

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ATENÇÃO À PESSOA COM HIPERTENSÃO
ARTERIAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

MARIA DAS GRAÇAS FERNANDES SILVA

Resumo

Introdução: a hipertensão arterial é um grave problema de saúde pública que afeta uma parcela significativa da população. O controle requer tratamento farmacológico e/ou não farmacológico. **Objetivo:** identificar a importância da educação em saúde como estratégia para atenção de pessoas com hipertensão arterial. **Método:** tratou-se de uma revisão integrativa, cujas bases de dados selecionadas foram: LILACS, PUBMED/MEDLINE; com os seguintes descritores: hipertensão arterial sistêmica, e educação em saúde, enfermagem. A seleção dos artigos ocorreu de dezembro de 2018 a janeiro de 2019. Foram selecionados cinco artigos, desses quatro estavam em português, e um em inglês. **Resultados:** Quanto aos achados, todos identificaram a importância da educação em saúde como estratégia para intensificar a adesão ao tratamento. **Conclusão:** constatou-se que a educação em saúde funcionou como instrumento importante no processo de adesão ao tratamento da hipertensão arterial; e ressalta-se a relevância da atuação da equipe de saúde no controle da doença, principalmente quando relacionada à educação em saúde, ao encorajamento e ao monitoramento do indivíduo a fim de melhorar seu estado geral de saúde.

Descritores: hipertensão arterial sistêmica, educação em saúde, enfermagem.

Abstract

Introduction: systemic arterial hypertension is a serious public health problem that affects a significant portion of the population. The control requires pharmacological and / or non-pharmacological treatment. **Objective:** to identify the importance of health education as a strategy for the attention of people with hypertension. **Method:** it was an integrative review, whose databases were selected: LILACS, PUBMED / MEDLINE; with the following descriptors: systemic arterial hypertension, and health education, nursing. The selection of articles was from December 2018 to January 2019. Five articles were selected, of which four were in Portuguese and one in English. **Results:** Regarding the findings, all identified the importance of health education as a strategy to increase adherence to treatment. **Conclusion:** it was verified that health education functioned as an important instrument in the process of adherence to the treatment of hypertension; and emphasizes the relevance of the health team's actions in controlling the disease, especially when it relates to health education, to the encouragement and monitoring of the individual in order to improve their general health status.

Descriptors: systemic arterial hypertension, treatment, health education, nursing.

LISTA DE SIGLAS

HAS – Hipertensão Arterial Sistêmica

HA – Hipertensão Arterial

AVE – Acidente Vascular Encefálico

APS – Atenção Primária à Saúde

IAM – Infarto Agudo do Miocárdio

DM – Diabetes Melito

MEV – Mudança no Estilo de Vida

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	05
METODOLOGIA	07
RESULTADOS	09
DISCUSSÃO	11
CONCLUSÃO	13
REFERÊNCIAS	15

INTRODUÇÃO

Hipertensão arterial (HA) é um estado clínico multifatorial que é caracterizado pela sustentação elevada dos níveis pressóricos ≥ 140 e/ou 90 mmHg. Segundo a 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial (2016) a hipertensão é associada a distúrbios metabólicos, alterações funcionais ou estruturais de órgãos-alvo, que se agrava pela presença de outros fatores de risco (FR) tais como: dislipidemia, obesidade abdominal, intolerância à glicose e diabetes melito (DM).

Sendo um dos principais problemas da saúde pública, a hipertensão arterial requer uma atenção preferencial, por ser motivo das principais razões pelas quais as pessoas busquem consultas médicas. É considerada a doença crônica mais comum em adultos (ALFONSO et al., 2009).

De acordo com dados norte-americanos de 2015, foi revelado que a HA estava presente em 69% dos pacientes com o primeiro episódio de infarto agudo do miocárdio (IAM), 77% de acidente vascular encefálico (AVE), 75% com IC e 60% com DAP. Ainda segundo esses mesmos dados a HA é responsável por 45% das mortes cardíacas e 51% das mortes decorrentes de AVE (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2016).

