

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO GESTÃO DO CUIDADO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

ISABELINE CALIARY COSTA DA SILVA

PREVENÇÃO, PROMOÇÃO E CUIDADO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL NA UBS
JOSÉ GOMES

Maceió

2024

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO GESTÃO DO CUIDADO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

ISABELINE CALIARY COSTA DA SILVA

PREVENÇÃO, PROMOÇÃO E CUIDADO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL NA UBS
JOSÉ GOMES

Trabalho de conclusão de curso apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Especialização em Gestão do Cuidado em Saúde da Família pela Universidade Federal de Alagoas

Orientadora: Dra. Ana Carolina Santana Vieira.

Maceió

2024

Catálogo na fonte
Universidade Federal de Alagoas
Biblioteca Central
Divisão de Tratamento Técnico

Bibliotecária: Helena Cristina Pimentel do Vale CRB-4/ 661

S586p Silva, Isabeline Caliry Costa da.
Prevenção, promoção e cuidado da hipertensão arterial NA UBS José Gomes /
Isabeline Caliry Costa da Silva. – 2024.
24 f. : il.

Orientadora: Ana Carolina Santana Vieira.
Monografia (Especialização em Gestão do Cuidado em Saúde da Família) –
Universidade Federal de Alagoas, Escola de Enfermagem. Maceió, 2024.

Bibliografia: f. 23-24.

1. Hipertensão arterial. 2. Pacientes. 3. Hábitos de vida. 4. Unidade Básica de
Saúde. 5. Equipe de assistência multidisciplinar. I. Título.

CDU: 616.12-008.331.1

ISABELINE CALIARY COSTA DA SILVA

PREVENÇÃO, PROMOÇÃO E CUIDADO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL NA UBS

JOSÉ GOMES

Trabalho de conclusão de curso apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Especialização em Gestão do Cuidado em Saúde da Família pela Universidade Federal de Alagoas.

Maceió(Al), 18 de março de 2024.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: Profa. Dra. Ana Carolina Santana Vieira.

Prof. Verônica de Medeiros Alves

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente à Deus que me proporcionou saúde, forças e sabedoria para lidar e superar as adversidades que me deparei ao longo do caminho. Aos meus pais Raimundo Nonato e Maria de Fátima, filho Sávio de Freitas, irmãos Herbert Wagner, Hudson Renan e sobrinhos Pedro Cavalcante e Ana Beatriz por serem essenciais em minha vida e permitirem que essa caminhada fosse repleta de muito amor e alegria. Ao meu marido Edilson Ambrósio pela compreensão e apoio e toda minha família e amigos que me incentivaram a ser uma pessoa melhor e não desistir dos meus objetivos.

A Equipe de Saúde pelo carinho, pelas trocas de conhecimento e experiência.

A minha orientadora Ana Carolina Vieira, por me incentivar durante a elaboração do TCC.

Gratidão a todos!!

RESUMO

A hipertensão arterial é uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados da pressão sanguínea nas artérias que aumenta significativamente o risco de doenças cardíacas, cerebrais e renais e é uma das principais causas de morte em todo o mundo. O presente estudo aborda a hipertensão arterial e tem como objetivo promover e fortalecer a saúde dos usuários com hipertensão arterial atendidos na UBS José Gomes através da aprendizagem, possibilitando o autocuidado, mudanças de comportamento e de hábitos de vida. Para o embasamento teórico foram acessadas as bases de dados do Ministério da Saúde, como também em artigos da Bireme (Biblioteca Virtual em Saúde) e no Scielo Scientific Electronic Library Online). O projeto de intervenção foi desenvolvido a partir do diagnóstico situacional elaborado sobre as condições gerais de saúde da população da área de abrangência da equipe na UBS José Gomes, no período de julho a dezembro de 2021. Foi identificado que o problema de hipertensão arterial foi selecionado como prioridade devido ao grande número de pessoas acometidas. O método utilizado foi o Planejamento Estratégico Situacional (PES). Este problema requer um trabalho em conjunto com toda a equipe multiprofissional (Nutricionista, psicóloga, enfermeira e médico). Espera-se que os resultados deste trabalho possam contribuir para fornecer conhecimento aos profissionais da saúde destes pacientes, possibilitando através da aprendizagem prevenir complicações e tratar os sintomas da hipertensão arterial.

