

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM EM CONTROLE DE PRESSÃO ARTERIAL E PREVENÇÃO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM PACIENTE IDOSO DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Hislange Queiroz Farias ¹; Kelly Dayane Pereira Ribeiro ¹; Ingrid Alves Araújo de Lima ²; Yamaní Cardoso de Souza Medeiros ³; Sueli Aparecida Albuquerque de Almeida ⁴.

^{1, 2, 3}Graduandas em Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB (Campus I)
hislange12@gmail.com

⁴Enfermeira. Especialista em. Pediatria e Puericultura. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB (Campus I)
sueliaalb@gmail.com

RESUMO

O processo de envelhecimento é influenciado por diversos aspectos, fisiológicos, anatômicos, sociais econômicos e culturais que são adquiridos ao longo da vida do indivíduo. É na terceira idade que as transformações ocorrem em maior proporção, como a capacidade física diminuída, alterações no sistema imunológico, bem como prováveis disfunções cardíacas e cognitivas. Ao modo em que a população envelhece, percebe-se o aumento na incidência de doenças crônicas não transmissíveis, como doenças cardiovasculares, diabetes e hipertensão arterial sistêmica. A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível que pode surgir em qualquer idade, porém, possui alta prevalência na população acima dos 40 anos de idade, principalmente em idosos com idade entre 60 a 64 anos. Este trabalho tem por objetivo relatar a experiência de extensionistas na assistência de enfermagem sobre controle de pressão arterial e prevenção da HAS em idosos residentes em uma Instituição de Longa Permanência (ILPI). Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, formulado através de atividades desenvolvidas por extensionistas do projeto “Práticas Assistenciais e Educativas no Auxílio aos Idosos” vinculado ao Departamento de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba. Com esse estudo foi possível constatar que as atividades desenvolvidas para controle dos níveis pressóricos e prevenção da HAS foram satisfatórias, visto que os níveis pressóricos dos idosos avaliados encontravam-se dentro dos padrões de normalidade, demonstrando assim a importância de uma assistência de enfermagem em pressão arterial para a qualidade de vida do idoso em uma ILPI.

Palavras-chave: Pressão Arterial, Saúde do Idoso, Assistência de Enfermagem, Hipertensão Arterial Sistêmica.

INTRODUÇÃO

Envelhecer é um processo natural e individual influenciado por aspectos pessoais e sociais, econômicos e culturais adquiridos ao longo da vida (BRASIL, 2014). O processo de envelhecimento causa bastante impacto para a sociedade, principalmente no que se refere à atenção de saúde, que podem vir a acarretar o

aumento de morbidade, a redução física e a diminuição da capacidade para o desenvolvimento das atividades de vida diária pelos idosos (CONFORTIN et al., 2017).

Desse modo, os idosos necessitam de cuidados cada vez constantes para realização de suas atividades, de forma a promover uma velhice com maior dignidade, promover a saúde e prevenir as doenças. É na terceira idade que transformações ocorrem em maior proporção especialmente, mudanças na capacidade física, imunológica, cardíaca, cognitiva e mental, vivenciadas à medida que a idade avança (BARBOSA et al., 2017).

Segundo Medeiros et al. (2017), o Brasil, nas últimas décadas, vem apresentando aumento em relação ao número de longevos, cujos indivíduos são aqueles considerados com mais de 60 anos de idade. No entanto, há consonância com o acréscimo de ocorrência de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT), como por exemplo, a artrite, o diabetes e a hipertensão arterial sistêmica, resultando em vários desafios para os sistemas de saúde.

Apesar do envelhecimento não levar, obrigatoriamente, às condições de deficiência e dependência, doenças crônicas aumentam a complexidade do caso clínico e cuidado do idoso. Dessa maneira, a maioria dos idosos apresenta pelo menos uma complicação crônica, sendo as doenças do aparelho circulatório a principal causa de morte em longevos em que as mais comuns são Acidente Vascular Encefálico (AVE), infarto e hipertensão arterial, com aproximadamente 37% de mortalidade entre os longevos (POTTER E PERRY, 2013).

