

Artigo

**GRUPO DE HIPERTENSOS E DIABÉTICOS NA ATENÇÃO BÁSICA:
RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**GROUP OF HYPERTENSIVE AND DIABETIC PATIENTS IN PRIMARY
CARE: EXPERIENCE REPORT**

Samara Kauanne Leite Costa¹

Milena Nunes Alves de Souza²

RESUMO - A hipertensão arterial e a diabetes mellitus são fatores de risco para doenças cardiovasculares, sendo estas as principais causas de mortalidade no Brasil. A atenção primária à saúde (APS) é responsável pelo cuidado integral do cidadão, sendo assim, o controle e acompanhamento dessas patologias citadas faz parte da rotina do profissional que atua na APS, principalmente, na promoção e prevenção da saúde. Ademais, a educação em saúde é um dos pilares para o tratamento dessas doenças crônicas, pensando nisso, as atividades em grupos são uma forma ativa de participação do indivíduo para a mudança de estilo de vida. Este estudo tem como objetivo relatar e compreender a vivência de um grupo de hipertensos e diabéticos, em conjunto com equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF) e de residentes multiprofissionais. Foi visto que, assim como, a literatura contemporânea, a educação em saúde para indivíduos portadores dessas doenças crônicas é fundamental para evitar complicações, diminuir o risco cardiovascular e melhorar a qualidade de vida. Foi observado que a maioria dos pacientes desse estudo chegaram ao objetivo de perda de peso e controle das patologias, mas aqueles que não possuíam suporte familiar, tiveram mais dificuldade para obter bons resultados.

Palavras-Chave: Atenção primária à saúde; Risco cardiovascular; Doenças crônicas.

¹ Médica residente do Programa de Residência de Medicina de Família e Comunidade, Centro Universitário de Patos (UNIFIP).

² Doutora, Professora do Centro Universitário de Patos (UNIFIP), E-mail: milenanunes@fiponline.edu.br



Artigo

ABSTRACT - Arterial hypertension and diabetes mellitus are risk factors for cardiovascular diseases, which are the main causes of mortality in Brazil. Primary health care is responsible for the integral care of the citizen, therefore, the control and follow-up of these mentioned pathologies is part of the routine of the professional who works in PHC, mainly in the promotion and prevention of health. In addition, health education is one of the pillars for the treatment of these chronic diseases, thinking about it, group activities are an active form of individual participation in changing lifestyle. This study aims to report and understand the experience of a group of hypertensive and diabetic patients, together with the ESF (Family Health Strategy) team and multidisciplinary residents. It was seen that, as well as the contemporary literature, health education for individuals with these chronic diseases is essential to avoid complications, reduce cardiovascular risk and improve quality of life. It was observed that most of the patients in this study reached the goal of weight loss and disease control, but those who did not have family support had more difficulty in obtaining good results.

Keywords: Primary health care; Cardiovascular risk ; Chronic diseases

INTRODUÇÃO

As doenças cardiovasculares são as principais causas de mortalidade no Brasil. Segundo dados da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) em 2021, cerca de 14 milhões de brasileiros têm alguma doença no coração e cerca de 400 mil morrem por ano em decorrência dessas enfermidades, o que corresponde a 30% de todas as mortes no país. Ademais, a hipertensão arterial e diabetes mellitus são os principais fatores de risco para essas patologias, assim como sedentarismo, obesidade, dislipidemia, tabagismo e uso de álcool (MASSAROLI *et al.*, 2018).

A atenção primária à saúde (APS) visando o cuidado integral da população também deve incluir a educação em saúde, priorizando a promoção e prevenção das doenças. Na educação em saúde, o indivíduo deve participar de forma ativa, para mudanças de comportamento, competências e conhecimentos para lidar com o problema (ARANTES; SHIMIZU; MERCHÁN-HAMANN, 2016).

As atividades em grupos são realizadas, principalmente, pelas equipes de estratégia de saúde da família, sendo uma opção na assistência à saúde. Além de ser uma ferramenta para aprimorar o entendimento do sujeito sobre as situações de vida, também



GRUPO DE HIPERTENSOS E DIABÉTICOS NA ATENÇÃO BÁSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

DOI: 10.29327/213319.23.6-7

Páginas 74 a 84

Artigo

amplia o conhecimento profissional dos envolvidos e melhora as relações entre profissionais e usuários dos serviços (GAMA *et al.*, 2021).

