

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM IDOSOS SOBRE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA E DIABETES MELLITUS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Autor (1): Maria Ilonna de Medeiros Mendes; Co-autor (1): Elayne Mayara da Silva Alves; Co-autor (2): José Israel Emanuel de Medeiros³; Orientadora(5); Aline Samaya Santos Fernandes.

(1)Universidade Potiguar, ilonnammedeiros@gmail.com

(2)Universidade Potiguar, elayne_mayara@hotmail.com

(3)Universidade do Estado do Rio Grande do Norte; israel_in@hotmail.com

(4)Universidade Potiguar, alinesamaya@yahoo.com.br

Descritores: Hipertensão arterial sistêmica; diabetes mellitus; envelhecimento; enfermagem; educação em saúde.

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural e irreversível acrescido de sintomas da própria fisiologia do ser humano. Diante do significativo aumento populacional de pessoas idosas, também é possível perceber uma relevante mudança no perfil epidemiológico das morbimortalidade dessa classe, no qual as doenças crônico-degenerativas vêm crescendo, justificado por uma redução da mortalidade geral. Sendo assim, a tendência do número de idosos com doenças crônicas é de aumentarem cada vez mais justificado pela longevidade, o que amplia consequentemente a vulnerabilidade e a incapacidade funcional desses indivíduos (SILVA; VICENTE; SANTOS, 2014).

As mudanças do perfil de mortalidade dos brasileiros tem se assemelhado com o perfil epidemiológico de países desenvolvidos. Esse quadro situacional é evidenciado pela substituição de doenças infecciosas por doenças crônico degenerativas. Isso ocorre concomitantemente com a mudança demográfica que tem sido incrementada por um maior número de idosos que correspondem ao maior índice de mortalidade que chega a 62,56% de óbitos totais comparados ao ano de 2011. É essencial entender a faixa etária idosa para um melhor entendimento a cerca do

padrão de mortalidade e do quadro situacional da saúde dos mesmos (OLIVEIRA; MEDEIROS; LIMA, 2015).

É necessário conhecer o número de idosos, as alterações fisiológicas do envelhecimento, o perfil e as peculiaridades das doenças e consequências em termos de incapacidades, dependência e uso dos serviços de saúde e pensar em recursos materiais como profissionais qualificados, serviços e políticas para esse "novo" contingente populacional (MENEZES et al., 2015).

As políticas públicas de saúde voltadas com uma atenção maior para doenças crônicas não transmissíveis podem melhorar em cada país de forma relevante a prevenção e o controle dessas doenças. Se os fatores de risco forem erradicados, pelo menos 80% das doenças cardíacas, acidentes cerebrovasculares e diabetes tipo 2 e mais de 40% dos casos de câncer serão prevenidos (VALCARENCHI et al., 2015).

Diante desse parâmetro é importante que o Enfermeiro saiba desenvolver e aplicar uma a Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) que trabalhe para orientar a população idosa a respeito de tais patologias que mais atingem a classe, e, por conseguinte levam a morte se não tratadas devidamente.

Levando-se em consideração os principais problemas no aparelho crônico e digestivo das pessoas que estão na terceira idade, achou-se pertinente realizar um trabalho de conscientização e promoção a saúde com o grupo de idosos que compõem o Centro Integrado da Saúde (CIS) da Universidade Potiguar (UNP), abordando o tema no intuito de explicar quais as doenças mais comuns e seus sintomas, para que pudessem ficar atentos a mudanças nas condições físicas, fisiológicas e digestivas que venham a demonstrar indícios de alguma patologia.

Esse estudo teve como objetivos levar conhecimentos de forma simples e eficaz para idosos sobre as doenças crônicas mais frequentes nessa população, como: Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM). Além do mais relatar formas de prevenção e promoção à saúde tendo como base a SAE, estimulando aos idosos a adquirirem uma alimentação saudável e praticar exercícios físicos para o controle e prevenção de tais comorbidades.

2. METODOLOGIA

O presente artigo consiste em um relato de experiência a respeito das ações educativas realizadas com o grupo de idosos do CIS da Universidade Potiguar, Campus Natal- RN no período de 03 a 23 de Junho de 2016, com supervisão dos docentes do curso de enfermagem da instituição. Para realização das atividades de conscientização, orientação e promoção a saúde sobre doenças crônicas mais acometidas em idosos, em especial a HAS e DM, utilizou-se materiais de multimídia para exibição de slides nas palestras realizadas e exibição de vídeos que foram reproduzidos sobre a temática, e ainda debates que envolveram os acadêmicos de enfermagem, professores e os próprios idosos na intenção de expor experiências e esclarecer dúvidas.

Foi feita uma revisão bibliográfica para a construção do relato de experiência para um melhor embasamento teórico e científico, utilizando-se para a pesquisa as bases indexadoras da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e SciELO (Scientific Electronic Library Online). Os critérios de inclusão foram estudos disponíveis na íntegra entre os anos 2011 a 2016, e de exclusão foram artigos repetidos e que não abordassem a temática.

3. RESULTADOS

Em relação à educação em saúde, as atividades educativas desenvolvidas com temas referentes à promoção da saúde, prevenção de doenças e diagnóstico precoce com enfoque na HAS e DM, foram realizadas no sentido de proporcionar autonomia física, cognitiva, psicológica e cultural na perspectiva de subsidiar uma melhor qualidade de vida para os idosos.

As ações desenvolvidas com o grupo de idosos do CIS – UNP evidenciaram a preocupante deficiência de informações sobre Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus, e também sobre o que fazer para tratá-las e evitar o surgimento de outras complicações mais graves, como por exemplo: infarto agudo do miocárdio; acidentes cerebrovasculares e doença renal crônica. Duvidas como alimentação saudável que contribua para o bom funcionamento do aparelho digestivo e que não viesse a ser prejudicial à HAS e a DM foi alguns dos questionamentos feitos pelos idosos presentes.

Outro fator preponderante observado pelos estudantes de enfermagem foi o de orientá-los a aderir de forma correta ao tratamento medicamentoso para HAS e DM, pois muitos relataram que fazem uso das medicações em horários irregulares, além de não buscarem acompanhamento nos programas do Hiperdia da atenção básica de saúde, uma vez que analisar os níveis pressóricos e estudar o seu controle é fundamental para resultados satisfatórios para esses pacientes.

4. DISCUSSÃO

Uma importante estratégia no processo de educação em saúde com idosos diz respeito a ações que promovam conhecimento individual e coletivamente, no intuito de incentivá-los a serem os protagonistas do cuidado com sua saúde, compartilhando saberes através da escuta e diálogo entre eles e com profissionais da saúde, construindo uma reflexão crítica e construtiva que colabore com a qualidade de vida (LUCENA et al., 2016).

De acordo com Veras (2012), prevenção é um investimento, mas para tanto, é primordial que exista a ampliação das ações de prevenção, promoção e educação em saúde, objetivando o retardo de doenças e outras fragilidades e tomar medidas que reestabeleçam a autonomia e independência da pessoa idosa.