No Brasil, a HA atinge uma variação entre 22% e 44% dos indivíduos adultos, com uma média de 32%, que pode chegar em 50% para indivíduos entre 60 e 69 anos e 75% em idosos com mais de 60 anos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010).

A intenção da linha de cuidado da HAS é fortalecer e qualificar a atenção à pessoa com essa doença através da integralidade e da longitudinalidade do cuidado, em todos os pontos de atenção. O diagnóstico não exige uma tecnologia sofisticada, a HA pode ser tratada e controlada com mudanças de hábitos no dia a dia, com medicamentos de custo baixo e que causam pouco efeito colateral que é eficaz e de fácil aplicação na Atenção Básica (AB).

Sabe-se dos obstáculos encontrados pelas equipes de saúde para alcançar uma adesão satisfatória no tratamento medicamentoso e não medicamentoso, pois a mesma funciona como ferramenta fundamental para o êxito do tratamento, destacando-se no

controle da doença e proporcionando uma cronificação com menor risco de repercussão na qualidade de vida (Cadernos de Atenção Básica, nº 37, 2013).

A adesão ao tratamento mostra-se essencial para a uma possível manutenção da qualidade de vida do paciente, se esta for seguida da maneira correta poderá reduzir as chances de agravamentos, que relacionados à hipertensão arterial o prognóstico se tornará preocupante.

Assim, se faz necessário o uso de estratégias para uma adesão adequada ao tratamento. O Ministério da Saúde traz a mudança no estilo de vida (MEV) como um exemplo de estratégia efetiva para o controle dos níveis pressóricos. Outra estratégia bastante difundida é a educação em saúde utilizada pelos profissionais para orientar os acometidos quanto à importância do tratamento e como realizá-lo. Esta possui a característica de transformar o conhecimento do paciente em relação à doença, deixando-o mais amplo, e fazendo com que o sujeito se torne um ser ativo e independente em seu tratamento.

Sendo capaz de utilizar dessas estratégias, a enfermagem dispõe da oportunidade de exercer papel importante na adesão dos ao tratamento da HAS, pois esses profissionais encontram-se próximos no acompanhamento desses pacientes, podendo fazer uso do MEV e educação em saúde, através de orientações, incentivo e apoio psicológico, fazendo-se necessário, em certos casos, intervenção multiprofissional para uma atenção mais efetiva (OLIVEIRA; BUBACH; FLEGELER, 2009).

Conhecendo a doença hipertensão arterial sistêmica, a importância da adesão ao tratamento e as estratégias utilizadas para o fortalecimento da mesma, o presente estudo foi elaborado com o objetivo de identificar a importância da educação em saúde como estratégias para atenção de pessoas com hipertensão arterial.

METODOLOGIA

A pesquisa tratou-se de uma revisão integrativa de literatura, sendo esta caracterizada pelo estudo de um assunto específico em publicações relevantes, em busca de proporcionar embasamento teórico na tomada de decisão, trazendo repercussões para a prática clínica, assim como, apresentar as lacunas desses estudos e apontar para futuras pesquisas (OLIVEIRA; MORAIS, 2018).

Assim, a presente revisão foi realizada com base no método de Mendes, Silveira, Galvão (2008), que propõe seis etapas: identificação do tema e selecionar a hipótese da pesquisa, selecionar a amostra a ser estudada, definir as informações a serem extraídas das pesquisas selecionadas, avaliar os estudos incluídos na revisão, interpretar os resultados e apresentar a revisão com a síntese do conhecimento final.

A pergunta norteadora da pesquisa foi: Qual importância a educação em saúde pode oferecer para pessoas com hipertensão arterial? Na elaboração da pergunta e na busca de evidências utilizou-se a estratégia PICO, que possui o seguinte significado: "P" de paciente ou população; "I" de intervenção ou indicador; "C" de comparação ou controle; e "O" de *outcome*, que na língua inglesa significa desfecho clínico, resultado ou, ainda, a resposta que se espera encontrar nos estudos científicos. Estratégia essas, que permite encontrar especificamente as evidências científicas sobre as questões que se deseja investigar (SANTOS; PIMENTA; NOBRE, 2007).

Quadro 1. Estratégia PICO utilizada neste estudo.

