



EDUCAÇÃO E DISCIPLINA DE PACIENTES DE HIPERDIA

NOME COMPLETO DOS AUTORES, CENTRALIZADO, SEPARADOS POR PONTO E VÍRGULA “;” EM LETRAS MAIÚSCULAS ISABELA CÁSSIA REIS RODRIGUES; JÉSSICA LUANA CARVALHO PAIVA; LUIZA IRENE BERNARDES SILVA; MARIA CLARA ROCHA DO CARMO E MELLO ALVES; YDRENO LORENO RESENDE GUALBERTO

RESUMO

Este relato de experiência aborda a importância do programa de hipertensão arterial e diabetes (HIPERDIA) no que diz respeito à relação entre equipe multidisciplinar e paciente e a conscientização para o autocuidado de clientes abordados pelo dito programa em uma Unidade Básica de Saúde, destacando que a hipertensão e diabetes são condições com impacto significativo na saúde pública. Atualmente o Brasil atingiu sua maior taxa de mortalidade em decorrência da hipertensão, além de ser o 5º maior país com incidência de diabetes do mundo, contando com cerca de 18,6 milhões de doentes adultos. Neste viés, podemos ressaltar a relação entre hipertensão e diabetes com outras condições como doenças cardiovasculares, cerebrovasculares e renais. A escolha dos temas abordados se deu devido à relevância desses assuntos para o público Hiperdia, após primeira visita in loco, o que enfatizou a necessidade de intervenções eficazes para prevenção e controle das enfermidades. Visto isso, para elaboração do projeto foi utilizado de embasamentos teóricos e práticos acerca do assunto para delineamento de abordagem emotiva, folders informativos, tabelas de avaliação e controle de pressão e glicemia. Abordando uma intervenção realizada com um grupo de Hiperdia com foco na educação em saúde, abordando temas relevantes como autoestima, alimentação saudável, controle efetivo de medicamentos e autocuidado. Esta abordagem evidencia a relação profissional paciente, cuidado humanizado referente às necessidades físicas, sociais ou mentais de forma única, quanto à importância dessas condutas para o controle epidemiológico dessas doenças na comunidade, estabelecendo auxílio para disseminação de informações para população desassistida criando assim uma educação continuada e coletiva.

Palavras-chave: hipertensão arterial; diabetes mellitus; autocuidado, atenção primaria; saúde mental.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com FEITOSA; PIMENTEL (2016) o programa de hipertensão arterial e diabetes (HIPERDIA) é caracterizado como um sistema de condutas que integram as ações prestadas em Unidades de Saúde, cujo objetivo é promover assistências que atendam às necessidades desse público por meio de intervenções que visam o cuidado amplo desses pacientes.

Segundo MONTEIRO, *et al.*, (2020) a hipertensão arterial é um problema de saúde pública que está relacionada com o grupo de maior taxa de mortalidade do Brasil, logo, a adesão ao tratamento é de extrema importância. Vale ressaltar que atualmente segundo Brasil (2023) é o 5º maior país com incidência de diabetes do mundo contando com cerca de 18,6

milhões de doentes adultos.

Em resumo a hipertensão e o diabetes são duas condições médicas consideradas como mais desafiadoras em todo mundo. De acordo com a Linha Guia de Hipertensão Arterial (2018) a hipertensão trata-se de um dos mais importantes fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, cerebrovasculares e renais, sendo responsável por pelo menos 40% das mortes por acidente vascular cerebral, por 25% das mortes por doença arterial coronariana e, em combinação com o Diabetes, 50% dos casos de insuficiência renal terminal.

Segundo LACERDA. A (2002) o apoio social é uma das estratégias da população para enfrentar a complexidade dos problemas de saúde-doença, principalmente diante dos limites e particularidades de cada um, visto isso os grupos de hiperdia desempenham um papel crucial na vida da população sensibilizada por essas doenças crônicas uma vez que os indivíduos estarão em um grupo com vivências parecidas em busca de apoio e informações para melhor qualidade de vida.

Neste trabalho, buscamos relatar a intervenção no grupo de Hiperdia, e descrever a complexa relação entre a hipertensão e diabetes, com enfoque na educação em saúde, por meio de explanação em grupo, trabalhando a autoestima, alimentação saudável.

