

CONHECIMENTO DOS IDOSOS RELACIONADO À HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ane Muniz ¹

Ane Gabrielle Muniz ²

Jarbas da Silva Ziani ³

Franciele Chervenski Morin ⁴

Thayná da Fonseca Aguirre ⁵

Renata Vasconcellos Leão ⁶

Cenir Goncalves Tier ⁷

Resumo:

O presente trabalho teve-se como temática o conhecimento dos idosos relacionado à Hipertensão Arterial Sistêmica. Diante do cenário apresentado objetivou-se compreender quais os saberes dos idosos acerca da temática Hipertensão Arterial quanto a sua prevenção, tratamento e a adesão aos métodos farmacológicos e não farmacológicos. Trata-se de um relato de experiência desenvolvido no primeiro semestre de 2018 pela equipe do projeto de Extensão Envelhecer com Arte e Saúde. As ações são executadas em uma Estratégia Saúde da Família de um Município do Rio Grande do Sul, nas sextas-feiras com duração de uma hora e meia. O projeto está registrado no SIPPEE da Universidade Federal do Pampa sob o nº 10.065.16. Os relatos iniciais dos idosos deram-se em relação ao uso abusivo de sal, gordura e açúcares. Observou-se a dificuldade dos mesmos na adesão a terapia farmacológica, uma explicação para essa elevada taxa de não adesão ao tratamento dá-se por muitos não compreenderem o progresso da doença e o tratamento medicamentoso. Diante dos relatos ora apresentados entende-se que os idosos não possuíam um entendimento adequado sobre a doença e seus agravos, bem como que seus hábitos de vida são essenciais para o controle da patologia. Considera-se que ações como ora apresentadas são de suma importância para fundamentar os programas de atenção à saúde e as linhas de cuidado visando às peculiaridades e fragilidades da terceira idade.

Palavras-chave: idosos, hipertensão e saúde

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

CONHECIMENTO DOS IDOSOS RELACIONADO À HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

¹ Aluno de graduação. ane.gabrielemuniz@gmail.com. Autor principal

² Aluno de graduação. ane.gabrielemuniz@gmail.com. Apresentador

³ Acadêmico. Jarbasziani230@gmail.com. Co-autor

⁴ Acadêmica. francielemorin@gmail.com. Co-autor

⁵ Acadêmica. contato.aguirre@gmail.com. Co-autor

⁶ Acadêmica. maninha.leao@gmail.com. Co-autor

⁷ Docente. cenirtier@unipampa.edu.br. Orientador

CONHECIMENTO DOS IDOSOS RELACIONADO À HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA AÇÃO DE EXTENSÃO

1 INTRODUÇÃO

O número de idosos acima de 60 anos de idade conforme projeções demográficas excederá o de crianças pela primeira vez em 2047, passando de 841 milhões de pessoas idosas em 2013 para mais de dois bilhões em 2050 (UNITED NATIONS, 2013). Para tanto, uma das consequências tanto desta transição demográfica como epidemiológica é o aumento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

Em 2007, cerca de 70% das mortes no Brasil foram atribuídas às doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), especialmente as doenças cardiovasculares, uma das causas mais frequentes de mortalidade entre os idosos (SCHMIDT et al., 2011). Dentre as DCNT tem destaque na população idosa do Brasil a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) que decorre de alterações no estilo de vida da sociedade contemporânea, que incluem o sedentarismo, a dieta hiperssódica e o etilismo.

A justificativa dá-se pelo alto número de idosos com tal problema de saúde conforme pesquisa do Ministério da Saúde realizada em 2010 o qual constata que 63,2% dos indivíduos com 65 anos ou mais dizem sofrer de Hipertensão (BRASIL, 2010).

Diante do cenário apresentado objetivou-se compreender quais os saberes dos idosos acerca da temática Hipertensão Arterial quanto a sua prevenção, tratamento e a adesão aos métodos farmacológicos e não farmacológicos.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido no primeiro semestre de 2018 pela equipe do projeto de Extensão Envelhecer com Arte e Saúde. As ações são executadas em uma Estratégia Saúde da Família de um Município do Rio Grande do Sul, nas sextas-feiras com duração de uma hora e meia.

A atividade deu-se primeiramente por meio de uma dinâmica a qual consistia em um mito ou verdade onde apresentava-se afirmações como: “A alimentação adequada é fundamental no controle da Hipertensão”, “Basta retirar o sal da comida para evitar o aumento da pressão arterial”, “Hipertensão tem cura”, “O consumo de álcool não altera a pressão arterial” e “Tendo uma alimentação balanceada e praticando atividades físicas não é necessário o uso de medicamentos para controlar os níveis pressóricos”.