Acrônimo	Definição	Descrição
		Systemic arterial hypertension AND nursing AND health education.
P	Paciente ou população	Hipertensos
I	Intervenção ou indicador	Estratégia adotada
C	Comparação ou controle	Adesão ao tratamento
O	Desfecho	Importância

A busca pela bibliografia foi realizada no mês de Dezembro de 2018 a Janeiro de 2019 e para compor o corpus da pesquisa, foram consultadas as bases de dados:

LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), PUBMED (*National Library of Medicine*). Utilizou-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): *systemic arterial hypertension nursing health education*, hipertensão arterial sistêmica, enfermagem, educação em saúde. Os cruzamentos foram realizados utilizando o operador lógico booleano “AND” e “OR” para combinação entre os descritores: *systemic arterial hypertension AND nursing AND health education*.

Para definir a amostra, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: estudos indexados nas bases de dados supracitadas, disponíveis eletronicamente completos, que retratassem a temática adesão ao tratamento de hipertensão arterial sistêmica no Brasil, nos idiomas português, espanhol ou inglês, publicados entre os anos de 2008 a 2018. Como critério de exclusão considerou-se as publicações repetidas, teses, dissertações, cartas ao editor e revisões.

A seleção das pesquisas foi realizada através da análise de seus títulos e resumos, com o intuito de responder à pergunta norteadora do estudo. A seguir, os estudos selecionados e que preencheram os critérios de inclusão e exclusão foram lidos na íntegra.

Para sintetizar os resultados dos artigos selecionados, esses foram divididos da seguinte forma: Título, Revista, Data de publicação, estratégias associadas e Resultados (conclusões) das pesquisas.

RESULTADOS

Com o cruzamento dos descritores na base de dados LILACS foram encontrados 14 artigos, tendo como filtros estabelecidos: ano de publicação, humanos, trabalhos realizados no Brasil e linguagem dos estudos. Após a leitura dos títulos e resumos, quatro artigos foram excluídos por não corresponderem com o objetivo da pesquisa. Dez foram selecionados para leitura na íntegra, no qual três desses se encaixaram nos critérios de inclusão.

Na base de dados PUBMED foram identificados 18 artigos, sendo 07 artigos selecionados para leitura na íntegra, deste total 02 se encaixaram nos critérios de inclusão.

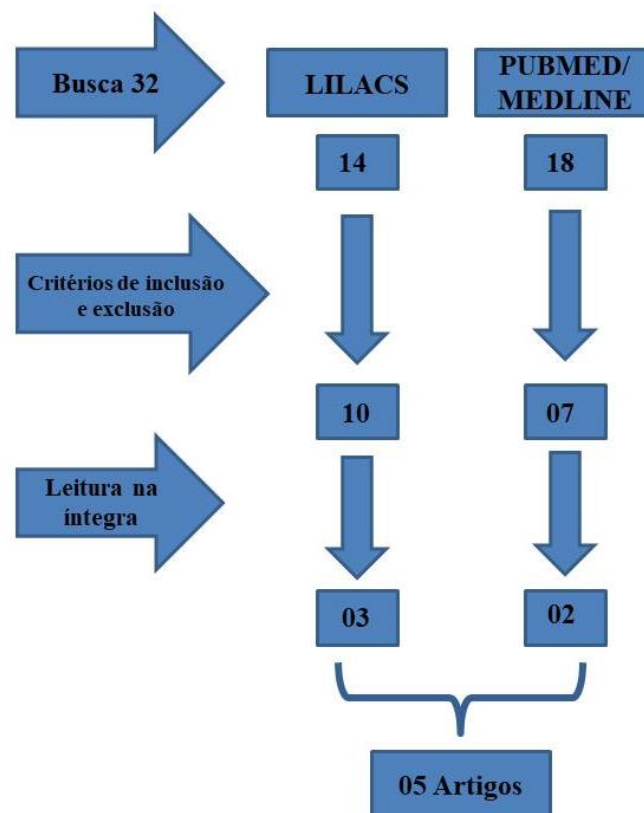


Figura 1 – Número de artigos identificados nas bases de dados pelo cruzamento dos descritores e o quantitativo destes selecionados para a revisão integrativa. Redenção/CE, 2019.

