ENEPEX
ENCONTRO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO
8° ENEPE UFGD • 5° EPEX UEMS

COMBATE À HIPERTENSÃO ARTERIAL NA COMUNIDADE DE DOURADOS

Diogo Chaves Borges Campos[1]; Bruna Pedrozo Festa[2]; José Raul Espinosa Cacho[3]
UFGD/FCS Dourados-MS Email: diogocampos.medicina@yahoo.com.br
[1]Bolsista do projeto de extensão
[2]Colaboradora do projeto
[3]Professor orientador

RESUMO

O projeto 'Combate à Hipertensão Arterial na Comunidade de Dourados' expressa uma filosofia operacional no combate à hipertensão arterial. Baseia-se nos 4 pilares de: incentivo a atividade física, alimentação adequada, tomar religiosamente o medicamento e consulta periódica pelo cardiologista. Ela nasceu em função da necessidade de assistência continuada ao hipertenso, incluindo, além do médico cardiologista, acadêmicos de medicina e de nutrição. Esta equipe tem como objetivo prioritário operacionalizar e otimizar a orientação médica para a prevenção, pois uma vez adquirida a doença o tratamento com os '4 pilares' devem ser aderidos ao habito de vida do hipertenso, função esta prioritária da Liga de Hipertensão Arterial na população de Dourados. . Isto porque, além do uso de medicação anti-hipertensiva, comumente necessária, mudanças no estilo de vida são fundamentais para prevenir e controlar adequadamente a hipertensão e os fatores de risco cardiovascular associados. No que diz respeito às atividades do projeto, elas são determinadas pelos objetivos, características e disponibilidades do grupo, incluindo atividades assistenciais, educativas e de pesquisa, em conjunto ou qualquer uma delas. Inclui, além das atividades puramente assistenciais, atividades educacionais, envolvendo pacientes, a comunidade e profissionais de saúde, de todos os níveis, sem o que os seus objetivos plenos não serão atingidos. A melhor forma de combater a hipertensão é mediante a prevenção, entretanto cerca de 30% da população segundo a OMS já possui essa doença crônica sendo o lema da Liga: 'A busca pela prevenção dos não hipertensos, e o combate da hipertensão aos já hipertensos crônicos.

Palavras chave: Hipertensão Arterial, Prevenção, Saúde da Família, Extensão

INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é definida como uma condição multifatorial caracterizada por níveis elevados e sustentados da pressão arterial, apresentando alta prevalência e baixas taxas de controle. Essa entidade clínica multifatorial determina um síndrome por estar associada a alterações metabólicas, cardiovasculares, hormonais e alterações cardiovasculares hipertróficas. (VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão, 2010).

Por acometer um quarto da população adulta (cerca de 1 bilhão de pessoas no mundo), a HAS é a principal causa de morte no mundo e o motivo mais comum de consulta ambulatorial a um médico (Goldman, Ausiello, 2010). A mortalidade devido a doença cardiovascular aumenta progressivamente com a elevação da pressão arterial a partir de 115/75 mmHg, de modo linear e independente de outros fatores de risco. Em virtude principalmente das suas complicações, tais como: doença cerebrovascular, doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, insuficiência renal crônica e doença vascular de extremidades, a hipertensão arterial determina elevados custos médicos e socioeconômicos caracterizando um importante problema de saúde pública. Explica 40% das mortes por acidente vascular cerebral e 25% daquelas por doença coronariana. Apresenta alta prevalência e baixas taxas de controle, com estudos apontando prevalência, no Brasil, de mais de 30%, tendo na população com idade acima dos 70 anos, valores acima dos 75% (Duncan et al, 2006; VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão, 2010). Fator complicador da HAS é sua característica assintomática até fases tardias de evolução. Na grande maioria dos casos (95%) ela é classificada como hipertensão primária (essencial). Na hipertensão primária, cuja causa não é completamente esclarecida, acredita-se que ocorra uma interação entre fatores genéticos e ambientais que afetam o débito cardíaco, resistência periférica, ou ambos. São considerados fatores de risco ou causas para elevação da pressão arterial fatores constitucionais (idade, sexo, raça, obesidade); fatores ambientais (ingestão de sal, cálcio e potássio, álcool, gorduras e tabagismo); fatores ambientais ligados ao trabalho (estresse, agentes físicos e químicos) e fatores ligados ao grupo social ao qual o indivíduo pertence, os quais podem determinam modificações no estilo de vida e no perfil de morbimortalidade de determinados grupos populacionais, tornando-os mais expostos e assim mais susceptíveis às doenças crônicas como a Hipertensão Arterial e o Diabetes Mellitus.

