

Título: Intervenções educativas com idosos hipertensos *

Autores: Felipe Henrique Pereira TOMAZ; Patricia De CARVALHO

O Brasil é o quinto país com o maior número de idosos em todo o mundo, este montante equivale há 13,7% da população brasileira. Sabe-se que o envelhecimento favorece o aparecimento das doenças cardiovasculares (DCV), que representam a principal causa de morbimortalidade em todo o mundo. Dentre as DCV a hipertensão arterial sistêmica (HAS) merece destaque por ser um dos principais fatores de risco para o seu desenvolvimento. No Brasil, há em torno de 36 milhões de indivíduos adultos com hipertensão, mais de 60% dos idosos, contribuindo em 50% das mortes por doença cardiovascular. É um fenômeno ascendente, cada vez mais precoce e que constitui grave problema de saúde pública no Brasil e no mundo. A equipe de enfermagem deve enfatizar junto ao portador de HAS orientações, esclarecendo informações sobre a doença, mudanças de estilo de vida, como cessação do tabagismo e etilismo, melhora dos hábitos alimentares, prática de atividades físicas, minimização das situações estressantes, adesão ao tratamento medicamentoso. A educação em saúde é instrumento facilitador, e favorece a transformação e emancipação dos sujeitos envolvidos. O estudo teve por objetivo avaliar as intervenções educativas desenvolvidas pelo enfermeiro, e seu impacto sobre os valores pressóricos em uma população de idosos hipertensos, frequentadores do centro de convivência do idoso de Três Corações –MG. Trata-se de uma pesquisa campo, com caráter exploratório e abordagem quantitativa, classificado como quase-experimental, com uma amostra de 23 idosos hipertensos. Foi aplicado um questionário preliminar em todos os idosos da instituição a fim de conhecer as variáveis sociodemográficas, hábitos de vida, favorecendo a identificação dos hipertensos e seleção dos participantes. As atividades desenvolvidas envolveram medidas de educação em saúde, abordagem e orientações individuais e em grupo, palestras voltadas a prevenção de doenças cardiovasculares, manutenção e melhoria da qualidade de vida, dinâmicas de grupo, recreação e discussão sobre o processo de envelhecimento e cuidados específicos. A Pressão arterial de todos os idosos foi devidamente aferida e registrada semanalmente. Como resultados houve redução na pressão sistólica em quase todos os dias de aferição, mostrando tratamento eficiente após a terceira reunião de grupo. A pressão diastólica apresentou-se instável, tendo redução significativa em alguns momentos. Foi comprovado a importância dessas atividades e como a atuação do enfermeiro foi determinante para que os resultados obtidos fossem satisfatórios e como tais novas práticas incidiram benefícios melhorando a qualidade e expectativa de vida desses idosos. O aumento na expectativa de vida e o crescimento da população de idosos sinaliza a necessidade de investimento em pesquisas e políticas públicas nesse campo.

Palavras-chave: Prevenção, Idosos, Hipertensão arterial sistêmica.

* Apoio financeiro FAPEMIG.