Das pesquisas selecionadas 04 apresentavam-se na língua portuguesa, 01 na língua inglesa.

Quadro 2. Distribuição dos artigos selecionados com título, atividade realizada, e as conclusões dos achados. Redenção/CE, 2019.

Título	Resultados principais	Referências
Determinantes da adesão ao tratamento de usuários com hipertensão cadastrados no programa hiperdia da atenção primária de saúde.	Educação em saúde foi determinante para verificar a adesão ao tratamento medicamentoso elevada; e que a assistência de qualidade ao hipertenso no contexto da APS tem falhas e características que dificultam seu sucesso.	FERREIRA; IWAMOTO, 2017.
Perfil de hipertensos em uma unidade de saúde da família	Salienta a importância da educação em saúde no controle da doença HAS.	OLIVEIRA; BUBACH; FLEGELER, 2009.
Hipertensão arterial e conhecimento popular: potencializando o cuidado.	A educação em saúde aplicada aos saberes populares proporcionou maior conhecimento em relação ao desenvolvimento e curso da patologia e dos seus sinais e sintomas.	BERARDINELLI et al, 2013.
Efetividade da tecnologia educacional na promoção da qualidade de vida e adesão ao tratamento em pessoas hipertensas.	Educação em saúde promoveu maior adesão ao tratamento e melhorou o escore total de qualidade de vida.	SOUZA, 2016.
A interação no ensino clínico de enfermagem: reflexos no cuidado à pessoa com hipertensão.	Após a realização de educação em saúde, percebeu uma mudança na conceituação de hipertensão arterial sistêmica por parte dos pacientes, aderindo definições mais técnicas e detalhadas.	GIRÃO et al, 2015.

Dos artigos selecionados, todos utilizaram uma abordagem inicial que investigava o conhecimento sobre a adesão ao tratamento, optando por estudos quantitativos e qualitativos, com grupo experimental. Durante o estudo, os participantes foram selecionados seguindo os critérios: paciente com hipertensão arterial sistêmica, maior de 18 anos, em que prevaleceram pessoas acima de 60 anos; sexo masculino e feminino, sendo este último a maioria; com predomínio da raça branca, baixa

escolaridade e que contam com companheiros(as); adeptos de tratamento farmacológico ou não. Foi percebido que a maior parte das pesquisas foram realizadas em estados da região sudeste do Brasil.

Analisando os achados do quadro 2, constatou-se que as pesquisas enfatizaram a importância da educação em saúde para a melhor adesão ao tratamento para hipertensão arterial, como: ofertar discernimento ao paciente sobre a patologia, e também despertar a independência em relação a informação sobre o que pode vir a acontecer com o seu próprio corpo, auxiliando na identificação de sinais e sintomas (GIRÃO et al, 2015); através do conhecimento correto sobre a doença, evitar medidas errôneas e/ou perigosas que podem ser praticadas pelo portador sem que tenha essa intenção (SOUZA, 2016); e a partir de uma consciência estruturada sobre o processo da doença, o sujeito terá a capacidade de servir como veículo de informação para a sociedade.

DISCUSSÃO

Quando se analisa o eixo principal encontrado dentre todos os artigos, encontra-se uma característica em comum, a deficiência em conhecimento sobre a patologia relacionada à baixa adesão ao tratamento.

Levando em consideração os relatos dos participantes das pesquisas, se pode constatar que a definição de hipertensão arterial é muito inespecífica, pois se tratam de afirmações que associam a doença a fatores desencadeadores das crises hipertensivas, comprovando o fato de a HAS ser uma doença silenciosa que normalmente não apresenta sintomas. Nessa perspectiva, o profissional de enfermagem tem a chance de utilizar o encontro com o paciente para criar a oportunidade de conhecer nele a potencialidade para cuidar de si, escutando seus anseios e as suas dúvidas, possibilitando uma prática dialógica e aproveitando para ensiná-lo a reconhecer o seu próprio corpo. Ou seja, contar apenas com a base empírica não é suficiente sobre conhecer o contexto da doença.

