

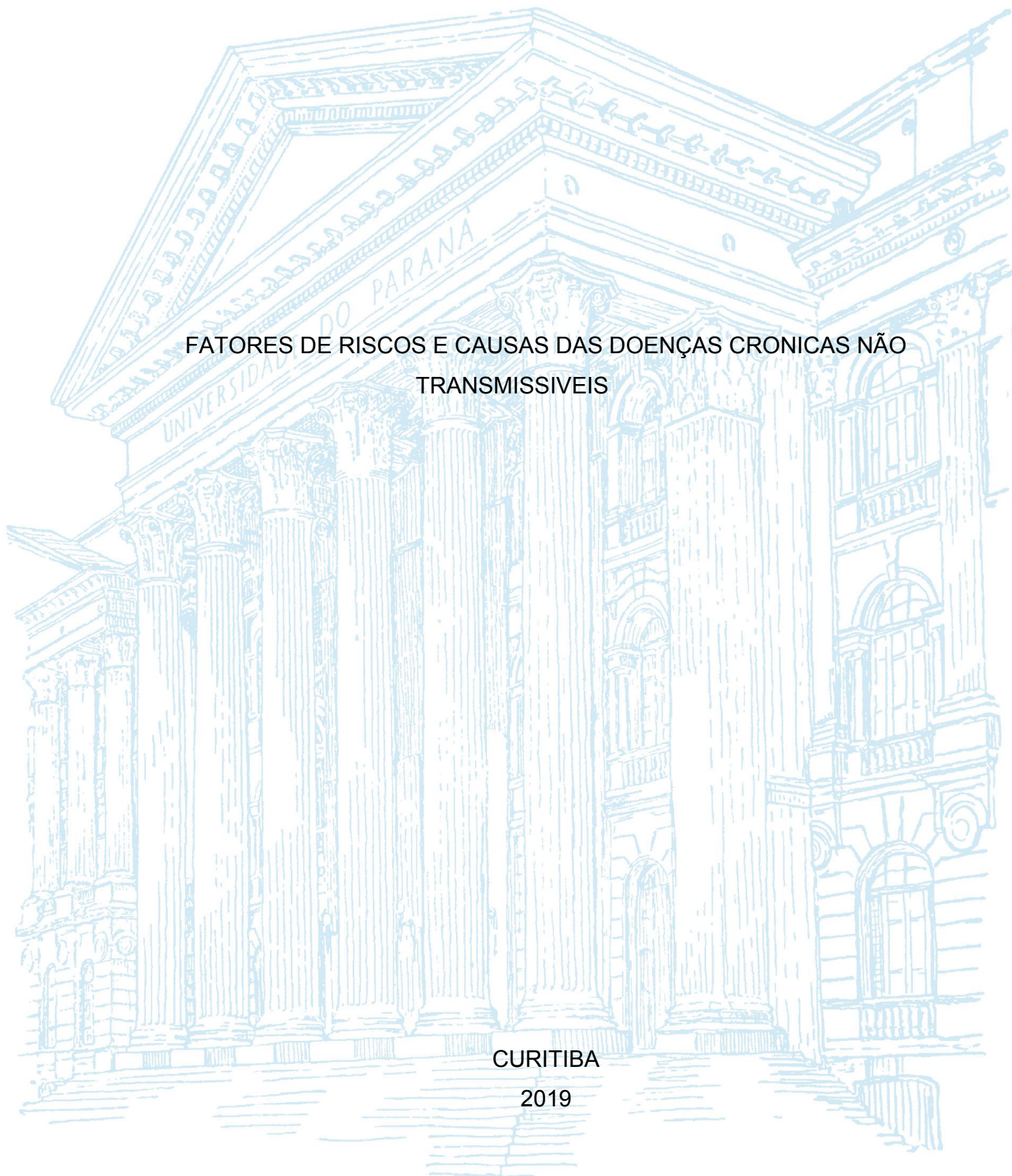
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

HELLEN ROA TORRES

FATORES DE RISCOS E CAUSAS DAS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO
TRANSMISSÍVEIS

CURITIBA

2019



HELLEN ROA TORRES

FATORES DE RISCOS E CAUSAS DAS DOENÇAS CRONICAS NÃO
TRANSMISSIVEIS

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentada como requisito parcial à
obtenção do título de Especialista, Curso de
Especialização em Atenção Básica, Setor de
Ciências da Saúde, Universidade Federal do
Paraná.

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Marques

CURITIBA

2019

A minha equipe ESF, e pacientes da zona rural da Lapa, que contribuíram para a realização desse trabalho.

AGRADECIMENTO

A minha família, por estarem comigo sempre, por superarmos juntos tantos desafios, pela motivação e por acreditarem em mim. E por tudo que eles representam: a certeza de amar sendo amado, apoio incondicional, aconchego do meu lar, sem palavras.