Em seguida os idosos levantavam uma das placas e, referiam algo sobre o assunto apresentado. Posteriormente, de forma expositiva e interativa apresentavam-se cientificamente dados sobre a HAS suas causas, mediadas de controle e a importância da adesão ao tratamento. Promovendo dessa maneira um embasamento teórico científico para os mesmos sobre o tema.

O projeto está registrado no SIPPEE da Universidade Federal do Pampa sob o nº 10.065.16.

3 RESULTADOS e DISCUSSÃO

Participaram da atividade seis idosos sendo cinco do sexo feminino com idades entre 63 a 84 anos. Os relatos iniciais dos idosos deram-se em relação ao uso abusivo de sal, gordura e açúcares. Simonetti; Batista; Carvalho (2002) observaram em sua pesquisa que os fatores de risco não controlados pela maioria dos indivíduos com hipertensão são a alimentação gordurosa (75%) e vida sedentária (81,2%). Assim fica evidente a dificuldade do indivíduo sênior em manejar os agravos da doença por meio de uma dieta equilibrada, hipossódica, rica em vegetais e livres de ácidos graxos em excesso.

No estudo das autoras quando questionados sobre o recebimento de algum tipo de informação sobre alimentação específica para hipertensão, homens e mulheres responderam negativamente (COCA et al., 2010). Nesta perspectiva, os idosos que participaram desta ação também relataram não receber informações durante o atendimento na Atenção Primária referente ao manuseio da doença por intermédio da alimentação.

Observou-se a dificuldade dos mesmos na adesão a terapia farmacológica, uma explicação para essa elevada taxa de não anuência ao tratamento dá-se por muitos não compreenderem o progresso da doença e o tratamento medicamentoso. O curso assintomático da HAS contribui para essa falta de entendimento e, assim muitos indivíduos acabam acreditando que a doença é intermitente e pode ser tratada exclusivamente com terapias não farmacológicas, como alívio do estresse ou remédios caseiros (PUCCI et al., 2012). O tratamento medicamentoso da HAS deve ser associado ao não medicamentoso, havendo dessa forma a necessidade de um trabalho multiprofissional no sentido de reduzir a pressão arterial (MARTELLI; LONGO; SERRANI, 2008).

Diante dos relatos ora apresentados entende-se que os idosos não possuíam um entendimento adequado sobre a doença e seus agravos, bem como que seus hábitos de vida são essenciais para o controle da patologia.

Dentre as políticas públicas para o controle da hipertensão arterial, a educação em saúde tem sido sinalizada como uma forma de estimular a adesão ao tratamento, reforçando a importância da medicação, da interação entre as pessoas para o desenvolvimento do ser humano (BORTHO, 2010).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após realização da ação voltada a entender qual era o conhecimento dos idosos sobre HAS percebe-se a importância de ações multidisciplinares voltadas à educação em saúde com ênfase no controle dos níveis pressóricos.

Nesta perspectiva, é importante vislumbrar a necessidade de se criar estratégias de promoção de saúde voltadas ao tratamento da Hipertensão Arterial através da farmacoterapia e dos recursos não farmacológicos como a alimentação e a prática regular de exercícios físicos a fim de proporcionar um envelhecimento saudável e ativo.

Considera-se que ações como ora apresentadas são de suma importância para fundamentar os programas de atenção à saúde e as linhas de cuidado visando às peculiaridades e fragilidades da terceira idade.

REFERÊNCIAS

PUCCI, N.; PEREIRA, M. R.; VINHOLES, D. B.; PUCCI P.; CAMPOS N. D. Conhecimento sobre Hipertensão Arterial Sistêmica e Adesão ao Tratamento Anti-Hipertensivo em Idosos. **Rev Bras Cardiol**, 2012; 25 (4): 322-9.

SCHMIDT, M. S.; DUNCAN, B. B.; SILVA, G.A.; MENEZES, A. M.; MONTEIRO, C. A.; BARRETO, S. M.; et al. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: carga e desafios atuais. **The Lancet**, 2011:61-74.

SIMONETTI, J.P.; BATISTA, L; CARVALHO, L.R. Hábitos de saúde e fatores de risco em pacientes hipertensos. **Rev Latino-am Enfermagem**, v. 10, n. 3, p. 415-22, 2002.

BORTH. J.F., et al. Os benefícios da atividade física para hipertensos. **Revista Digital**. Buenos Aires, v15, n.147, 2010.

United Nations (UN). Department of Economic and Social Affairs. Population Division. World Population Ageing 2013. New York: UN; 2013.