Desse modo emerge a educação em saúde como instrumento facilitador para a articulação e efetivação dos cuidados de enfermagem no ambiente de encontro com o paciente visando à qualidade da produção de cuidado. É importante destacar que para a educação em saúde ser considerada uma prática de qualidade, é necessária articulação

entre ambas sob o ponto de vista da relação interpessoal, cuidado e respeito. Sendo necessário para desenvolver ações efetivas, o reconhecimento de práticas educativas dando importância em conhecer o olhar do paciente, para conseguir interagir com ele e reconstruir coletivamente saberes e práticas das principais intervenções para a promoção da saúde, pois se faz a partir da análise, problematização e proposição da própria equipe e comunidade, constituindo-se como sujeitos do processo (GIRÃO, 2015).

Nos artigos que elaboraram e executaram uma intervenção a partir dos dados obtidos em entrevistas e questionários, foram utilizadas abordagens de fácil adesão aos participantes, considerando fatores como: a idade, na maioria dos casos avançada; e o nível de escolaridade. As intervenções seguiram um perfil de educação em saúde, priorizando a compreensão dos participantes. Para isto, utilizaram de atividades individualizadas, tendo como instrumento álbum seriado contendo explicações ao usuário sobre os aspectos clínicos da doença, do tratamento, das complicações, e sobre a busca por serviços de saúde de maneira simples e objetiva (GIRÃO, 2015)

Utilizou também, a aplicação de tecnologia educacional “*flipchart*”, que funciona como um recurso visual com páginas em sequência lógica, possibilitando o desenvolvimento de uma única mensagem de maneira progressiva e lógica. É usado para auxiliar em aulas, palestras, demonstrações, entre outros. Como resultado da intervenção para o grupo de hipertensos, houve redução da pressão arterial sistólica (queda média de 6,6 mmHg na PAS entre os participantes da pesquisa). Houve também redução da pressão diastólica, embora sem significância estatística. Embora existam poucos estudos relacionados ao papel de intervenções, atividades educativas ou educação em saúde sobre a qualidade de vida dos hipertensos, alguns têm demonstrado que essas ações podem melhorar a qualidade de vida das pessoas com a doença, tornando a ação educativa promotora de qualidade de vida. Assim, dois meses após a intervenção educativa com *flipchart*, houve um aumento de 3,9 pontos no escore total de qualidade de vida dos participantes, com melhorias nos domínios do status mental e manifestações somáticas (SOUZA, 2016).

Um ponto importante na adesão efetiva ao tratamento é a participação e apoio familiar no processo de educação em saúde, sendo primordial no fornecimento de auxílio e suporte na condução e prosseguimento do tratamento em domicílio, pois cabe ao profissional ser um guia e ao paciente o seguimento da conduta.

Sobre a abordagem ao assunto prática de atividade física, apenas um artigo contemplou o tema. Como resultado foi notado uma associação significativa entre a prática de atividade física e os valores da pressão arterial, que foram menores do que os valores das pessoas que não praticavam exercícios. Assim, a prática de atividade física possui um papel importante como elemento não medicamentoso para o controle da doença, ou como colaborador ao tratamento farmacológico. Além disso, a realização de exercícios físicos adequados levando em conta o condicionamento do paciente, pode proporcionar efeitos no estresse, liberando substâncias amenizadoras no sistema nervoso.

Quanto ao impacto que a hipertensão arterial causa na vida dos pacientes observou-se que a doença surge como decorrente do desgaste biológico do ser humano. Assim, se percebe que o trabalho, o estilo de vida cotidiano do mundo moderno e as relações interpessoais, principalmente familiares problemáticas, tornaram-se grandes referências para associação da doença ao estresse, raiva e preocupações, revelando a dimensão subjetiva do estado de saúde (GIRÃO, 2015).

Segundo FERREIRA (2017), a assistência de qualidade ao hipertenso apresenta falhas e características que dificultam o seu sucesso. Desse modo se faz necessário que os programas de gestão de doenças tenham o dever de se adaptar para conseguir caminhar com os avanços tecnológicos e mudanças nas demandas dos indivíduos, com a finalidade de reduzir as desigualdades de acesso aos serviços de saúde. Portanto a equipe deve se instrumentalizar para lidar com os pontos de vulnerabilidade humana e reduzir os danos por meio de assistência de qualidade, utilizando a educação em saúde como principal estratégia para o fortalecimento no processo de cuidado ao paciente.