Projetos de extensão como o projeto 'Combate e Prevenção à Hipertensão Arterial na População da Grande Dourados' constituem espaços onde o aluno pode atuar junto a comunidade como agente de promoção de saúde e transformação social, ampliando o objetivo

da prática médica, reconhecendo as pessoas como atores do processo saúde-doença, o qual envolve aspectos psicossociais, culturais e ambientais, e não apenas biológicos. A diversidade de atividades desenvolvidas pelos estudantes confirma que o processo educacional, envolve experiências que ultrapassam os limites da sala de aula e das exigências das atividades curriculares obrigatórias e que, ambas, em interação, contribuem com mudanças significativas para a aprendizagem e o desenvolvimento dos estudantes.

Ademais, a extensão universitária, proporciona, além do desenvolvimento do senso crítico e raciocínio científico, uma prática mais ampla do exercício da cidadania, com o olhar voltado para as necessidades sociais e a integralidade da assistência à saúde. (Salgado Filho, 2007; Azevedo, 2006; Mafra, 2006; Fior, 2003) O projeto 'Combate e Prevenção à Hipertensão Arterial na Comunidade da Grande Dourados' reconhece a Hipertensão Arterial como um importante agravo à Saúde Pública e consequentemente prima insistentemente pelo seu combate e prevenção.

MATERIAL E MÉTODOS

Quanto a EXTENSÃO:

Combate a Hipertensão Arterial - atividade semanal em grupos de acadêmicos (ambulatórios do HU), com duração média de 3 horas e com aproveitamento mínimo de 100% de cada membro da Liga:

1). Os indivíduos considerados hipertensos que buscarem atendimento no HU (independente da especialidade que procurou inicialmente) serão encaminhados ao ambulatório da Liga de Hipertensão Arterial de Dourados, que apoia o projeto.

2). Atendimentos ambulatoriais de pacientes hipertensos que procuraram o Hospital Universitário de Dourados. Uma pré-consulta será realizada pelos acadêmicos membros da liga e uma consulta propriamente dita juntamente com o professor orientador (José Raul Espinosa – médico cardiologista).

Combate a Hipertensão Arterial - atividade semanal em grupos de acadêmicos junto à comunidade indígena de Dourados (ambulatórios do Hospital da Missão Caiuás), com duração média de 3 horas e com aproveitamento mínimo de 100%:

1). Os indivíduos considerados hipertensos que buscarem atendimento no Hospital da Missão Caiuás serão encaminhados ao ambulatório da LHAD.

2). Atendimentos ambulatoriais de pacientes hipertensos que procuraram o Hospital da Missão Caiuás. Uma pré-consulta será realizada pelos acadêmicos membros da liga e uma consulta propriamente dita juntamente com o professor orientador (José Raul Espinosa – médico cardiologista).

Campanhas de prevenção e conscientização – atividade junto à comunidade de Dourados e região:

1). Campanha de prevenção e conscientização a cerca do tema Hipertensão Arterial nas escolas municipais e praças de Dourados. Com aferição de pressão arterial e antropometria dos indivíduos voluntários. Os indivíduos considerados hipertensos ou sob risco de desenvolver hipertensão serão encaminhados aos ambulatórios do HU.

No que diz respeito à prevenção e ao combate a Hipertensão Arterial, a temos como objetivos:

Extensão:

1). Proporcionar atendimento ambulatorial especializado a hipertensos da região da Grande Dourados (ambulatórios do HU, local onde não há atendimento específico aos pacientes hipertensos).

2). Proporcionar atendimento ambulatorial especializado a hipertensos da comunidade indígena de Dourados (ambulatórios do Hospital da Missão Caiuás, local onde não há atendimento específico aos pacientes hipertensos).

3). Promover programas de conscientização e prevenção a hipertensão na comunidade de Dourados (praças e parques municipais, escolas municipais e unidades básicas de saúde).

4). Participar das campanhas de prevenção a hipertensão (Ex. Dia Nacional de Combate a Hipertensão, Semana Mundial do Meio Ambiente, etc).