Palavras-chave: Hipertensão arterial; Unidade Básica de Saúde; Hábitos de vida.

ABSTRACT

High blood pressure is a chronic disease characterized by high blood pressure levels in the arteries that significantly increases the risk of heart, brain and kidney diseases and is one of the main causes of death worldwide. The present study addresses arterial hypertension (AH) and aims to report the main causes of high blood pressure, as well as provide guidance to promote and strengthen the health of patients with the problem. For the theoretical basis, databases were accessed from the Ministry of Health, as well as in articles from Bireme (Virtual Health Library) and Scielo Scientific Electronic Library Online). The intervention project was developed based on the situational diagnosis prepared on the general health conditions of the population in the area covered by the team at UBS José Gomes, from July to December 2021, where it was identified that the problem of high blood pressure was selected. as a priority due to the large number of people affected. The method used was Situational Strategic Planning (PES). This problem requires joint work with the entire multidisciplinary team (nutritionist, psychologist, nurse and doctor). The results of this work are expected to contribute to providing knowledge to health professionals and patients who have the problem, enabling them to reduce and treat the symptoms of arterial hypertension (AH) through learning.

Keywords: arterial hypertension; Basic health Unit; lifestyle habits.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AVE - Acidente Vascular Encefálico

DCNT - Doença Crônica não Transmissível

ESF - Estratégia Saúde da Família

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

HA - Hipertensão Arterial

MS - Ministério da Saúde

PES - Planejamento Estratégico em Saúde

UBS - Unidade Básica de Saúde

DAC - Doença Arterial Coronária

IC - Insuficiência Cardíaca

FA - Fibrilação Arterial

AVEI Acidente Vascular Isquêmico

AVEH - Acidente Vascular Hemorrágico

DAOP - Doença Arterial Obstrutiva Periférica

DCV - Doenças Cardiovasculares

DRC - Doença Renal Crônica

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Faixa etária do público atendido.....	12
Tabela 2: Condição de saúde da população da área de abrangência.....	12
Quadro 1: Classificação de prioridade para os problemas identificados no diagnóstico da comunidade adscrita à equipe de Saúde PSF II, Unidade Básica de Saúde José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas.....	14
Quadro 2: Operações sobre o “nó crítico 1” relacionado ao problema “grande número de hipertensos na população”, no território sob responsabilidade da Equipe de Saúde da UBS José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas.....	20
Quadro 3- Operações sobre o “nó crítico 2” relacionado ao problema “grande número de hipertensos na população”, no território sob responsabilidade da Equipe de Saúde da UBS José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas.....	20
Quadro 4- Operações sobre o “nó crítico 3” relacionado ao problema “grande número de hipertensos na população”, no território sob responsabilidade da Equipe de Saúde da UBS José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas.....	21

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
1.1 Aspectos gerais do município	10
1.2 O sistema municipal de saúde.....	11
1.3 Aspectos da comunidade.....	11
1.3.1 Aspectos Socioeconômicos.....	11
1.3.2 Aspectos Demográficos	12
1.3.3 Aspectos Epidemiológicos.....	12
1.4 A Unidade Básica de Saúde José Gomes	12
1.5 A Equipe de Saúde da Família da Unidade Básica de Saúde	13
1.6 O funcionamento da Unidade de Saúde da Equipe	13
1.7 O dia a dia da equipe	13
1.8 Estimativa rápida: problemas de saúde do território e da comunidade	13
1.9 Priorização dos problemas– a seleção do problema para plano de intervenção	14
2 JUSTIFICATIVA.	15
3 OBJETIVOS.	16
3.1 Objetivo geral.....	16
3.2 Objetivo específico	16
4 METODOLOGIA.....	17
5 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	18
6 PLANO DE INTERVENÇÃO	19
6.1 Descrição do problema selecionado.....	19
6.2. Seleção do nós-críticos	19
6.3 Desenho das operações sobre nó crítico – operações, projeto, resultados e produtos esperados, recursos necessários e críticos e viabilidade e gestão.....	20
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
REFERÊNCIAS	23

1. INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial (HA) é uma doença crônica caracterizada pelo aumento persistente da pressão arterial (PA). Segundo Barroso et al. (2020) a HA se trata de condição frequentemente assintomática e o principal fator de risco para doenças cardiovasculares (DCV), doença renal crônica (DRC) e morte prematura. De acordo com Barroso et al. (2020), a hipertensão aumenta significativamente o risco de doença arterial coronária (DAC), insuficiência cardíaca (IC), fibrilação atrial (FA) e morte súbita; cérebro: acidente vascular encefálico (AVE) isquêmico (AVEI) ou hemorrágico (AVEH), demência; rins: DRC que pode evoluir para necessidade de terapia dialítica; e sistema arterial: doença arterial obstrutiva periférica (DAOP).

A HA acomete pessoas em todas as fases da vida. De acordo com os dados do Ministério da Saúde (MS), a hipertensão arterial é uma doença herdada dos pais em 90% dos casos. Porém, existem vários fatores que podem influenciar nos níveis da pressão arterial como os hábitos de vida do indivíduo. Os sintomas da HA costumam aparecer em fases mais avançadas ou quando a hipertensão aumenta de forma abrupta podendo ocorrer dores no peito, dor de cabeça, tonturas, zumbido no ouvido, fraqueza, visão embaçada e sangramento nasal.

Segundo o Boletim BIREME (2023)) o diagnóstico e tratamento precoce da HA reduzir o risco de ataques cardíacos, derrames cerebrais e insuficiência renal, entre outros problemas de saúde. Os medicamentos são necessários para controlar e tratar de forma eficaz a hipertensão, bem como, adotar hábitos de vida saudáveis como, fazer atividade física regular, abandonar o uso do tabaco e o álcool são importantes na prevenção de possíveis complicações.

1.1 Aspectos gerais do município de Coqueiro Seco

Coqueiro Seco é um município com 5.882 habitantes (estimativa do IBGE-2021), localizada na região nordeste e distante 42,6 km da capital do Estado.

1.2 O sistema municipal de saúde

Possuímos 4 estabelecimentos de saúde do SUS. É realizado consultas e exames de média complexidade, atendimento de urgência e emergência. O município possui 3 equipes na estratégia de saúde da família (ESF), na zona urbana e 1 equipe na zona rural.

Os Pontos de Atenção à Saúde e Sistemas de Apoio e Logístico são:

- Atenção Primária à Saúde

-Sistemas de Apoio: Diagnóstico e Terapêutico, Assistência Farmacêutica, Informação em Saúde.

- Sistemas Logísticos: Transporte em Saúde, Acesso Regulado à Atenção, Prontuário Clínico, Cartão de Identificação dos Usuários do SUS.

1.3 Aspectos da comunidade

1.3.1 Aspectos Socioeconômicos

Em 2019, o salário médio mensal era de 1.8 salários-mínimos. A proporção de pessoas ocupadas em relação à população total era de 11.1%. Na comparação com os outros municípios do estado, ocupava as posições 30 de 102 e 27 de 102, respectivamente. Já na comparação com cidades do país todo, ficava na posição 3125 de 5570 e 3179 de 5570, respectivamente. Considerando domicílios com rendimentos mensais de até meio salário mínimo por pessoa, tinha 48.3% da população nessas condições, o que o colocava na posição 87 de 102 dentre as cidades do estado e na posição 1682 de 5570 dentre as cidades do Brasil. Apresenta 16.4% de domicílios com esgotamento sanitário adequado, 66% de domicílios urbanos em vias públicas com arborização e 3.9% de domicílios urbanos em vias públicas com urbanização adequada (presença de bueiro, calçada, pavimentação e meio-fio). Quando comparado com os outros municípios do estado, fica na posição 43 de 102, 46 de 102 e 78 de 102, respectivamente. Já quando comparado a outras cidades do Brasil, sua posição é 3893 de 5570, 3346 de 5570 e 3686 de 5570, respectivamente.

1.3.2 Aspectos demográficos

Tabela 1: Faixa etária do público atendido no Município Porção, 2021.

