENSÃO E DIABETES MELLITUS

INTERVENTION IN PRIMARY HEALTH CARE: A COMMUNITY, EDUCATIONAL AND INTEGRATIVE ACTION IN THE CONTROL OF HYPERTENSION AND DIABETES MELLITUS

Maria Janielle dos Santos Silva

FASP- Faculdade São Francisco da Paraíba - sjanville26@gmail.com

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2954091883591170> , iD: <https://orcid.org/0009-0004-8999-8336>.

Lauradella Geraldinne Sousa Nóbrega

FASP- Faculdade São Francisco da Paraíba, orientadora, docente, lauradella@fsf.edu.br

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/2711239231225163>, iD: <https://orcid.org/0000-0001-9282-5883?lang=pt>

RESUMO

Este relato de experiência tem como objetivo enfatizar a importância da prática educativa e a troca de experiências entre educando, profissionais da saúde e usuários do SUS estabelecendo um vínculo no processo de trabalho, visando à melhoria da Atenção Primária à Saúde aos cuidados progressivos. Abordando como tema a hipertensão e a diabetes. Método: estudo descritivo, tipo de relato de experiência, e um estudo de revisão integrativa. Foi realizado mediante levantamento nas bases científicas: Lilacs, BDENF e Scielo. Com publicação no período de 2022. Resultados: foi realizada uma ação educativa com esse público específico, com a finalidade de melhorar o controle da hipertensão arterial e diabetes mellitus pelos próprios clientes através do autocuidado.

Palavras-chave: Atenção Básica de Saúde; Relato de Experiência; Hipertensão; Cuidado; Diabetes.

ABSTRATC

This experience report aims to emphasize the importance of educational practice and the exchange of experiences between students, health professionals and SUS users, establishing a link in the work process, aiming to improve Primary Health Care and progressive care. Addressing the topic of hypertension and diabetes. Method: descriptive study, type of experience report, and an integrative review study. It was carried out through a survey in scientific databases: Lilacs, BDENF and Scielo. With publication in 2022. Results: an educational action was carried out with this specific audience, with the aim of improving the control of high blood pressure and diabetes mellitus by the clients themselves through self-care.

Keywords: Basic Health Care; Experience Report; Hypertension; Careful; Diabetes.

INTRODUÇÃO

As doenças crônicas com maiores incidentes e taxas de morbimortalidade no país são Diabetes Mellitus (DM) e Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS). O aumento

progressivo dessas doenças se relaciona à fatores sociais, econômicos e tecnológicos, como aumento da expectativa de vida, mudança de hábitos de vida e acesso a serviços de diagnóstico e tratamento. As doenças crônicas acometem todas as faixas etárias, porém isto ocorre de forma mais expressiva em idosos, e causam elevado número de óbitos, agravos e complicações, impactando nas demandas dos serviços de saúde.

A hipertensão arterial e o diabetes mellitus são duas das condições crônicas mais prevalentes e desafiadoras enfrentadas pela saúde pública mundial. Estas doenças, muitas vezes inter-relacionadas, afetam milhões de pessoas. A hipertensão, caracterizada pela elevação persistente da pressão arterial, e o diabetes, marcado pela desregulação dos níveis de glicose no sangue, são fatores de risco principais para uma série de complicações graves, incluindo doenças cardiovasculares, insuficiência renal, cegueira e amputações.

O controle eficaz dessas condições é um desafio contínuo tanto para os pacientes quanto para os profissionais de saúde. A adesão ao tratamento e a adoção de hábitos de vida saudáveis são cruciais para a prevenção de complicações, mas frequentemente são comprometidas por fatores como a falta de conhecimento, barreiras socioeconômicas e comportamentais. Nesse contexto, a educação em saúde surge como uma estratégia essencial para capacitar os pacientes, promovendo o autocuidado e a gestão ativa de suas condições.

A Hipertensão Arterial e a Diabetes Mellitus são conceituadas como patologias caracterizadas pela presença de níveis tensionais e glicêmicos elevados, associados a alterações metabólicas e hormonais, fenômenos tróficos e hereditariedade. Segundo as VI DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO, 2010, a prevalência da hipertensão arterial é elevada, estimando-se que cerca de 20% a 30% da população brasileira adulta possa ser rotulada como hipertensa. De acordo com o Comitê da Associação Americana de Diabetes (ADA), 2022, no Diabetes a instrução e a educação contínua sobre o autogerenciamento são essenciais para interromper complicações de curto e longo prazo.