2 RELATO DE CASO/EXPERIÊNCIA

O presente resumo refere-se ao estudo descritivo de abordagem qualitativa do tipo de relato de experiência da disciplina de Projeto de Extensão descrevendo abordagens realizadas para realização de intervenção nos cidadãos de uma Estratégia Saúde da Família (ESF) de Santa Cruz de Minas. O projeto, com início a agosto de 2023 e fim em novembro 2023, foi previamente estabelecido na turma de Enfermagem do 4º Período do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves (UNIPTAN). A elaboração das intervenções propostas neste projeto se iniciou com encontros em aulas teóricas para fornecer fundamentação conceitual e práticas, sobre hipertensão e diabetes. Utilizando de discussões e palestras acerca de hábitos saudáveis e o papel dos profissionais de saúde, em especial o profissional de Enfermagem, no auxílio aos pacientes com ditas enfermidades. A escolha dos respectivos temas se deu devido à relevância desses assuntos para o público Hiperdia, após primeira visita in loco, na oportunidade estabeleceu-se questões epidemiológicas, bem como ambientação da unidade. Posteriormente foi preparado um referencial teórico com base em quatro artigos científicos que abordam sobre os demais temas em questão, ambos encontrados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) a partir dos descritores Educação em saúde and diabetes mellitos and hipertensão arterial, tais artigos foram selecionados pela leitura de resumo e títulos. Para que o encontro fosse efetivo, foram elaborados convites que obtinham o local, tema, horário e data destinada à população. Quanto aos materiais preparados designadamente para o encontro, foram preparados folders contendo os conteúdos de saúde mental e alimentação, conversa sobre uso efetivo de medicamentos, slide, tabelas de controle de PA e glicemia, para que fossem entregues as pessoas; folhas de feedback para avaliação geral do encontro e flores artificiais feitas de papel e canudo para a realização da dinâmica de autoestima.

Em relação ao tema de saúde mental, foi entregue os folders que continham o assunto como também foi preparada uma dinâmica que busca desenvolver a autoestima dos pacientes. A interação consistia em passar uma rosa, confeccionada artesanalmente, para a pessoa que estava ao seu lado e dizer suas qualidades. Nesta dinâmica o resultado foi favorável, pois houve interesse por parte dos pacientes, onde foi visível a comoção e a interação entre os mesmos. Além disso, eles relataram que a autoestima mudou tudo em sua vida pessoal, e que ela os ajudou em diversos fatores, como reduzir o estresse e a tristeza. Sobre o tema alimentação, foi entregue o folder que abordava os principais alimentos que devem ser

aderidos pelo grupo Hiperdia, como também foi discutido por todos as possíveis substituições para alimentos rotineiros. Foi possível notar dificuldade por parte dos pacientes em estabelecer uma rotina de alimentação saudável, por conta da preferência de certos alimentos que não são benéficos, mas satisfatórios, como também desconhecem possíveis alternativas que poderiam beneficiar o bem-estar físico destes. Assim foram sugeridas permutações por alimentos naturais, saudáveis ou caseiros. Acerca do uso efetivo de medicamentos utilizamos como abordagem o autoquestionamento sobre a pontualidade ao medicar-se diariamente, onde foi notório surpresa por parte dos pacientes ao notar que tomavam medicamento de forma incorreta ou contraindicada. Por mais que seja efetivo o controle que o paciente apresenta diante a administração de medicamentos, a caixa de controle o auxiliaria a ter controle da hora, dia e medicamento ingerido. Em complemento, foi distribuído tabelas de controle de PA e glicemia para influenciar essas pessoas a manterem o controle efetivo de seus dados. Com intuito de incentivar o preenchimento da mesma realizamos testes de glicemia capilar e aferição de PA. Ao fim do encontro, foi distribuído pela equipe folhas de feedback para que os presentes pudessem avaliar o encontro propriamente dito.

3 DISCUSSÃO

Com a realização do método descrito foi possível determinar as necessidades e particularidades apresentadas por cada paciente. De acordo com OLIVEIRA; SALES (2005), a hipertensão e diabetes são condições que podem se relacionar ao quadro mental desses pacientes, evidenciado por complicações no estilo de vida, que podem ser caracterizados por sintomas bem comuns entre a condição desse público como, por exemplo, a obesidade, ansiedade e depressão. De acordo com BRASIL (2022), a ansiedade é uma reação exercida pelo corpo diante a situações de perigo ou estresse, no entanto, sua prevalência de forma exacerbada se transforma em um transtorno e que, infelizmente, grandes partes da população brasileira contem tal condição.

Em relação ao grupo Hiperdia, o transtorno de ansiedade pode desencadear inúmeras complicações para o corpo, até mesmo à compulsão alimentar, que é um evento situado em um momento de estresse que a pessoa se encontra e que ocorre a alimentação exagerada e não saudável, causando alterações no estado emocional e física no paciente, evidenciado pela baixa autoestima, depressão, desenvolvimento da Diabetes Mellitus e Hipertensão Arterial, descreve ARETHUZA, et. al (2011) corrobora SANTOS, (2022).