Ainda, os trabalhos em grupos permitem que as informações sejam difundidas, levando em consideração a experiência de cada participante e habilidades dos profissionais. É válido ressaltar que a comunicação precisa ser satisfatória, necessitando incentivar o trabalho em equipe (NOGUEIRA *et al.*, 2016).

Tendo em vista o exposto, esse trabalho tem como objetivo, evidenciar a vivência de um grupo de hipertensos e diabéticos, em conjunto com equipe de ESF e de residentes multiprofissionais e a necessidade da educação em saúde para pacientes com doenças crônicas.

MÉTODOS

O trabalho ocorreu na Estratégia de Saúde da Família (ESF) Francisco das Chagas Werton, na cidade de Pombal, Paraíba, durante o ano de 2022. Os sujeitos incluídos nesse estudo vivem em zona urbana, com nível de escolaridade variado, mas predominando, até o ensino fundamental. A maioria depende do Sistema Único de Saúde (SUS) para atenção médica e farmácia básica. Além disso, a maioria com diagnóstico prévio de hipertensão arterial e/ou diabetes mellitus há mais de cinco anos.

A análise da problemática se deu em uma reunião com a enfermeira e médica da ESF junto a equipe multiprofissional da residência do Centro Universitário de Patos, na qual foi visto a necessidade de aproximação desses pacientes com a equipe. Foi observado que esses pacientes não realizavam acompanhamento pressórico, nem antropométrico e não realizavam exames laboratoriais periódicos. Além disso, compareciam, apenas, para consultas médicas esporádicas, não acontecendo a abordagem multiprofissional desejada.

O presente estudo trata-se de um relato de experiência, é uma forma metodológica que permite a descrição de experiências vivenciadas, de natureza qualitativa, evidenciando aspectos subjetivos. Realizado através do Arco de Maguerez, como metodologia ativa, para melhor organização e fundamentação metodológica, uma vez que deve ser iniciado pela observação da realidade, seguida pela definição de pontos-chave e teorização, buscando soluções e a aplicação destas no problema em questão (PRADO *et al.*, 2012; MASCENA; LIMA; SOUSA, 2020).



Artigo

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A primeira etapa fundamenta-se na participação ativa do sujeito, através da observação da realidade. Foi visto a demanda na Unidade de Saúde e o fluxo de atendimento. Com isso, foi constatado que a quantidade pacientes hipertensos e diabéticos da área abrangente da ESF, não estavam frequentando a unidade conforme o esperado e quando realizado a busca ativa desse grupo, a maioria não apresentava o controle adequado dessas doenças crônicas. Conforme a problemática mencionada foi elaborado o seguinte questionamento: Como melhorar a adesão terapêutica, medicamentosa e de estilo de vida, em pacientes hipertensos e diabéticos para evitar complicações?

A segunda etapa consiste na identificação dos pontos-chave desse estudo, que diante do recorte da realidade, contemplaram a busca para melhorar o entendimento do usuário sobre sua doença e os serviços ofertados na ESF para lidar com essa, objetivando o controle dos fatores de risco para doença cardiovascular e evitar o desenvolvimento de complicações. A adesão dos sujeitos ao acompanhamento contínuo e a mudança de estilo de vida é uma das maiores adversidades na ESF, por isso, o trabalho em grupo, para agir como estímulo e somar forças junto com a equipe multiprofissional.

Na terceira etapa, para a fundamentação teórica foi realizada pesquisa na literatura científica disponível. Apontam a elevada prevalência de enfermidades cardiovasculares consequente de estilo de vida com padrão alimentar rico em carboidratos refinados e gorduras saturadas, alimentos industrializados, sedentarismo, levando a obesidade, aumento dos níveis pressóricos e hiperglicemias.

Os pacientes selecionados para o trabalho em grupo foram os que apresentavam baixa adesão ao tratamento, obesidade e/ou sobrepeso, com dificuldade de perda de peso, fragilidade social, alto risco cardiovascular, picos hiperglicêmicos e hipertensivos recentes. Além disso, com um menor nível de escolaridade, que pode interferir na qualidade de autocuidado e no reconhecimento dos fatores de risco citados (TESTON *et al.*, 2016).

Os pacientes receberam um documento para registro e acompanhamento dos sinais vitais e dados antropométricos (Figura 1). Foi realizado, antes do início da reunião, a verificação de todos esses dados pela equipe de enfermagem, e, também, foi verificada a situação vacinal de cada participante.