5). Realizar a Campanha: "Não Deixe Sua Pressão Subir e Viva Com Saúde!", no dia 26/04 (Dia Nacional de Combate a Hipertensão Arterial).

6). Distribuir panfletos educativos na comunidade de Dourados e região.

7). Buscar o aprimoramento e uma melhor integração multiprofissional do atendimento a hipertensos que demandam aos serviços de saúde de Dourados.

8). Apoiar programas de conscientização e prevenção a Hipertensão na comunidade de Dourados (escolas municipais e unidades básicas de saúde).

9). Promover simpósios, jornadas, conferências e demais atividades que visem melhor entendimento dos temas relacionados à Hipertensão Arterial.

10). Desenvolver material didático educativo sobre o tema hipertensão arterial com objetivo

de distribuí-los nas Unidades Básicas de Saúde da cidade de Dourados.
11). Desenvolver e executar método de avaliação dos trabalhos de extensão realizados junto à comunidade.
12). Apresentar os resultados obtidos junto à comunidade em Seminários de Extensão promovidos pela UFGD.

Pesquisa:
1). Proporcionar atualização de conhecimentos de seus membros de seus colaboradores a cerca da hipertensão arterial (prevenção, diagnóstico, tratamento).
2). Proporcionar treinamento ambulatorial de seus membros aperfeiçoando o aprendizado e prática clínica frente o tema hipertensão arterial.
3). Promover simpósios, jornadas, conferências e demais atividades que visem melhor entendimento dos temas relacionados à hipertensão arterial.
4). Promover incentivo a pesquisa nas áreas que envolvem o tema "Hipertensão Arterial" na região de Dourados e região.
5). Desenvolver material didático educativo sobre o tema hipertensão arterial com objetivo de distribuí-los nas Unidades Básicas de Saúde da cidade de Dourados.
6). Apresentar os resultados parciais e/ou finais do projeto 'Combate à Hipertensão Arterial na Comunidade de Dourados' em seminários de Extensão da UFGD.

DESENVOLVIMENTO

O projeto 'Combate à Hipertensão Arterial na Comunidade de Dourados' surgiu a partir da Liga de Hipertensão Arterial de Dourados, uma organização formada por acadêmicos e professores, com objetivo de trazer esclarecimento e apoio à sociedade quanto ao assunto Hipertensão Arterial. Sabe-se que as Ligas Acadêmicas possuem um papel interessante na formação médica. Foram idealizadas no período durante a ditadura militar e foram fortalecidas com a criação da constituição de 1988, a qual firmou o princípio da indissociabilidade entre ensino pesquisa e extensão (Torres, 2008). As ligas acadêmicas podem ser definidas como locais onde o aluno pode atuar junto a comunidade como agente de promoção de saúde e transformação social, reconhecendo as pessoas como atores no processo saúde-doença e observando seu caráter biopsicossocial.

Portanto, o projeto 'Combate à Hipertensão Arterial na Comunidade de Dourados', originado da Liga de Hipertensão Arterial de Dourados, permite uma ação mais ampla de

cidadania, e permite que os aspectos de ensino e pesquisa, realizados na universidade, alcancem a comunidade mais rapidamente e de modo mais prático (Salgado Filho, 2007; Azevedo, Dini, 2006; Mafra, 2006). O Projeto 'Combate à Hipertensão Arterial na Comunidade de Dourados' reconhece a Hipertensão Arterial como um importante agravo à Saúde Pública e consequentemente prima insistentemente pelo seu combate. Caracterização do problema: A hipertensão arterial sistemica (HAS) apresenta alta prevalência e baixas taxas de controle, com estudos apontando prevalência, no Brasil, de mais de 30%, tendo na população com idade acima dos 70 anos, valores acima dos 75% (VI Diretrizes Brasileiras de hipertensão, 2010). De toda população hipertensa, somente cerca de 50% conhece ser portadora da doença, com taxas de controle, entre esses pacientes, de aproximadamente 20%. Entre os fatores de risco para mortalidade, hipertensão arterial explica 40% das mortes por acidente vascular cerebral e 25% daquelas por doença coronariana. A mortalidade por doença cardiovascular aumenta progressivamente com a elevação da pressão arterial, a partir de 115/75 mmHg. A hipertensão arterial ou pressão alta, quando não é tratada, é o principal fator de risco para derrames, doenças do coração, paralisação dos rins, lesões nas artérias, podendo também causar alterações na visão.