CONCLUSÃO

O estudo permitiu a seleção de artigos que investigaram a educação em saúde para voltada à atenção ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica por parte dos hipertensos, respondendo assim à pergunta norteadora. Neste sentido, ressalta-se a importância da atuação da equipe de saúde no controle da doença, principalmente quando relacionada à educação em saúde, ao encorajamento e ao monitoramento do indivíduo a fim de melhorar seu estado geral de saúde.

Um fator detectado no presente estudo foi a escassez de produção de artigos científicos que tenham como foco a busca por verificar e intervir com medidas educativas no processo de adesão ao tratamento da HAS. Assim, constata-se que há relação entre a quantidade e qualidade dos trabalhos selecionados com a realidade atual, sendo baixa. Isso implica que quanto mais atenção for dada para o tema, educação em saúde para melhor adesão ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica em uma população específica, levando em consideração as especificidades de um grupo, mais benefícios serão identificados porque intervenções poderão ser melhor direcionadas, influenciando tanto na qualidade de vida dos pacientes hipertensos quanto na produção científica.

Portanto, para efetividade das ações educativas como estratégia na adesão ao tratamento da HAS os orientadores da educação em saúde necessitam estarem preocupados com os pacientes, com a aplicação do saber, com a mudança de atitudes e comportamento do mesmo, tendo como objetivo maior a transformação da realidade voltada à melhoria da condição do paciente.

Assim, como desafio futuro para o alcance da satisfação nos pontos que apresentaram carência no uso da educação em saúde, um dos pontos decisivos poderá ser a mudança do cenário no qual ainda prevalece desigualdade social que prejudica o êxito devido a deterioração das condições de vida da maioria da população junto com o aumento dos riscos para a saúde e a diminuição dos recursos para enfrenta-los. Outro tópico que possui grande relevância é o desempenho da equipe de saúde, que carece de uma maior sensibilização quanto sua importância no desenvolvimento de meios educativos adequados por parte do paciente hipertenso, sendo capaz de propiciar a reflexão e construção de conhecimento colaborando com o compromisso do sujeito com a saúde.

REFERÊNCIAS

- ALFONSO, J. et al. Hipertensión arterial en la atención primaria de salud. La Habana; Ed Ciências Médicas, p 1-281 2009. Disponível em: <http://www.enfermeriaaps.com/portal/?wpfb-dl=3673>.
- ARAÚJO GIRÃO, Ana L. et al. A interação no ensino clínico de enfermagem: reflexos no cuidado à pessoa com hipertensão arterial. Rev. Salud Pública., Fortaleza, p.47-60, fev. 2015.
- BERARDINELLI, Lina Márcia Miguéis et al. Hipertensão arterial e conhecimento popular: potencializando o cuidado. Revista de Enfermagem, Rio de Janeiro, p.446-451, ago. 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. (Cadernos de Atenção Básica, n. 37).
- FERREIRA, Maysa Alvarenga; IWAMOTO, Helena Hemiko. Determinantes da adesão ao tratamento de usuários com hipertensão cadastrados no programa hiperdia da atenção primária à saúde. Reme, Minas Gerais, p.01-07, out. 2017.
- OLIVEIRA, Elizabete Araújo de; BUBACH, Susana; FLEGELER, Débora dos Santos. Perfil de hipertensos em uma unidade de saúde da família. Revista de Enfermagem, Rio de Janeiro, p.383-387, set. 2009.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, São Paulo, v. 95, n. 1, p. 1-51, 2010. Suplemento 1.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. VII Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, São Paulo, v. 107, n. 3, p. 1-83, 2016. Suplemento 3.
- SOUZA, Ana Célia Caetano de. Efetividade da Tecnologia Educacional na Promoção da Qualidade de Vida e Adesão ao Tratamento em Pessoas Hipertensivas. Plos One., Fortaleza, p.01-07, nov. 2016