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma DCNT de alta prevalência que pode surgir em qualquer faixa etária, entretanto expressa maior taxa na população acima dos 40 anos, sendo mais presente na população idosa, com 44,4% o índice de HAS numa faixa etária de 60 a 64 anos. Se caracteriza por elevação sustentada de níveis pressóricos igual ou maior 140 x 90 mmHg, causando entupimento ou rompimento dos vasos sanguíneos, ao passar dos anos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2016).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia (2016), o entupimento de um vaso sanguíneo no coração causa a angina, o que pode provocar um infarto; no cérebro, tanto o entupimento quanto o rompimento de um vaso podem levar ao AVE. Estas situações podem ser evitadas com o tratamento e controle adequados, e bem conduzidos pela equipe de saúde, além de identificação dos fatores de risco como dislipidemia, obesidade, idade, ingestão de sal, consumo de bebidas alcoólicas e fatores genéticos e socioeconômicos.

Estudos demonstram que o diagnóstico precoce, o tratamento adequado e o rigoroso controle da hipertensão, previnem o surgimento de doenças cardiovasculares e cerebrovasculares, e lesões em órgãos devido ao

aumento da pressão arterial. Além disso, o controle da pressão arterial contribui significativamente para mudanças no plano terapêutico e medicamentoso, de modo a garantir uma melhor adesão ao tratamento da hipertensão arterial pelo idoso (MAGNABOSCO, 2017).

Dessa forma, tendo como base a maior prevalência de HAS na população idosa, a magnitude do estudo se justifica em relatar a promoção de uma assistência holística aos idosos de um Lar de Longa Permanência, onde se realiza o Projeto de Extensão “Práticas Assistenciais e Educativas no Auxílio aos Idosos” vinculado ao Departamento de Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba, estabelecendo práticas de prevenção e controle da Pressão Arterial (PA) e ajudando a equipe de enfermagem na melhora do cuidado gerontológico, além de contribuir para a soma do sucesso profissional dos extensionistas.

Logo, as experiências adquiridas nessa Instituição de Longa Permanência de Idosos (ILPIs) do interior do estado da Paraíba tiveram propósito de aumentar a qualidade de vida dos idosos, assistindo estes nos aspectos biológicos, sociais, psicológicos e espirituais associando à condição crônica de hipertensão arterial na assistência de enfermagem que, através deste relato busca colaborar com o controle de níveis pressóricos, redução de agravos e até prevenção da HAS através de medidas desenvolvidas pelas extensionistas do presente projeto.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, formulado através de atividades desenvolvidas por extensionistas do projeto “Práticas Assistenciais e Educativas no Auxílio aos Idosos” vinculado ao Departamento de Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba, para controle de pressão arterial, prevenção da HAS e tratamento adequado para os idosos dessa ILPI.

Segundo Prodanov e Freitas (2013), o estudo descritivo é caracterizado por observação, registro, ordenação e análise dos dados, não interferindo o pesquisador nos fatos observados. No entanto, tem por método descobrir a frequência com que um evento ocorre, levando em consideração sua natureza, características e relações entre outros fatos.

Nessa perspectiva, o relato de experiência é uma ferramenta de suma importância para a pesquisa descrita, pois exprime uma reflexão acerca

de uma ação ou um conjunto de ações que se relacionam com uma situação vivenciada de âmbito profissional, relevante para a comunidade acadêmica (CAVALCANTE E LIMA, 2012).

Conforme Lopes (2012), um relato de experiência faz parte de experiências humanas contendo não só apenas os aspectos observáveis, mas também os especulados. Sendo assim, esse tipo de estudo é específico para descrever uma vivência que, conseqüentemente produzirá reflexões acerca de um determinado fenômeno.

O projeto de extensão “Práticas Assistenciais e Educativas no Auxílio aos Idosos” ocorre em uma ILPI localizada na zona rural do município de Lagoa Seca- PB, aos sábados pela manhã. A instituição foi fundada há cerca 45 anos por Frei Matias, um franciscano religioso já falecido. Este mantinha as despesas do Lar com as mensalidades do antigo Colégio Assta, localizado no Ponto Cém Réis de Campina Grande- PB. Atualmente, o Lar é administrado pela Diocese de Campina Grande e é mantido através de doações e o custeio dos idosos.