Temas em Saúde

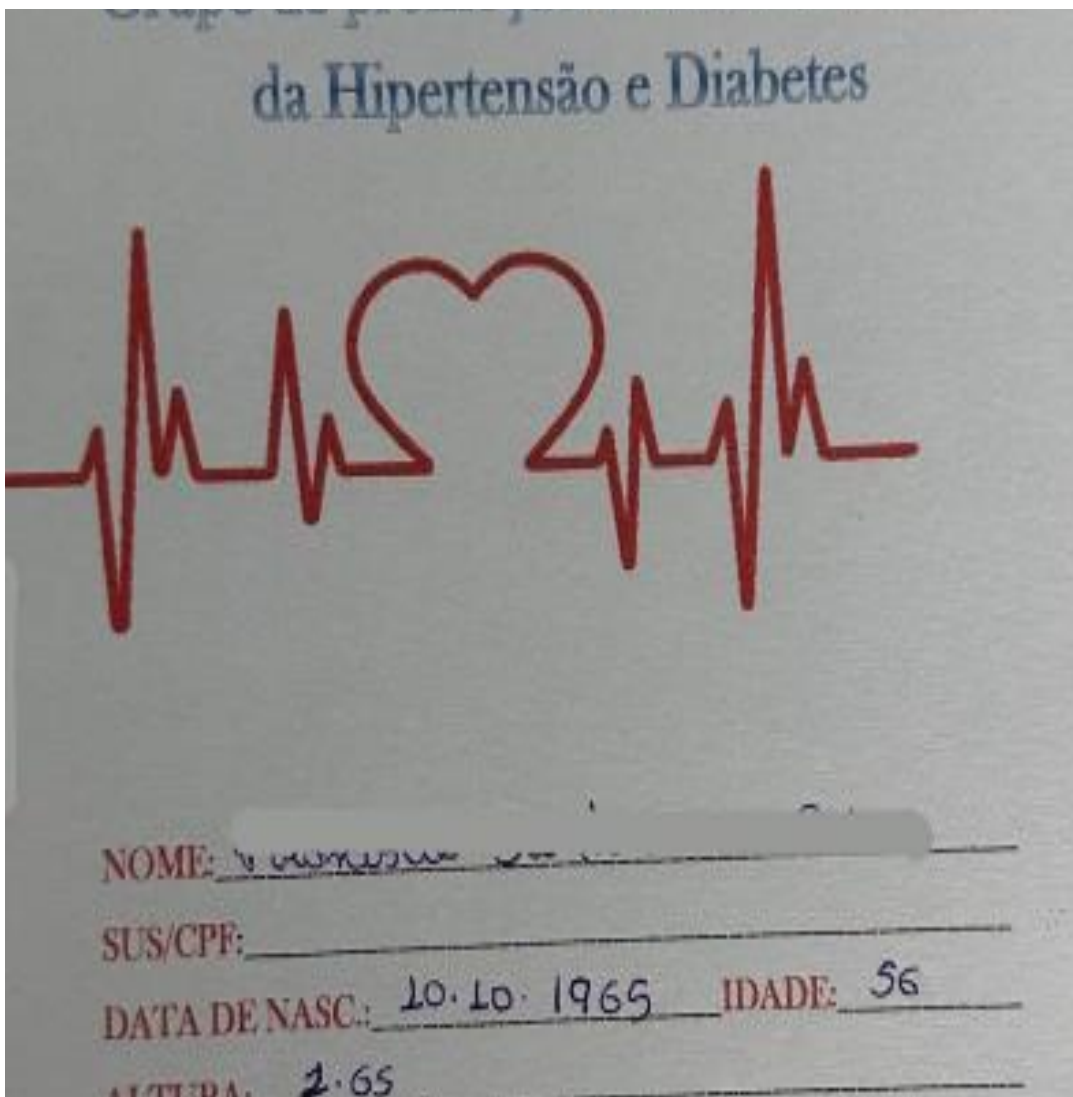
Volume 23, Número 6

ISSN 2447-2131

João Pessoa, 2023

Artigo

Figura 1: Documento para registro e acompanhamento dos dados dos participantes.
Fonte: Acervo do autor, 2023.



da Hipertensão e Diabetes

NOME: _____

SUS/CPF: _____

DATA DE NASC.: 10.10.1965 IDADE: 56

ALTURA: 2.65



GRUPO DE HIPERTENSOS E DIABÉTICOS NA ATENÇÃO BÁSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

DOI: 10.29327/213319.23.6-7

Páginas 74 a 84

Artigo

O grupo realizou reuniões presenciais, de forma quinzenal, junto com membros da ESF Francisco das Chagas Werton, médica da residência de medicina de família e comunidade, equipe multiprofissional da residência do Centro Universitário de Patos, realizado organização e discussão sobre as patologias em questão, atividades físicas, acompanhamento de dados antropométricos e orientação nutricional (Figura 2).