FAIXA ETÁRIA	TOTAL
Crianças de 0 a 2	91
Crianças de 3 a 5	79
Crianças de 6 a 9	108
Mulher em idade fértil (10 a 49 anos)	632
Idosos (60 anos ou mais)	387

1.3.3 Aspectos epidemiológicos

Tabela 2: Condição de saúde da população da área de abrangência do Município Porção, 2021

Condição de saúde	QUANTITATIVO N°
Gestantes	38
Hipertensos	420
Diabéticos	180
Teve AVC/derrame	28
AIDS/HIV	01
Pacientes especiais	23
Domiciliados	37
Obesos	31
Pessoas com hanseníase	03
Pessoas com tuberculose	02
Pessoas com câncer	22
Pessoas com sofrimento mental	20
Acamados	11
Insulínicos	39
Pessoas que fazem uso de álcool e outras drogas	69
Está fumante	140

Fonte: Cadastro da população da área de abrangência

1.4 A Unidade Básica de Saúde José Gomes

A Unidade Básica de Saúde da Equipe do José Gomes está situada no centro do município. Sua área é adequada considerando a demanda e a população atendida (2.528) com o espaço físico bem aproveitado. A Unidade está bem equipada e conta com os recursos adequados para o trabalho da equipe.

1.5 A Equipe de Saúde da Família PSF II da Unidade Básica de Saúde José Gomes da Silva

A equipe é composta por 1 médica, 1 enfermeira, 4 técnicos de enfermagem e 7 agentes comunitários de saúde (5 da UBS José Gomes e 2 da UBS Cadoz), 1 dentista e 1 auxiliar de dentista.

Com relação às atribuições da equipe, geralmente é realizado reuniões entre a equipe na busca de enfrentar e resolver às diversas demandas que chegam na Unidade, planejar e avaliar as ações a serem ofertadas à população.

1.6 O funcionamento da Unidade de Saúde da Equipe PSF II

A Unidade de Saúde funciona das 07:00hrs às 16:00hrs. O processo de trabalho ofertado na UBS que atuo é mais direcionado ao modelo centrado na doença. Em geral, o foco é mais voltado em realizar os procedimentos necessários para fazer o diagnóstico, o tratamento, a cura ou controle da doença. Os usuários buscam a Unidade de Saúde na expectativa de tratar as doenças e/ou sofrimentos, são atendidos pela equipe, onde é feito o diagnóstico e prescrito o tratamento a ser realizado. Para o tratamento são realizadas orientações a respeito da doença e do tratamento, feito encaminhamento, prescrição de medicamentos e realização de exames quando necessário.

1.7 O dia a dia da equipe PSF II

A equipe da UBS José Gomes realiza atendimento de saúde bucal, pré-natal, puericultura, controle de câncer de mama e ginecológico, atendimento a hipertensos e diabéticos e demanda espontânea. Em relação aos grupos de hipertensos e diabéticos, a equipe realiza o hiper dia, no qual os pacientes são participativos.

Todas as segundas-feiras os pacientes hipertensos fazem acompanhamento a cada 3 meses para renovar a receita e a consulta.

1.8 Estimativa rápida: problemas de saúde do território e da comunidade

A partir do diagnóstico situacional elaborado sobre as condições gerais de saúde da população da área de abrangência da equipe, foram identificados três principais problemas relacionados a saúde da comunidade: hipertensão arterial, diabetes e pessoas que fazem o uso de álcool e outras drogas.

1.9 Priorização dos problemas– a seleção do problema para plano de intervenção

Após avaliar os critérios de importância, urgência, capacidade de enfrentamento do problema, foi observado que o problema de hipertensão arterial foi selecionado como prioridade devido ao grande número de pessoas acometidas.

Quadro 1 - Classificação de prioridade para os problemas identificados no diagnóstico da comunidade adscrita à equipe de Saúde PSF II, Unidade Básica de Saúde José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas

Problemas	Importância*	Urgência**	Capacidade de enfrentamento***	Seleção/ Priorização****
Hipertensão Arterial	Alta	18	Parcial	1
Diabetes	Alta	08	Parcial	2
Está fumante	Alta	04	Parcial	3

Fonte: e-SUS (2021)

*Alta, média ou baixa

** Distribuir 30 pontos entre os problemas identificados

***Total, parcial ou fora

****Ordenar considerando os três itens

2. JUSTIFICATIVA

A escolha desse tema é justificada devido a grande quantidade de indivíduos com hipertensão arterial atendidos na UBS José Gomes pela equipe PSF II, localizada no município de Coqueiro Seco do estado de Alagoas. O objetivo principal foi conscientizar a população sobre a importância do diagnóstico e tratamento precoce da doença, bem como a importância de mudanças do estilo de vida através de hábitos saudáveis para que desta forma possa contribuir efetivamente para o controle da hipertensão arterial.