Hodiernamente, há 21 idosos na instituição sendo 17 mulheres e 4 homens. As 12 extensionistas que fazem parte do projeto promovem ações de caráter assistencial como dar banho de aspersão, aferir pressão arterial, trocar fraldas, fazer curativo e ajudar a alimentar os idosos, dentre outros, além de identificar fatores de risco e colaborar junto com a equipe de enfermagem e os demais profissionais para o aprimoramento do cuidado. Ademais, práticas educativas também são realizadas como promover interação, descontração, jogos e música.

Na retomada das ações do projeto que teve início em fevereiro de 2018, foi perceptível que algumas temáticas de saúde deveriam ser especificamente trabalhadas de acordo com a situação apresentada pelos idosos. Um desses temas foi a Hipertensão Arterial Sistêmica. Sendo assim, foram elaboradas fichas de monitoramento de pressão arterial onde os valores foram transcritos para planilhas para distribuição em gráficos de barras objetivando análise individual dos níveis pressóricos.

Também, pesquisas foram realizadas em relação à terapia nutricional e medicamentosa a fim de auxiliar a equipe de enfermagem e demais profissionais ao melhor controle dos níveis pressóricos nos idosos. Ainda, práticas educativas vieram como um meio lúdico para melhora da qualidade de vida destes, objetivando a prevenção da HAS naqueles não

considerados hipertensos e a homeostasia pressórica daqueles diagnosticados hipertensos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O cuidado vem a ser o objeto de conhecimento da enfermagem e aspecto indispensável de diferença de outros componentes do campo da saúde, conquanto vertentes pessoais, psicológicas e culturais fazem parte das várias dimensões que o cuidar pode ter. Por conseguinte, cuidar é uma capacidade inerente de todo ser humano (Queirós et al., 2016).

Em vista disso, buscou-se atentar para a pressão arterial dos idosos da instituição, a fim de se obter controle, prevenção de patologias relacionadas e/ ou redução de seus agravos. Dessa maneira, os níveis pressóricos obtidos de cada idoso através de fichas de monitoramento da PA foram repassados para planilhas construídas no programa *Microsoft Office Excel 2007* para análise de frequência pressórica individual do dia 10 de abril ao dia 23 de abril de 2018, contabilizando 14 dias consecutivos.

As fichas em formato tabelar continham respectivamente: nome do idoso, data, hora, nível pressórico apresentado e assinatura do profissional. As extensionistas aferiam as pressões dos longevos e registravam nas fichas de monitoramento, repassando os valores para as técnicas de enfermagem para que estas fizessem uso em suas evoluções. No entanto, sob orientação das extensionistas, estas se dispuseram a executar essa tarefa dando continuidade ao registro em horários não pertinentes ao projeto de extensão.

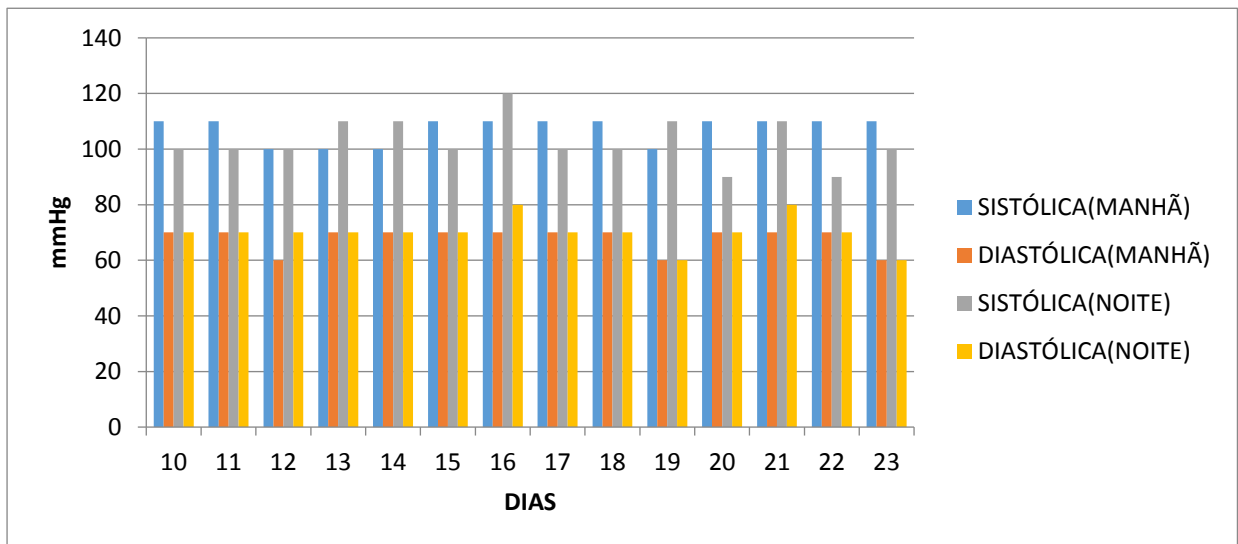
É importante ressaltar que, para se ter um bom monitoramento dos níveis pressóricos e avaliar as divergências de pressões ao longo do dia, de cada idoso, optou-se por realizar duas aferições em horários distintos: uma pela manhã às 10:30h e outra pela noite, às 20:00h, diariamente, considerando a técnica manual e apropriada segundo a literatura da Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2016.

