



PREVENÇÃO E SAÚDE: RELATO SOBRE MONITORAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL DA PESSOA IDOSA DE UM PROJETO DE EXTENSÃO

Eixo 2: O cuidado nos diversos contextos da atuação dos profissionais de saúde.

Irene Brito Lima¹ - Universidade do Estado da Bahia
Aline Cristiane de Sousa Azevedo Aguiar²- Universidade do Estado da Bahia
Maria Karoline de Jesus Souza³ - Universidade do Estado da Bahia
Flávia Carvalho Aranha⁴- Universidade do Estado da Bahia
Vitor Caetano Soares⁵ - Universidade do Estado da Bahia

Resumo:

INTRODUÇÃO: A população idosa no Brasil está crescendo rapidamente, representando um aumento significativo na proporção de pessoas com 60 anos ou mais. Entre as principais causas de mortalidade nessa faixa etária estão as doenças cardiovasculares e outras DCNT. **OBJETIVO:** Descrever atividades desenvolvidas com pessoas idosas para monitoramento e controle de Hipertensão Arterial. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** O monitoramento regular da pressão arterial revelou-se eficaz no controle da hipertensão, promovendo maior autonomia e compreensão sobre o estado de saúde dos participantes. A prática semanal de aferição de PA, combinada com a educação em saúde, desenvolvida por estudantes de um projeto de extensão universitária, ajudou os idosos a manterem seus níveis pressóricos controlados e a melhorarem a adesão ao tratamento medicamentoso e não medicamentoso. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A combinação de monitoramento técnico e educação em saúde impactam positivamente na qualidade de vida dos idosos. Destaca-se a importância da extensão universitária para a promoção da saúde e bem-estar da pessoa idosa, bem como a importância de expandir projetos semelhantes voltados para a pessoa idosa.

Palavras-chave: Enfermagem. Pessoa idosa. Pressão Arterial



INTRODUÇÃO

O número de pessoas idosas é o que mais cresce no Brasil. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2022, a população de idosos com 60 anos ou mais chegou a 15,6%. Esse número representa um aumento de 56% em relação a 2010, quando o percentual era de 10,8% (IBGE, 2022). As Doenças Crônicas Não Transmissíveis estão entre as principais causas de morte entre os idosos, sendo as doenças cardiovasculares a primeira do ranking. (OMS, 2020).

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível (DCNT) definida por níveis pressóricos elevados. Trata-se de uma condição multifatorial que depende de vários fatores como: genéticos, ambientais e sociais. A HAS é caracterizada por elevação persistente da pressão arterial (PA), ou seja, PA sistólica (PAS) maior ou igual a 140 mmHg e/ou PA diastólica (PAD) maior ou igual a 90 mmHg (Barroso et al.2020).

Dado o aumento significativo da hipertensão arterial entre os idosos torna-se essencial implementar estratégias eficazes de prevenção e controle dessa condição. Para enfrentar esse desafio é crucial desenvolver políticas de saúde pública que promovam a conscientização sobre a hipertensão e incentivem hábitos saudáveis. Além disso, a educação em saúde deve ser ampliada, visando a detecção precoce e o tratamento eficaz da hipertensão, o que contribuirá para melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas e reduzir os impactos das DCNT.

OBJETIVO:

Descrever atividades desenvolvidas com pessoas idosas para monitoramento e controle de Hipertensão Arterial

METODOLOGIA:

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, baseado na vivência de acadêmicos de Enfermagem da Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Campus XII, obtida por meio do procedimento de Aferição da Pressão Arterial, em 20 pessoas idosas, cadastradas no Projeto de extensão “Projeto de Valorização da Pessoa Idosa- PROVAPI”, da Universidade Aberta à Terceira Idade. As ações foram desenvolvidas entre o período de maio de 2022 a junho de 2024, na sala do Grupo de Pesquisa Interdisciplinar em Saúde Coletiva



(GPISC). A equipe executora do projeto é formada pela professora coordenadora e cinco monitoras do curso de enfermagem, que realizam intervenções semanais.

Para a realização dessa atividade, inicialmente, os monitores foram capacitados através de sessões científicas sobre a temática, bem como os parâmetros pressóricos ideais de acordo a sociedade Brasileira de Cardiologia, 2020. Em seguida foram treinados sobre a técnica adequada do procedimento de aferição. Para a obtenção dos valores de níveis pressóricos da PA, utilizou-se equipamentos como estetoscópio e esfigmomanômetro manuais e automáticos.

Posteriormente a capacitação dos monitores foi realizada uma atividade acerca da HAS com as pessoas idosas do projeto. Nesse encontro foi explicado de modo claro e sucinto a fisiopatologia da doença, fatores de risco, sinais, sintomas, prevenção, tratamento, complicações, bem como retirada de dúvidas sobre o assunto. Após isso, iniciou-se uma dinâmica em que foi proposta a construção de um cartaz sobre hábitos alimentares saudáveis para pessoas idosas que convivem com HAS, discriminando os alimentos “permitidos e proibidos”. Eles tiveram um período de 1 hora para a construção do cartaz e explicação da escolha dos alimentos

Os dados coletados das aferições foram registrados em uma “Ficha de Controle individual dos participantes” e no “Cartão do Idoso PROVAPI”, ambos os impressos criados pela equipe do projeto a fim de monitorar de forma contínua e individualizada os parâmetros de PA de cada participante, de modo que tanto os participantes como os membros do projeto tivessem acesso aos registros. Cada pessoa idosa é orientada conforme as suas particularidades.