A toda minha equipe da ESF, meu muito obrigado pela ajuda, companheirismo, e pelo trabalho em equipe. Vocês aperfeiçoaram minha visão da Saúde Básica e do mundo.

*Onde quer que a arte da medicina seja amada, também há amor à
humanidade.*

Hipócrates

RESUMO

O presente plano de Intervenção que trata de “fatores de risco e causas das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT)” é um resultado do Curso de Especialização em Atenção Básica da UFPR, financiado pelo UNA-SUS. As DCNT constituem um problema de saúde no Brasil e no mundo todo. O elevado número de atendimentos por estas doenças e o baixo conhecimento dos pacientes sobre riscos neurológicos e cardiovasculares associados interfere negativamente no autocuidado dos usuários com essas doenças crônicas e sobrecarrega o atendimento diário na atenção básica. Objetivos: Desenvolver ação educativa relacionada a adesão ao tratamento medicamentoso em Doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) na área rural da Lapa – PR
Método: Este é um estudo que utiliza o método pesquisa-ação realizada no primeiro semestre de 2019 com a população de 20 a 60 anos na área rural da cidade Lapa – PR; Realizar-se-á por meio de análise no banco de dados do ministério da saúde, na plataforma eletrônica do SUS e em documentos físicos da UBS , observando o número de retornos, sintomatologia, dados coletados em visitas domiciliares. O projeto de pesquisa-ação consiste de 7 sendo elas: Exploratória; Interesse do tema; Definição do problema; Base teórica; Elaboração da proposta; implantação; avaliação do impacto. Resultados e discussão: o projeto envolveu 88 pacientes com DCNT, foram realizadas, palestras educativas, reuniões e controles com grupos de hiperdia, orientações sobre alimentação e mudança do estilo de vida e realizações de caminhadas todas as manhãs com participação do educador físico. Considerações finais: o projeto continua sendo desenvolvido, foi possível diminuir a média de PA de 30 % dos participantes envolvidos, espera-se a continuação do projeto e melhor resultado até final do ano de 2019.

Descritores: Doenças crônicas não transmissíveis. Fatores de Risco Cardiovascular; Modificação de estilo de vida. Obesidade. Hipertensão Arterial. Diabetes Melitus.

ABSTRAT

The present intervention plan that deals with "risk factors and causes of chronic non-communicable diseases (DCNT)" is a result of the Specialization Course in Basic Care of UFPR, funded by UNA-SUS. NCDs are a health problem in Brazil and around the world. The high number of visits for these diseases and the low knowledge of the patients about associated neurological and cardiovascular risks negatively interfere in the self-care of the users with these chronic diseases, and it raises the daily care in basic care. Objectives: To develop educational action related to adherence to drug treatment in chronic noncommunicable diseases (DCNT) in the rural area of Lapa - PR Method: This is a study that uses the research - action method carried out in the first semester of 2019 with the population of 20 to 60 years in the rural area of the city Lapa - PR, will be performed through analysis in the database of the health ministry, in the SUS electronic platform and in physical documents of the UBS, observing the number of returns, symptomatology, data collected at home visits. The action research project consists of 7 being: Exploratory; Theme interest; Definition of the problem; Theoretical basis; Preparation of the proposal; implantation; impact assessment. RESULTS AND DISCUSSION: The project involved 88 patients with CNCD, educational lectures, meetings and controls with hyperdia groups, feeding and lifestyle guidelines, and morning walks with the participation of the physical educator. Final considerations: the project continues to be developed, it was possible to reduce the average PA of 30% of the participants involved, it is expected to continue the project and better result until the end of 2019.

Descriptors: Chronic non-communicable diseases. Cardiovascular risk factors. Lifestyle modification. Obesity. Arterial hypertension. Diabetes Mellitus.

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO.....	10
2.	EPIDEMIOLOGIA	11
3.	OBJETIVOS.....	12
3.1	Objetivo geral	12
3.2	Objetivos específicos.....	12
4.	JUSTIFICATIVA.....	13
5.	MÉTODOLOGIA.....	15
5.2	Tipo de estudo.....	15
5.3	Coleta de dados	15
6.	REVISÃO BIBLIOGRAFICA	18
7.	MATERIAIS E MÉTODOS, RESULTADOS ESPERADOS	19
8.	CONSIDERAÇÃO FINAL	20
9.	REFERENCIAS	22

SIGLAS E NOMENCLATURAS

ACS	Agente Comunitário de Saúde
ESF	Estratégia Saúde da Família
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
MS	Ministério da Saúde
PI	Projeto de Intervenção
UBS	Unidade Básica de Saúde
VD	Visita Domiciliar
HAS	Hipertensão Arterial Sistêmica
MEV	Mudança de Estilo de Vida
UFPR	Universidade Federal do Paraná

1. INTRODUÇÃO

As intervenções preventivas em doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e as estratégias de mudança de estilos de vida na população em geral, visam reduzir a prevalência dessas doenças no contexto brasileiro e mundial. (Brasil,2011)

Segundo o ministério de Saúde condições socioeconômicas e culturais dos pacientes são fatores importantes na forma como o indivíduo realiza o tratamento. Mas, além de tudo isso o primordial é a vontade do paciente, e para isso uma equipe com habilidades, atitudes e conhecimentos faz a diferença na sensibilização deste paciente na participação do processo.