Com isso, foi-se avaliado a frequência com que se mantinha a Pressão Arterial Sistólica e a Pressão Arterial Diastólica pela manhã e pela noite, em cada idoso já diagnosticado hipertenso, em uma análise diária. Em relação aos idosos não considerados hipertensos que, sem dúvida, necessitam também de atenção, procurou-se avaliar o nível pressórico da Pressão Arterial Sistólica sustentada, e

no que se refere a Pressão Arterial Diastólica se teve diferença significativa de 15 mmHg, entre uma diastólica e outra; diariamente.

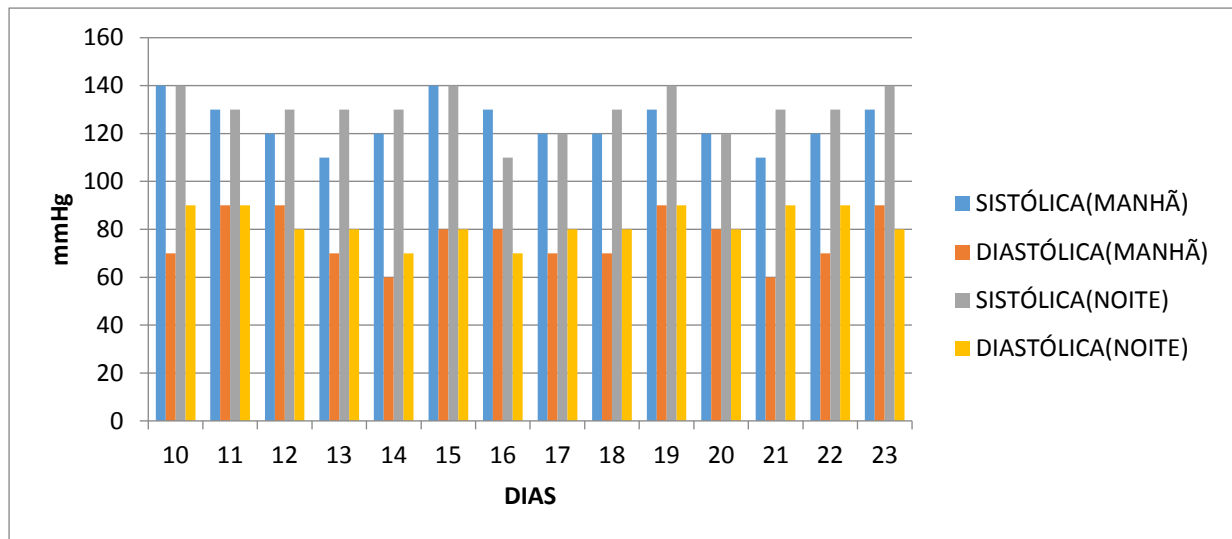
Nesse sentido, os níveis pressóricos obtidos através dessas fichas de controle de pressão arterial foram distribuídos em gráficos de barras para análise dos resultados nos 14 dias em que os idosos foram submetidos à avaliação, nos horários já mencionados, de forma individualizada. No entanto, os gráficos apresentados neste trabalho fazem referência aos dados de dois pacientes idosos mencionados como P1 e P2, respectivamente sendo “não hipertenso” e “hipertenso”, escolhidos aleatoriamente para possível comparação e análise de seus casos clínicos em relação à condição patológica da HAS.