Figura 2: Exemplo de um dos cartões para informações sobre as reuniões. Fonte: Acervo do autor, 2023



GRUPO DE HIPERTENSOS E DIABÉTICOS NA ATENÇÃO BÁSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

DOI: 10.29327/213319.23.6-7

Páginas 74 a 84

Artigo

A primeira reunião teve início com uma atividade motora realizada pela profissional de educação física, ela questionou sobre as limitações de cada participante e o reconhecimento da necessidade de realização de exercício físico de forma regular (Figura 3). Já é comprovado que a diminuição dos níveis de pressão e glicose associado à atividade física regular evita limitações motoras, melhora o padrão do sono, diminui o apetite, assim, diminuindo o risco cardiovascular (GUEDES; LOPES, 2010). A equipe de nutrição também esteve presente conversando sobre mitos e verdades da alimentação para esse grupo, além de explicar quais alimentos precisam ser evitados.

Figura 3: Momento de atividade física com os participantes do grupo. Fonte: Acervo do autor, 2023



Artigo

Em seguida, aconteceu uma roda de conversa com médicas residentes, sendo questionado acerca do que os participantes entendiam sobre a hipertensão arterial e diabetes mellitus, a importância da continuidade do tratamento e os riscos de complicações, uma vez que a compreensão dessas patologias é essencial para adesão ao tratamento, ainda, reforçando a boa relação médico-paciente. Nesse momento, foi discutido os pilares do tratamento dessas doenças crônicas e a relação da perda de peso com controle dessas, como evitar complicações e a importância do acompanhamento continuado (PIERIN *et al.*, 2011).

Ademais, doenças crônicas acarretam instabilidade emocional, levando ao medo e insegurança, visto que determinam mudanças e adaptações para o paciente e sua família (DE LIMA, 2015). Logo, o acompanhamento com a psicologia foi essencial para atingir o objetivo desse estudo, permitindo identificar e tratar ansiedade, transtornos alimentares, além do apoio familiar para melhor aceitação e adaptação.

A abordagem grupal possibilita interação entre os seus integrantes, fortalecendo o apoio psicossocial. Os participantes criam vínculos de amizade, com pessoas que apresentam a mesma situação, o que auxilia na aceitação da patologia, apoio para adesão ao tratamento e diminuição dos níveis de ansiedade e medo. Logo, o grupo torna-se uma rede de apoio recíproco entre os membros, uma vez que estão próximos de pessoas que entendem seus sentimentos em relação às doenças crônicas (DO AMARAL; TEESER; MULLER, 2013).

Na etapa seguinte, o principal objetivo foi propor modificações e otimizar resultados para melhor controle das comorbidades e, com isso, evitar surgimento de complicações. Para isso, através da mobilização comunitária e trabalho multidisciplinar, optou-se pela implementação de uma melhor gestão de cuidado em hipertensão arterial e diabetes mellitus. Foram definidas algumas soluções, como: Criação de um grupo na atenção básica para pacientes que convivem com essas patologias, com reuniões quinzenais, além do acompanhamento com ações de rastreamento; Exames periódicos para identificação precoce de possíveis complicações; Palestras com educador físico e nutricionista para orientar a prática de hábitos alimentares saudáveis e de atividades físicas, envolvendo práticas coletivas e individuais, provocando impacto educacional; Também, foi realizado cartões para orientar o uso das medicações de forma individual, facilitando a adesão ao tratamento medicamentoso; Busca ativa de pacientes que não compareciam a unidade de saúde; Além do acompanhamento psicológico e orientação com a equipe para realização de um acolhimento mais humanizado e direcionado.



Artigo

Na quinta etapa, foi analisado a junção entre o processo de teorização e as hipóteses para solucionar o problema em questão, uma vez que a maioria dos fatores de risco descritos são modificáveis. Através do acompanhamento de cada paciente do ponto de vista nutricional, antropométrico e controle pressórico e glicêmico, foi evidenciado que 70% dos participantes do grupo perderam cerca de 5% do peso inicial, apresentaram melhor controle glicêmico e pressórico. As soluções especificadas pela equipe anteriormente, possibilitou melhor controle e adesão à terapêutica proposta, fortalecimento do autocuidado através da educação em saúde e de maneira subjetiva, diminuição dos níveis de ansiedade e estresse.