Segundo Barroso et. al. (2020) a hipertensão arterial (HA) é uma doença crônica não transmissível que possui alta prevalência e é um dos principais fatores de risco para as doenças cardiovasculares (DCV) e renais. Barroso et. al. (2020) afirma que a HA apresenta a combinação multifatorial de determinantes genéticos, ambientais e sociais e é caracterizada por nível elevado e persistente da pressão arterial (PA).

De acordo com Gonzalez (2021) a hipertensão pode ser controlada através de uma dieta rica em gorduras poli-insaturadas e pobres em ácidos graxos saturados, diminuir a ingestão de sal e café, reduzir o consumo de álcool, parar de fumar, prática de exercício físico regular, controle do peso e através do uso da medicação. É importante adotar um estilo de vida mais saudável para prevenir e ter o acompanhamento médico para determinar o melhor método de tratamento para cada paciente.

3. OBJETIVOS

3.1 Geral- Promover e fortalecer a saúde dos usuários com hipertensão arterial atendidos na UBS José Gomes através da aprendizagem, possibilitando o autocuidado, mudanças de comportamento e de hábitos de vida.

3.2 Específico- Reduzir e tratar os sintomas dos usuários com hipertensão arterial (HA), trabalhar com grupos a fim de possibilitar um espaço de escuta, construir vínculos, esclarecer dúvidas, fornecer informações técnicas sobre a doença, procurar estratégias para estimular hábitos de vida saudável

4. METODOLOGIA

Para a elaboração deste projeto de intervenção, utilizou-se o método do Planejamento Estratégico em Saúde (PES) de Campos, Farias e Santos (2018), para estimativa rápida dos problemas observados e definição do problema prioritário, dos nós críticos e das ações e com isto definir o problema prioritário da Unidade Básica de Saúde José Gomes da Silva. Foi iniciado com um diagnóstico situacional em saúde da unidade de saúde. Com a definição dos problemas, priorizou-se o problema do elevado número de hipertensos cadastrados na unidade. Para realização da revisão bibliográfica foi consultada a bases de dados do Ministério da Saúde, como também em artigos da Bireme (Biblioteca Virtual em Saúde), e no Scielo (Scientific Electronic Library Online). Para redação do texto foram aplicadas as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) e as orientações do módulo Iniciação à metodologia de CORRÊA et al. (2017).

Assim, os artigos utilizados foram de amplas publicações, adequadas para descrever e discutir o desenvolvimento do trabalho, diante de um determinado assunto, sob o ponto de vista teórico ou contextual. Para a realização desse trabalho serão utilizados os seguintes critérios, para inclusão, pesquisa relevante com artigos em períodos atual e com publicações com alguns anos de publicação.

5 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A hipertensão arterial (HA) trata-se de uma condição clínica multifatorial que se caracteriza por níveis elevados e persistentes da pressão arterial. Malta et al. (2019) afirma que hipertensão arterial é resultante de fatores genéticos/epigenético, ambientais, sociais, culturais e relacionados ao estilo de vida. Dentre os fatores de risco da HA Malta et. al. (2019) cita o consumo excessivo de sal, sedentarismo, baixo consumo de frutas e vegetais, dietas ricas em gorduras saturadoras e gorduras trans, consumo de tabaco e álcool, excesso de peso ou obesidade, histórico familiar de hipertensão, idade acima de 65 anos, doenças coexistentes como diabetes mellitus ou doença renal.

De acordo com Silva e Lima (2021) a hipertensão é uma doença silenciosa na qual a maioria dos hipertensos não apresenta nenhum sintoma. Pessoas com pressão alta podem apresentar sintomas como dor de cabeça, suor excessivo, tontura, fraqueza, visão embaçada e dores no peito.