Gráfico 1: Monitoramento da HAS de P1 – Não hipertenso



Conforme gráfico em relação à distribuição de dados de P1 foi possível analisar que P1 apresenta níveis pressóricos estáveis, tanto no monitoramento da manhã quanto da noite, o que significa que sua dieta hipossódica está favorecendo a manutenção ideal de sua PA, diariamente, denotando um resultando positivo. No entanto, é importante tal monitoramento para detecção precoce do aumento da Pressão Arterial, podendo se evitar danos graves como Infarto Agudo do Miocárdio (IAM) E AVE, o que enfatiza o monitoramento de PA como a melhor maneira para se chegar ao diagnóstico da HAS. Deve-se ressaltar que P1 não faz uso de nenhum medicamento, a não ser anti-inflamatórios se necessário s/n e não apresenta Diabetes Mellitus (DM). Ademais, no período analisado, não houve mudança maior que 15 mmHg entre suas pressões diastólicas e suas pressões sistólicas não ultrapassaram 120 mmHg.

Gráfico 2: Monitoramento da HAS de P2 – Hipertenso



P2, segundo informações pela equipe de enfermagem, faz uso de Losartana de 50 mg pela manhã e pela noite, além de 25 mg de Hidroclorotiazida apenas pela manhã e não tem DM. Segundo gráfico de distribuição de dados de P2, este apresentou níveis pressóricos controlados para um idoso hipertenso, visto que em 14 dias, apenas 4 dias sua PA mediu 140 mmHg. Diante disso, os tratamentos farmacológicos e nutricionais estão coerentes para P2 tendo como resultado bons níveis pressóricos. Ainda, não houve frequência de discrepância entre suas pressões sistólicas maior que 10 mmHg e, foi perceptível que à noite P2 apresenta níveis pressóricos mais elevados do que durante o dia, dado período de avaliação, o que requer a importância de dar continuidade a esse monitoramento.

Por outro lado, pesquisas sobre a terapia nutricional no idoso foram relevantes na assistência de enfermagem frente à prevenção da HAS, redução de agravos e controle. Aspectos como valor calórico dos alimentos, taxas de açúcar, de ferro e de sódio foram estudados para intervenção nesse cuidado gerontológico e, portanto foi repassado o conhecimento para os profissionais do plantão através de um documento impresso contendo características de assistência nutricional em idoso, deixado com a enfermeira responsável a fim dos outros profissionais terem acesso.

Já as pesquisas relacionadas à terapia medicamentosa abordaram aspectos como a farmacodinâmica dos anti-hipertensivos, incluindo o tempo de meia-vida e os efeitos adversos; como também as interações medicamentosas. Foi-se elaborado um documento resumido, com os tópicos citados, dos medicamentos

anti- hipertensivos usados pela instituição e anexado ao painel de informações na sala de enfermagem com o propósito de toda a equipe de enfermagem aumentar seus conhecimentos sobre a administração dos fármacos nos longevos dessa ILPI.

As práticas educativas foram realizadas desde o início das atividades da extensão em forma de conversas divertidas, músicas que os idosos gostam de ouvir, jogos de damas/ xadrez, desenhos, promoção de interação com outros idosos e estreitamento de vínculo religioso, além de atividades de relaxamento como massagens, tratar dos cabelos e das unhas. Dessa maneira, foi perceptível que tais práticas educativas influenciaram na PA, promovendo controle e até mesmo redução dos níveis pressóricos nos idosos hipertensos e prevenindo a HAS naqueles não hipertensos.

CONSIDERAÇÕES

O fato de se ter um olhar holístico ao idoso reflete em uma assistência de qualidade e promove maior interação entre profissional/ paciente. O aprendizado adquirido e a experiência vivenciada são retornos inexprimíveis de grande relevância para um graduando que busca se reiterar não só de técnicas específicas de assistência, mas de melhor capacidade de comunicação, de escuta, de adesão e de empatia.

Contribuir e favorecer à promoção de saúde dos idosos dessa instituição de longa permanência ressalva satisfação no grupo de extensionistas que, objetivando uma assistência de enfermagem adequada aos longevos em relação à prevenção da HAS e controle dos níveis pressóricos, conseguiu junto com toda equipe de profissionais obter bons resultados e melhorias em aspectos clínicos, psíquicos e sociais desses idosos. Porém, o cuidado continua e a busca pelo conhecimento vem a ser o alicerce do provimento de práticas essenciais e qualificadas inerentes ao respectivo Projeto.