CONCLUSÃO

Diante da experiência relatada é vista a necessidade da educação em saúde para pacientes com doenças crônicas, principalmente, hipertensos e diabéticos, sendo fundamental para evitar complicações e diminuir o risco cardiovascular. A relevância dessa experiência foi vista na necessidade do cuidado integral e contínuo desses, a possibilidade de disseminação desse método na educação em saúde, uma vez que promove melhor entendimento para paciente, fortalece a relação médico-paciente e permite diversas possibilidades criativas para intervir no processo saúde-doença.

Além disso, o estudo sugere que a abordagem em grupos é um instrumento fundamental na atenção básica para auxiliar no manejo e entendimento do paciente sobre as patologias citadas, facilitando criação de vínculos entre os pacientes, uma vez que compreendem e compartilham um quadro semelhante, melhora o apoio psicossocial e bem-estar dos pacientes.

REFERÊNCIAS

ARANTES, Luciano José; SHIMIZU, Helena Eri; MERCHÁN-HAMANN, Edgar. Contribuições e desafios da Estratégia Saúde da Família na Atenção Primária à Saúde no Brasil: revisão da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 1499-1510, 2016.

DE LIMA, Sylvia M. Papel da psicologia no acompanhamento do paciente com diabetes. **Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto**, v. 14, n. 4, 2015.



Artigo

DIAS, V. P.; SILVEIRA, D. T.; WITT, R. R. Educação em saúde: o trabalho de grupos em atenção primária. **Rev APS [Internet]**. 2009 [acesso em 2013 set 16]; 12 (2): 221-7.

DO AMARAL, Rodrigo Pereira; TESSER, Charles Dalcanale; MÜLLER, Pedro. Benefícios dos grupos no manejo da hipertensão arterial sistêmica: percepções de pacientes e médicos. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 8, n. 28, p. 196-202, 2013.

GAMA, Carlos Alberto Pegolo da et al. Os profissionais da Atenção Primária à Saúde diante das demandas de Saúde Mental: perspectivas e desafios. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, 2021.

GUEDES, Nirla Gomes; LOPES, Marcos Venícios de Oliveira. Exercício físico em portadores de hipertensão arterial: uma análise conceitual. **Revista Gaúcha de enfermagem**, v. 31, p. 367-374, 2010.

MASCENA, M. S.; LIMA, I. B.; SOUSA, M. N. A. Uso de metodologias ativas no curso de serviço social - relato de experiência. **Revista Brasileira de Educação em Saúde**, v.10, p.40 - 44, 2020.

MASSAROLI, Letícia Carvalho et al. Qualidade de vida e o IMC alto como fator de risco para doenças cardiovasculares: revisão sistemática. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 16, n. 1, 2018.

MOREIRA, Thereza Maria Magalhães; GOMES, Emiliana Bezerra; SANTOS, Jênifa Cavalcante dos. Fatores de risco cardiovasculares em adultos jovens com hipertensão arterial e/ou diabetes mellitus. **Revista gaúcha de enfermagem**, v. 31, p. 662-669, 2010.

NOGUEIRA, Alyne Leite Gomes *et al.* Pistas para potencializar grupos na Atenção Primária à Saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 69, p. 964-971, 2016



Temas em Saúde

Volume 23, Número 6

ISSN 2447-2131

João Pessoa, 2023

Artigo

PIERIN, Angela Maria Geraldo *et al.* Controle da hipertensão arterial e fatores associados na atenção primária em Unidades Básicas de Saúde localizadas na Região Oeste da cidade de São Paulo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 1389-1400, 2011.

PRADO, Marta Lenise do *et al.* Arco de Charles Maguerez: refletindo estratégias de metodologia ativa na formação de profissionais de saúde. **Escola Anna Nery**, v. 16, p. 172-177, 2012.

TESTON, Elen F. et al. Fatores associados às doenças cardiovasculares em adultos. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 49, n. 2, p. 95-102, 2016.



GRUPO DE HIPERTENSOS E DIABÉTICOS NA ATENÇÃO BÁSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

DOI: [10.29327/213319.23.6-7](https://doi.org/10.29327/213319.23.6-7)

Páginas 74 a 84