O Projeto de Extensão “Intervenção na Atenção Primária à Saúde: uma ação comunitária, educativa e integradora no controle da Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus” fundamenta-se na capacidade de desenvolver habilidades e competências

entre os envolvidos e, de promover ações educativas com o intuito de capacitar os pacientes nas formas de prevenção e de autocuidado sobre Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus, contribuindo assim para que os discentes desta disciplina se tornem participativos e ativos no processo da melhoria da qualidade de vida dos usuários do SUS, passando de espectadores a protagonistas na Atenção Primária à Saúde nos cuidados progressivos à população brasileira.

Este artigo explora a importância das ações educativas para hipertensos e diabéticos, analisando como a informação e o suporte contínuo podem melhorar significativamente a adesão ao tratamento, a monitorização de parâmetros de saúde e a qualidade de vida dos pacientes. Além disso, discute-se a necessidade de metodologias eficazes para a implementação e avaliação dessas intervenções educativas, visando otimizar os resultados de saúde e reduzir a carga associada a essas doenças crônicas. Ao destacar a intersecção entre conhecimento, prática e resultados, este trabalho contribui para a compreensão de como a educação pode ser um poderoso aliado no combate às complicações da hipertensão e do diabetes.

A Atenção Básica caracteriza-se por um conjunto de ações no âmbito individual e coletivo, que abrange a promoção e a proteção em saúde, à prevenção de agravos, o diagnóstico, o tratamento, a reabilitação, redução de danos e a manutenção da saúde com objetivo de desenvolver uma atenção integral que impacte na situação de saúde e autônoma das pessoas e nos determinantes e condicionantes de saúde das coletividades.

O manejo eficaz dessas condições exige não apenas intervenção dos profissionais de saúde, mas também uma forte ênfase na educação do paciente e na promoção do autocuidado. Informar e capacitar os pacientes para que possam gerenciar suas condições de maneira proativa e consciente é essencial para a prevenção de complicações e para a melhoria da qualidade de vida. Este contexto destaca a necessidade urgente de ações educativas contínuas e integradas, que englobem desde a compreensão básica das doenças até a aplicação prática de estratégias de autocuidado no cotidiano dos pacientes.

Assim este relato de experiência pretende envolver os discentes e os profissionais das Equipes Saúde da Família, para isso foi planejado a organização das atividades educativas de acordo cronograma mensal das equipes com o objetivo de

promover a importância das relações em uma equipe multidisciplinar e interdisciplinar, de acordo com a rotina/contexto e, capacitação para mostrar a importância do diálogo para o processo de trabalho. O discente participou de forma interprofissional, integradora e multiprofissional, em conjunto com as Equipes Saúde da Família do seu município onde foram realizadas abordagens planejadas e educativas através da educação em saúde, produção e distribuição de materiais de educação em saúde para o público-alvo.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, de caráter descritivo, realizado na Unidade Básica de Saúde Antônio de Souza Ramalho, na cidade de Aurora-CE. O estudo englobou pacientes portadores de Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus.

O propósito deste estudo consistiu em analisar importância da prática educativa e a troca de experiências entre educando, profissionais da saúde e usuários do SUS estabelecendo um vínculo no processo de trabalho, visando à melhoria da Atenção Primária à Saúde aos cuidados progressivos. A escolha do local para realização do projeto ficou a critério de cada aluno, o cenário da extensão escolhido foi a UBS Antônio de Souza Ramalho.

O público-alvo do estudo foi hipertensos e diabéticos com um público de aproximadamente 15 pessoas. A ação foi realizada no dia 02 de maio de 2024, pela manhã de acordo com o cronograma mensal das equipes com objetivo de promover a importância das relações em uma equipe multidisciplinar e interdisciplinar, de acordo com a rotina e capacitação para mostrar a relevância do diálogo para o processo de trabalho, e também foi ofertado um café da manhã com entrega de maçãs e panfletos educativos, no qual constava medidas socioeducativas, como: alimentação saudável; ingestão de água frequente; prática de exercícios; consulta de rotina; consumo de sal moderado e não esquecer de tomar as medicações no horário correto.

Essa experiência vivenciada na prática pelos discentes em parceria com a equipe multidisciplinar da Unidade Básica de Saúde, em prol da orientação para o autocuidado dos pacientes portadores crônicos de hipertensão arterial e diabetes

mellitus, foi bastante produtiva. As estratégias metodológicas a serem utilizadas nesta intervenção educativa visam obter o maior engajamento possível de pacientes portadores de Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus para as palestras educativas nas Unidades Básicas de Saúde.