A HA apresenta o principal fator de risco para a Doença Cardiovascular (DCV). Segundo Malta et al. (2019), os níveis elevados da Pressão Arterial (PA) aumentam a chance de doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, doença vascular encefálica, insuficiência renal crônica e óbito.

Tomase et. al. (2022) afirma que é necessário realizar um diagnóstico correto, conscientizar as pessoas com HA sobre a gravidade da doença e suas consequências, ofertar orientações sobre hábitos saudáveis e realizar acompanhamento regular pelo profissional de saúde, que solicite exames periódicos preconizados pois desta forma pode-se contribuir para o adequado manejo e a consequente reduzir a morbimortalidade relacionada à HA.

No tratamento da HA Ferro et al. (2023) ressalta que múltiplos fatores podem estar associados na baixa adesão ao tratamento e cita a assintomatologia e cronicidade da doença, sedentarismo, dieta hipersódica, baixa escolaridade, não realização de consultas de rotina ou interrupção do tratamento medicamentoso como fatores determinantes que dificultam na adesão ao tratamento. De acordo com Ferro et al. (2023) a adesão ao tratamento não é apenas o mero seguimento das recomendações terapêuticas e farmacológicas, pois implica em uma série de desconstruções de hábitos que englobam mudanças comportamentais, sociais e econômicas.

6 PLANO DE INTERVENÇÃO

Essa proposta refere-se ao problema priorizado “Prevenção, promoção e cuidado da Hipertensão Arterial na UBS José Gomes”, para o qual se registra uma descrição do problema selecionado, a explicação e a seleção de seus nós críticos, de acordo com a metodologia do Planejamento Estratégico Simplificado (FARIA; CAMPOS; SANTOS, 2017).

Os quadros seguintes mostram o desenho das operações – para cada causa selecionada como “nós crítico”, as operações, os projetos, os resultados esperados, os produtos esperados, os recursos necessários para a concretização das operações (estruturais, cognitivos, financeiros e políticos). Aplica-se a metodologia do Planejamento Estratégico Simplificado (FARIA; CAMPOS; SANTOS, 2018).

6.1 Descrição do problema selecionado

Foi elaborado um diagnóstico situacional elaborado sobre as condições gerais de saúde da população da área de abrangência da equipe, onde foi identificado o principal problema relacionado à saúde da comunidade. Após avaliar os critérios de importância, urgência e a capacidade de enfrentamento do problema foi observado que o problema de hipertensão arterial (HA) foi selecionado como prioridade devido ao grande número de pessoas acometidas.

6.2. Seleção do nós-críticos

A Equipe da UBS José Gomes selecionou como “nós críticos” as situações relacionadas com o problema, o estilo de vida da população é inadequado por não possuírem hábitos de vida saudáveis. Foi observado consumo excessivo de sal, baixo consumo de frutas e vegetais, dietas ricas em gorduras saturadoras e gorduras trans, consumo de tabaco e álcool, excesso de peso ou obesidade, falta de uma rotina diária de exercícios físicos, acarretando o número alto de usuários sedentários. Para a prevenção da doença a equipe se propõe a intervir com estratégias de educação sobre saúde e promoção de hábitos saudáveis através de palestras visando conscientizar a população sobre a importância do diagnóstico e tratamento precoce da doença, bem como a importância de mudanças do estilo de vida através de hábitos saudáveis para que desta forma possa contribuir efetivamente para o controle da hipertensão arterial.

6.3 Desenho das operações

Quadro 2- Operações sobre o “nó crítico 1” relacionado ao problema “grande número de hipertensos na população”, no território sob responsabilidade da Equipe de Saúde da UBS José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas.

Nó crítico 1	Alimentação inapropriada
Operação	Hábitos saudáveis
Projeto/ resultados esperados	Conscientizar a população sobre a importância de se alimentar saudavelmente
Produtos esperados	Realizar ações de prevenção e promoção à saúde para uma alimentação adequada
Recursos necessários	Cognitivos- informação sobre o tema. Organizacionais- recursos para produção de folhetos informativos Políticos- articulação intersetorial
Viabilidade do plano: controle do recursos críticos (atores/motivação)	Gestor da UBS (favorável). Secretaria Municipal de Saúde (favorável), nutricionista (favorável)
Viabilidade do plano: ações estratégicas	Reuniões com dirigentes e equipe de saúde.
Responsável (eis) (gerentes) pelo acompanhamento das operações	Psicóloga, nutricionista
Prazo	Avaliação nutricional quinzenalmente ao público-alvo- 6 meses
Gestão do plano; processo de monitoramento e avaliação das operações	Nível de informação da população sobre risco avaliado de hipertensão arterial: Família-alvo do projeto identificada.