RESULTADOS/DISCUSSÃO

O monitoramento continuado da pressão arterial em idosos é uma prática altamente recomendada pois, os idosos adquirem maior autonomia sobre sua saúde, permitindo um acompanhamento mais preciso da evolução da pressão arterial e uma identificação precoce de possíveis descompensações. Essa prática, além de auxiliar no ajuste da medicação, promove a adesão ao tratamento e contribui para uma melhor qualidade de vida, (LIMA *et al.*, 2020). Comunicação clara, evitando termos técnicos e enfatizando a importância de mudanças no



estilo de vida, é fundamental para garantir a adesão ao tratamento e a promoção da autonomia dos pacientes, (SANTANA *et al.*, 2019)

Mediante alguns aspectos sobre os benefícios do monitoramento da pressão arterial em idosos e educação em saúde, estabeleceu-se a necessidade de divulgação dos resultados obtidos durante a assistência prestada pelos monitores.

O monitoramento semanal apresentou bons resultados com as pessoas idosas do projeto, visto que após a verificação dos níveis pressóricos regularmente, a maioria dos idosos conseguiram manter os seus níveis de pressão controlados, isso tanto devido a educação em saúde realizada pelos monitores do projeto, tendo em vista que é um dos pilares do tratamento, como a frequente monitorização. Vale salientar que a adesão das pessoas a essa atividade foi significativa, não observando nenhum tipo de resistência, na verdade a procura tem sido uma realidade constante.

Conforme Malta et al. (2018), o envelhecimento está associado a um aumento natural dos níveis pressóricos e ao permitir que os idosos conheçam seus próprios valores, a monitorização contribui para um tratamento mais eficaz e para uma maior adesão ao tratamento. Essa prática demonstra-se eficaz, uma vez que os participantes do projeto expressam frequentemente sua satisfação com o acompanhamento, bem como com o controle da pressão.

O projeto demonstra a importância da extensão universitária como ferramenta para promover a saúde e o bem-estar da população idosa. Ao oferecer educação e saúde e um serviço de monitoramento da pressão arterial gratuito e de qualidade, observa-se a melhoria da qualidade de vida dos participantes, as mudanças de hábitos de vida e quiçá a redução dos impactos da hipertensão arterial na comunidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação de monitoramento da pressão arterial em idosos, desenvolvido pelo PROVAPI na UNEB, Campus XII, em Guanambi, Bahia, destacou-se como uma importante intervenção para a promoção da saúde e bem-estar da população idosa. A prática regular de aferição da pressão arterial, semanalmente realizada, não só ajudou os idosos a manterem seus níveis



pressóricos sob controle, mas também promove maior autonomia e entendimento sobre sua condição de saúde. A combinação de monitoramento técnico com educação em saúde foi fundamental para fortalecer a adesão ao tratamento e empoderar os participantes.

Em suma, o PROVAPI reafirma a importância de ações contínuas e integradas para a promoção da saúde pública, mostrando como a extensão universitária pode impactar diretamente a qualidade de vida da comunidade. A iniciativa serve como modelo de intervenção preventiva eficaz, destacando a necessidade de expandir e fortalecer programas semelhantes para garantir que mais idosos possam se beneficiar de cuidados preventivos e alcançar uma longevidade saudável.

REFERÊNCIAS:

BARROSO, Weimar Kunz Sebba et al. Diretrizes brasileiras de hipertensão arterial—2020. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 116, p. 516-658, 2021.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)2022. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>, 2024.

LIMA, A. B., Silva, M. C., & Santos, J. A. (2020). Automonitoramento da pressão arterial em idosos: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 73(4), e20190169.

MALTA, D. C. et al. Prevalência da hipertensão arterial segundo diferentes critérios diagnósticos, Pesquisa Nacional de Saúde. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 21, n. suppl 1, 2018.

SANTANA, B. DE S. et al. Arterial hypertension in the elderly accompanied in primary care: profile and associated factors. **Escola Anna Nery**, v. 23, n. 2, 2019.

XXI SEMANA ACADÊMICA

25 a 27
setembro
2024



POR UMA
UNIVERSIDADE
PÚBLICA,
DIVERSA E
INCLUSIVA

DEDC-CAMPUS XII
Departamento de
Educação



UNEB
UNIVERSIDADE DO
ESTADO DA BAHIA

NUPE
Núcleo de Pesquisa
& Estudos

Organização Pan-Americana da Saúde. OMS revela principais causas de morte e incapacidade em todo o mundo entre 2000 e 2019 - OPAS/OMS. Disponível: <https://www.paho.org/pt/noticias/9-12-2020-oms-revela-principais-causas-morte-e-incapacidade-em-todo-mundo-entre-2000-e-2019>.