Outrossim, as práticas educativas realizadas se designaram como ótimas maneiras de levar o idoso à sensação de bem- estar e assegurar sua qualidade de vida e longevidade. Redução de estresse, controle de níveis pressóricos e ajuda no risco de sintomas depressivos são alguns dos benefícios percebidos nos idosos que colaborou para a promoção de uma

assistência integral e qualificada nessa ILPI realçando, certamente, a importância de interação duma equipe multidisciplinar.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, L. DE M. et al. Qualidade de vida relacionada à saúde dos cuidadores formais de idosos institucionalizados em Natal, Rio Grande do Norte. **Rev. bras. estud. popul.**, São Paulo, v. 34, n. 2, p. 391-414, Maio/ 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepop/v34n2/0102-3098-rbepop-3098a0004.pdf>>. Acesso em: 7 abr. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas no SUS: proposta de modelo de atenção integral**. Brasília, DF, 2014. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_cuidado_pessoa_idosa_sus.pdf>. Acesso em: 6 mai. 2018.

CAVALCANTE, B. L. DE L.; LIMA, U. T. S. DE. Relato de experiência de uma estudante de enfermagem em um consultório especializado em tratamento de feridas. **Journal of Nursing and Health**, v. 2, n. 1, 2012. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/3447/>>. Acesso em: 10 abr. 2018.

CONFORTIN, S. C. et al. Condições de vida e saúde de idosos: resultados do estudo de coorte EpiFloripa Idoso. **Epidemiol. Serv. Saúde [online]**, Brasília, v. 26, n. 2, p. 305-317, Junho/2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ress/v26n2/2237-9622-ress-26-02-00305.pdf>>. Acesso em: 7 abr. 2018.

LOPES, M. V. DE O. SOBRE ESTUDOS DE CASOS E EXPERIÊNCIAS... **Rev.Rene**, v. 13, n. 4, 2012. Disponível em: <<http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/4019>>. Acesso em: 10 abr. 2018.

MAGNABOSCO, P. et al. PREVALÊNCIA E CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL: ESTUDO COMPARATIVO ENTRE POPULAÇÃO URBANA E RURAL. **REME – Rev Min Enferm.** 2017. n. 21. Disponível em: <<http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/1135>>. Acesso em: 7 abr. 2018. DOI: 10.5935/1415-2762.20170009.

MEDEIROS, K. K. A. S. et al. O desafio da integralidade no cuidado ao idoso, no âmbito da Atenção Primária à Saúde. **Saúde debate**, Rio de Janeiro, v. 41, n.3, p. 288-295, Set. 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sdeb/v41nspe3/0103-1104-sdeb-41-spe3-0288.pdf>>. Acesso em: 7 abr. 2018.

QUEIRÓS, P. J. P. Significados atribuídos ao conceito de cuidar. **Revista de Enfermagem Referência**. Série IV - n.º 10, p.85-94, jul./ago./set. 2016. Disponível em:

<<http://www.scielo.mec.pt/pdf/ref/vserIVn10/serIVn10a10.pdf>>. Acesso em: 6 mai. 2018.

POTTER, P. A.; PERRY, A. G. **Fundamentos de enfermagem**: 8ªed. – Rio de Janeiro: Elsevier, 2013.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. DE. **METODOLOGIA DO TRABALHO CIENTÍFICO: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. 2ª ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013. Disponível em: <<http://www.feevale.br/Comum/midias/8807f05a-14d0-4d5bb1ad1538f3aef538/Ebook%20Metodologia%20do%20Trabalho%20Cientifico.pdf>>. Acesso em: 7 mai. 2018.

Sociedade Brasileira de Cardiologia. Departamento de Hipertensão Arterial. 7ª DIRETRIZ BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL. **Arq. Bras. Cardiol.** 2016; v.107, nº 3, Supl. 3. Disponível em: <http://publicacoes.cardiol.br/2014/diretrizes/2016/05_HIPERTENSAO_ARTERIAL.pdf>. Acesso em: 7 abr. 2018.