Quadro 3- Operações sobre o “nó crítico 2” relacionado ao problema “grande número de hipertensos na população”, no território sob responsabilidade da Equipe de Saúde da UBS José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas.

Nó crítico 2	Nível de informação da equipe (educação permanente) e da comunidade (educação para a saúde) insuficiente.
Operação	Aumentar o nível de informação da população e ampliar os conhecimentos conceituais da equipe de saúde sobre os riscos e cuidados da hipertensão arterial.
Projeto/ resultados esperados	Conscientizar a população sobre a importância do diagnóstico e tratamento precoce da doença. Equipe com maior nível de conhecimento.
Produtos esperados	Reuniões quinzenais com a equipe. Nível de informação estabelecido e estratégias definidas. Realizar ações de prevenção e promoção de saúde.
Recursos necessários	Cognitivos- conhecimento sobre o tema e sobre estratégias de comunicação e pedagógicas. Organizacionais- organização da Agenda. Políticos- mobilização social.
Viabilidade do plano: controle dos recursos críticos (atores/motivação)	Gestor da UBS (favorável). Secretaria Municipal de Saúde (favorável)
Viabilidade do plano: ações estratégicas	Reuniões com dirigentes e equipe de saúde.
Responsável (eis) (gerentes) pelo acompanhamento das operações	Psicóloga

Prazo	Início em dois meses e término em 6 meses.
Gestão do plano; processo de monitoramento e avaliação das operações	Nível de informação da população sobre risco avaliado de hipertensão arterial: Família-alvo do projeto identificada.

Quadro 4- Operações sobre o “nó crítico 3” relacionado ao problema “grande número de hipertensos na população”, no território sob responsabilidade da Equipe de Saúde da UBS José Gomes, município de Coqueiro Seco, estado de Alagoas.

Nó crítico 3	Sedentarismo
Operação	Proporcionar hábitos de vida saudáveis.
Projeto/ resultados esperados	Movimento- Conscientizar a população sobre a importância de realizar atividade física (caminhada, exercício aeróbicos) com a colaboração de profissionais da área.
Produtos esperados	Realizar campanhas para conscientizar a população sobre os malefícios do sedentarismo. Objetivo de adotar práticas de atividade física (caminhada, exercício aeróbico) com 50% dos hipertensos 3 vezes por semana no período de 6 meses.
Recursos necessários	Cognitivos- conhecimento sobre o tema através de grupos de hipertensos Organizacionais - aquisição de recursos para folhetos educativos e profissionais educadores físicos. Políticos- mobilização social.
Viabilidade do plano: controle dos recursos críticos (atores/motivação)	Gestor da UBS e Secretaria Municipal de Saúde
Viabilidade do plano: ações estratégicas	Reuniões com dirigentes
Responsável (eis) (gerentes) pelo acompanhamento das operações	Secretário Municipal de Saúde e educador físico
Prazo	Início em dois meses e término em 6 meses.
Gestão do plano; processo de monitoramento e avaliação das operações	Campanha de conscientização para informação da população sobre risco do sedentarismo nas palestras, mídias e carro de som. Atingir 100% do público-alvo do projeto identificado. Projeto “Movimento “aos 6 meses com aprovação da Secretaria de Saúde e pelo gestor municipal.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No decorrer do trabalho foi observado o grande número de pessoas acometidas com hipertensão arterial (HA) na população atendida na UBS José Gomes pela equipe PSF II, localizada no município de Coqueiro Seco do estado de Alagoas. Tornou-se possível constatar que a hipertensão arterial é uma doença crônica, multifatorial, caracterizada pelo aumento persistente da pressão arterial (PA). Foi verificado que fatores de risco para a HA são resultantes de fatores genéticos/epigenéticos, ambientais, sociais e estão relacionados ao estilo de vida e associação com outras doenças.