Nesta abordagem foi possível comprovar os dados anteriormente listados através das ressaltas feitas pelos pacientes a importância da saúde mental e autoestima para o bem-estar físico e psicossocial, para que em conjunto esses âmbitos desencadeiam uma celeridade na melhora da enfermidade apresentada. Após análise do questionário preenchido pela comunidade foi possível chegar ao resultado apresentado no gráfico 1 e gráfico 2. O que nos permitiu delimitar de forma específica quais temas levantar para discussão nesta dita comunidade.

O grupo Hiperdia se desenvolve no intuito de fazer o controle epidemiológico das doenças em questão dentro de uma comunidade, isso por meio da conscientização e educação contínua com os hipertensos e diabéticos cadastrados nas Unidades de Saúde da Família. A relevância desse grupo está relacionada à troca de experiências entre os participantes como também a capacidade de rompimento de paradigmas que de certa forma impedem a melhora do quadro clínico do paciente, além de deslindar quaisquer problemas relacionados às necessidades destes (GOMES, SILVA, SANTOS 2010).

Ao utilizar o enfoque descrito foi possível alcançar os objetivos propostos, inclusive à solicitação da comunidade para a concretização do grupo HIPERDIA de forma periódica. Assim como uma melhor comunicação entre equipe e paciente, além de maior procura à unidade básica

4 CONCLUSÃO

Entende-se que a realização desse encontro foi de grande aprendizado tanto para a equipe de acadêmicos que executaram tal projeto, como também aos destinatários. Apesar, de muitas mudanças ao longo do projeto, é gratificante de que a disciplina foi concluída com sucesso. Sob o ponto de vista geral, a intervenção realizada no grupo de Hipertensão, mostra a importância da relação profissional-paciente, pois, por conta de ações como essa, é possível proporcionar à população um cuidado humanizado capaz de atender possíveis necessidades que cada paciente apresenta.

REFERÊNCIAS

SASSI, A ; MARCON, S. S. et al .Depressão em idosos inscritos no Programa de Controle de hipertensão arterial e diabetes mellitus Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/vnQtn7dfmFJMmXyfqgmpTSn/?lang=pt&format=pdf> acesso em 13 out. 23.

RODRIGUES, D. O. A; CHAPADEIRO, C. S et al. Ansiedade e Depressão em Clientes com Hipertensão e Diabetes Atendidos por uma Equipe de saúde da Família Saúde Coletiva. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/842/84220795004.pdf> acesso em 13 out. 2023.

MELOI, S:S; ODORIZZI, C. M.C.; Diagnóstico sugestivo de transtorno da compulsão alimentar periódica em portadores de diabetes mellitus tipo 2 e seu efeito sobre o controle metabólico.

MONTEIRO. A; et al(2020) 26/6 – Dia Nacional do Diabetes BVS Disponível em : <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/7162/6247> .
<https://bvsmms.saude.gov.br/26-6-dia-nacional-do-diabetes-4/#:~:text=O%20Brasil%20%C3%A9%20o%205%C2%BA,chege%20a%2021%2C5%20milh%C3%B5es.> Acesso em 30 out. 2023

ALVES, B. / O. / O.-M. 26/6 – Dia Nacional do Diabetes | Biblioteca Virtual em Saúde MS. Disponível em: <<https://bvsmms.saude.gov.br/26-6-dia-nacional-do-diabetes-4/#:~:text=O%20Brasil%20%C3%A9%20o%205%C2%BA>>.

FEITOSA, I. DE O.; PIMENTEL, A. HIPERDIA: práticas de cuidado em uma unidade de saúde de Belém, Pará. **Revista do NUFEN**, v. 8, n. 1, p. 13–30, 2016.

LACERDA, A. Apoio social e a concepção do sujeito na sua integração entre corpo-mente: uma articulação de conceitos no campo da saúde pública. **www.arca.fiocruz.br**, 2002.

MONTEIRO, A. A. F. et al. Estudo sobre a adesão ao tratamento de hipertensão arterial sistêmica na UBSF de Três Poços / Study on adherence to the treatment of systemic arterial hypertension at the UBSF of Três Poços. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 1, p. 1289–1305, 27 fev. 2020.

RODRIGUES, A. et al . **Saúde Coletiva**. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/842/84220795004.pdf>>. Acesso em: out. 2023.

SASS, A. et al. Depressão em idosos inscritos no Programa de Controle de hipertensão

arterial e diabetes mellitus. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 25, n. 1, p. 80–85, 2012.

.