Considerando esse importante problema de saúde pública, o projeto 'Combate à Hipertensão Arterial na Comunidade de Dourados' compreende um conjunto de ações que visa principalmente à promoção de saúde e a prevenção dos agravos da hipertensão. Busca disseminar informações educativas (conhecimento acadêmico) a respeitos dos variados fatores de riscos relativos à Hipertensão, tais como: a) a importância de sua prevenção; b) a necessidade de mudanças no Estilo de Vida; c) a extrema importância do tratamento e as consequências da sua não adesão. Em longo prazo, o objetivo é reduzir o número de internações, a procura por pronto-atendimento, os gastos com tratamentos de complicações, aposentadorias precoces e mortalidade cardiovascular, com a consequente melhoria da qualidade de vida dos portadores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Algumas considerações importantes:

1. Hipertensão é o fator de risco mais prevalente para doença renal e cardiovascular, contribuindo aproximadamente com 25% das cardiopatias isquêmicas e 40% doa acidentes vasculares cerebrais. 2. No Framingham Heart Study, o tratamento da hipertensão arterial durante 20 anos em adultos de meia-idade reduziu a mortalidade cardiovascular total em 60% (reforçando a necessidade da ação continuada para aquisição de resultados satisfatórios) 3.Prevenção e protocolos de tratamento para médicos e pacientes estão disponíveis. No entanto, a adesão do tratamento pelos pacientes é baixa, resultando em baixas taxas de controle de pressão arterial (aproximadamente 20%) 4. A cidade de Dourados é carente de programas contínuos de educação a cerca do tema Hipertensão Arterial 5. O Hospital Universitário e Hospital indígena não possuem ambulatórios especializados em Hipertensão Arterial 6. Não existem programas de educação sobre a Hipertensão nas escolas para crianças e adolescentes 7. Em parceria com as Unidades Básicas de Saúde e com o SESC, as ações da LHAD alcançam grande número de indivíduos, os quais representam fielmente o público alvo da referida ação.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, R.P.; DINI, P.S. Guia para construção de Ligas Acadêmicas. Ribeirão Preto: Assessoria Científica da Direção Executiva Nacional dos Estudantes de Medicina, 2006.

BLOCH, Katia Vergetti; RODRIGUES, Claudia Soares; FISZMAN, Roberto. The epidemiology of arterial hypertension risk factors – a critical review of the Brazilian literature. Rev Bras Hipertens vol.13(2): 134-143, 2006.

CAPOVILLA, S.L.; SANTOS, A.A.A. Avaliação da influência de atividades extramuros no desenvolvimento pessoal de universitários. Psico U.S.F., v.6, n.2, p.49-57, 2001.

CECIL, Lee; AUSIELLO, Denis. CECIL, MEDICINA. 23ª edição. Rio de Janeiro: Artmed, 2010, 506-507p.

DUNCAN, Bruce B. et al. MEDICINA AMBULATORIAL: CONDUTAS DE ATENÇÃO PRIMÁRIA BASEADAS EM EVIDÊNCIA. 3ª edição. São Paulo: Artmed, 2006, 641-642 p.

FERNANDES, C.M.B. Docência universitária e os desafios da formação pedagógica. Interface –Comunic. Saúde, Educ., v.9, n.2, p.177-82, 2001.

FIOR, C.A. Contribuições das atividades não obrigatórias na formação universitária. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas. 2003.

JNC 7. The Seventh of the Joint National Committe on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of Hight Blood Pressure. JAMA, v. 289, p. 2560-2572, 2003.

KUMAR, Vinay; ABBAS, Abul K.; FAUSTO, Nelson. PATOLOGIA - BASES PATOLÓGICAS DAS DOENÇAS. 7ª ediçlão. Rio de Janeiro: Elsevier, 2005, 552-555p.

MENDONÇA, S. G. L.; SILVA, P. S. Extensão Universitária: Uma nova relação com a administração pública. Extensão Universitária: ação comunitária em universidades brasileiras. São Paulo, v. 3, p. 29-44, 2002.

Site da sociedade brasileira de hipertensão. O trabalho das ligas. Disponível em: http://www.sbh.org.br/geral/ligas-de-hipertensao.asp#. Acesso em: 13 mar, 2011.

SOUSA, Ana Luiza Lima. A história da extensão universitária. 1. ed. Campinas: Ed. Alínea, 2000. 138 p.

VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. São Paulo: Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2010.