A melhor maneira de evitar a hipertensão arterial é a adoção de hábitos de vida saudáveis. É de suma importância que os profissionais de saúde elaborem estratégias de educação sobre saúde e promoção de hábitos saudáveis para prevenir a doença.

REFERÊNCIAS

- BARROSO W. K. S. et. al. **Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020**. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/abc/a/Z6m5gGNQCvrW3WLV7csqbqh/?lang=pt>>. Acesso em: 29 nov. 2021.
- BIREME. **Dia Mundial da Hipertensão 2023** Meça sua pressão arterial com precisão, controle-a e viva mais. Disponível em: <https://boletin.bireme.org/pt/2023/06/10/dia-mundial-da-hipertensao-2023-meca-sua-pressao-arterial-com-precisao-controle-a-e-viva-mais/>. Acesso em: 28 jan. 2024.
- BRASIL. **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)**. Ministério da Educação. Sinopse do Censo Demográfico 2010. Disponível em: <<https://censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?uf=27&dados=29>>. Acesso em: 28 jan. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde –**Portal e-SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: < <http://esus.saude.ms.gov.br/#/pec>>. Acesso em: 25 mai. 2020.
- CAMPOS, F.C.C.; FARIA H. P.; SANTOS, M. A. **Planejamento, avaliação e programação das ações em saúde**. Belo Horizonte: Nescon/UFMG, 2018. Disponível em: < [https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/modulo-planejamento-avaliacao-saude.pdf\[FSM1\]](https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/modulo-planejamento-avaliacao-saude.pdf[FSM1])> .Acesso em: 28jan. 2024.
- CORRÊA, E. J. **Iniciação à metodologia**: trabalho de conclusão de curso. Belo Horizonte: NESCON UFMG, 2018.
- FERRO G.. B.; FLEXA , C. V. B. .; LIMA , I. L. F.; QUARESMA , M. S. M.; MORAES , T. M. . **Adesão ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica na Atenção Primária à Saúde: uma revisão integrativa de literatura**: Adherence to the treatment of systemic arterial hypertension in Primary Health Care: an integrative literature review. Revista de Saúde Coletiva da UEFS, [S. l.], v. 13, n. 2, p. e7615, 2023. DOI: 10.13102/rscdauefs.v13i2.7615. Disponível em: <https://periodicos.uefs.br/index.php/saudecoletiva/article/view/7615>. Acesso em: 26 mar. 2024.
- GONZALEZ S. O. **Hipertensão Arterial, Prevenção, Diagnóstico e Controle da população assistida na UBS Parque Residencial Cocaia. 2021**. Trabalho de Conclusão de Curso no formato Projeto de Intervenção aplicado na perspectiva da Atenção Primária à Saúde – UNIFESP, Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2021.
- MALTA D. C.; GONÇALVES R. P. F.; MACHADO Í. E.; FREITAS M. I. F.; AZEVEDO C.; SZWARCWALD C. L. Prevalência da hipertensão arterial segundo diferentes critérios diagnósticos, pesquisa nacional de saúde. Rev. bras. epidemiol. 21 (supl 1)• 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1980-549720180021.supl.1>> . Acesso em: 02 jan. 2024.
- MENEZES T. C.; PORTES L. A.; VARGAS e SILVA N. C. O.; **Prevalência, tratamento e controle da hipertensão arterial** com método diferenciado de busca ativa. Cad Saúde Colet, 2020;28(3): 325-333. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028030357>. Acesso em: 02 fev. 2024.

Ministério da Saúde. **Hipertensão (pressão alta)**. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/h/hipertensao>>. Acessado em: 28 jan. 2024.

SILVA J. P. S.; LIMA I. N. D. F. **Hipertensão Arterial: conhecer para se cuidar** 2021. Disponível em: <

https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/44528/1/HipertensaoConhecerparasecuidar_SILVA_LIMA_2021.pdf>. Acesso em: 02 fev. 2024.

TOMASE E; PEREIRA C. D; SANTOS A. V.; NEVES R. G.; **Adequação do cuidado a pessoas com hipertensão arterial no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013 e 2019**. Epidemiol. Serv. Saúde 31 (2) 2022. Disponível em: < <https://doi.org/10.1590/S2237-96222022000200005> >. Acesso em: 01 jan. 2024.