A atividade educativa foi direcionada aos pacientes hipertensos e diabéticos, levando em conta a atenção a si mesmos. O projeto foi realizado na Unidade Básica de Saúde da Estratégia Saúde da Família, tendo em vista que o aluno procurou a enfermeira responsável pela UBS, para o explicar a ação, no qual obteve apoio da equipe multiprofissional, e foi realizada o planejamento e execução da atividade educativa. Nesta UBS no cronograma de rotina não tinha dia específico para o atendimento aos hipertensos e diabéticos, mas a equipe relatou que essa população alvo sempre frequentam a UBS no dia do atendimento médico para renovar as receitas e que nesse dia a ação poderia ser realizada.

CONCLUSÃO

Esta pesquisa teve como objetivo geral, enfatizar as orientações e cuidados sobre a hipertensão e diabetes. Através de dados que foram encontrados para o desenvolvimento da pesquisa, pôde-se apontar que o objetivo apresentado foi obtido. Em retaliação aos mais importantes resultantes sobre os cuidados com a hipertensão e diabetes foi perceptível que a maioria dos pacientes presentes já tinha um conhecimento prévio sobre a importância de fazer o uso da medicação diariamente, assim como realizar atividades físicas rotineiramente dentre suas limitações e os cuidados com uma alimentação mais saudável/balanceada. Vale enfatizar que no decorrer da ação construtiva, algumas dúvidas foram surgidas como qual seria as principais complicações de uma pessoa hipertensão que não faz uso da medicação diariamente. É crucial apontar que dúvidas como essa surgida durante a ação foram todas sanadas.

Estes resultados levam as contribuições teóricas e práticas. No que tange as contribuições teóricas, vale enfatizar que existe poucas pesquisas relacionadas ao esquecimento ou mesmo o abandono dos medicamentos de uso contínuo pelos portadores de diabéticos e hipertensos. Referente as contribuições praticas,

destacam-se a adesão desse público-alvo ao tratamento e ao estilo de vida saudável. Com base nisso, este relato de experiência corrobora a importância dos debates construtivos como uma maneira para acrescentar o conhecimento sobre a importância de fazer o uso correto e contínuo da medicação, e manter um estilo de vida mais saudável. Os resultados comprovam que o grupo-alvo passou a estar mais preparado sobre autocuidados.

Os resultados aqui apresentados oferecem evidências sobre como o meio socioeducativo interfere diretamente no cuidado, uma vez que a maioria da população diabética e hipertensa são idosos e esse público não costumam ter uma boa qualidade de vida, pois muitos tem uma alimentação não saudável, tem o hábito de acrescentar sal e açúcar na alimentação, além disso não praticam nenhums exercícios físicos. Assim, este estudo contribui para reforçar as orientações sobre prevenção dessas doenças crônicas e adesão efetiva desse público ao tratamento.

Através dessa ação educativa que possibilitou significativamente o entendimento do público presente sobre os cuidados a serem tomados, em relação a adesão ao tratamento, autocuidado e monitoramento dos níveis de pressão arterial e de glicose, a redução de complicações, o engajamento familiar, qualidade de vida e promoveu o empoderamento desses pacientes, aumentando sua autonomia e confiança para decisões informada sobre a sua saúde. Esses fatores demonstram a importância de programas educativos contínuos e eficazes para hipertensos e diabéticos, visando um manejo mais eficaz e uma vida mais saudável para esse público.

Em suma, a adoção de práticas de autocuidado e a adesão ao tratamento medicamentoso são essenciais para a qualidade de vida dos hipertensos e diabéticos. A educação contínua sobre a doença, a importância de uma dieta balanceada, a prática regular de exercícios físicos, o monitoramento constante dos níveis de pressão arterial e glicemia, além do uso correto e diário dos medicamentos, formam a base para o controle eficaz dessas condições.

O envolvimento ativo dos pacientes em seu próprio cuidado, bem como o apoio de familiares e profissionais de saúde, são fatores decisivos para a prevenção de complicações e a promoção de uma vida mais saudável e equilibrada. Portanto, o investimento em programas educativos e de suporte deve ser uma prioridade para

garantir que hipertensos e diabéticos tenham os recursos e conhecimentos necessários para gerir suas condições de maneira eficiente e segura.

REFERÊNCIAS

Comitê da Associação Americana de Diabetes (ADA), 2022 : Resumo das revisões: **Padrões de Cuidados Médicos em Diabetes** – 2022, vol. 45, Suplemento 1, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Hipertensão arterial sistêmica para o Sistema Único de Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.

DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO (VI). Diretrizes. Rio de Janeiro, 2010.

PICCOLI C, ZONTA FNS, COSTA LS, MENETRIER JV, ROQUE MS, OLIVEIRA EM, ET AL. Epidemiological and clinical profile of accompanied patients in a model program for attention to chronic conditions. **Ciênc., Cuid. Saúde**. 2020; 19(0):e50327. DOI: <https://doi.org/10.4025/cienccuidsaude.v19i0.50327>.