O usuário portador de doenças crônicas é um constante frequentador da unidade básica de saúde, buscando-a para a renovação de receitas, consulta de acompanhamento, verificação da pressão e/ou glicemia, atendimento para a agudização de sua condição crônica, entre outras situações). Porém, muitas dessas visitas podem estar relacionadas a não adesão a um tratamento medicamentoso prescrito, situação essa que pode ocorrer por vários fatores. O diabetes mellitus e a hipertensão arterial atingem, respectivamente, 6,3% e 23,3% dos adultos brasileiros. (OPAS, 2005).

As DCNT representam a primeira causa de mortalidade e de hospitalizações, sendo apontadas como responsáveis por mais da metade dos diagnósticos primários em pessoas com insuficiência renal crônica, submetidas à diálise, no Sistema Único de Saúde (SUS) (OPAS, 2005).

As doenças cardiovasculares constituem a grande maioria delas, sendo a hipertensão arterial sistêmica a mais prevalente considerando que fatores ambientais e socioeconômicas, influenciam fortemente, aumentando progressivamente com a idade. (PASSOS; ASSIS; BARRETO, 2006).

A falta de adesão ao tratamento pelo paciente é considerada por alguns autores como um problema de saúde pública assim como na UBS da Lapa, a qual deram o nome de “epidemia invisível”, variando de 15 a 93% para portadores de doenças crônicas, com média estimada de 50%. (SANTA HELENA, 2007; SOUZA; GARNELO, 2008; BLOCH; MELO; NOGUEIRA, 2008).

2. EPIDEMIOLOGIA

Com origem ligada ao tropeirismo, Lapa é uma das mais antigas cidades do Estado do Paraná, mantendo seu centro histórico com características originais, oferece gastronomia convidativa e passeios turísticos requisitados.

Localizada no sul do Paraná, região metropolitana de Curitiba, faz limite com Contenda, Quitandinha, São João do Triunfo, Porto Amazonas, Palmeira e Balsa Nova, de clima subtropical possui Verões quentes e invernos com fortes geadas, que chegam a atrapalhar a principal atividade econômica do município, a Agropecuária. Cerca de 60% da população se concentra em área urbana, sendo a área rural distribuída em 64 comunidade interligadas por aproximadamente 3.000 km de estradas que desenvolvem na pecuária principalmente a avicultura, na agricultura a soja, milho, feijão e cebola, na área da fruticultura é o município com maior produção de frutas com caroço do estado ainda tendo produção de leites e derivados, geleias, panificação, e todo esse setor composto por agricultores familiares, patronais, quilombolas e trabalhadores rurais ainda é impulsionado pela presença de cooperativas de grande porte. IBGE, 2019.

Segundo o censo do IBGE(2010) são 44,932 habitantes, sendo 22.646 homens e 22.286 mulheres, desses cerca de 38,616 habitantes são alfabetizados.

Dentre as áreas rurais, a UBS que trabalho é responsável por, cerca de 830 pessoas, sendo 418 homens, 412 mulheres divididos em 186 crianças, 66 adolescentes, 415 adultos e 163 idosos dispostos em localidades como Campina Vermelha, Barra dos Mellos, Pinheiros, entre outros. Não há agendamento prévio sendo sempre livre demanda. O planejamento do atendimento é realizado pelo enfermeiro chefe, dividindo as escalas para atender todas as comunidades. A UBS conta com o apoio do NASF e do CAPS que apesar de localizados no centro da cidade apoiam sempre que necessário os casos rurais. Os atendimentos de urgência, emergência e especialidades são referenciados aos prontos atendimentos e hospitais localizados também na área urbana da Lapa.

A área abrangida pela UBS conta com uma escola municipal e estadual, onde a coparticipação e desenvolvimento de atividades educacionais em saúde

da criança, saúde bucal, orientações sobre dengue, entre outros, sempre no mês de julho.

O controle e coleta de dados epidemiológicos na área rural é precário, porém a análise dos documentos da própria UBS mostra um total de 8 gestantes acompanhadas em pré-natal, 88 hipertensivos crônicos, nenhum tuberculoso, faltando dados de outras enfermidades de prevalência nacional para determinar melhor o perfil epidemiológico da região.

Entre as causas pelas quais os pacientes mais buscam o acolhimento da UBS se destacam dor articular (devido ao grande índice de trabalho físico), renovação das receitas de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como hipertensão e diabetes, dislipidemias e obesidade.

Conforme pesquisa realizada, os fatores de risco destacados foram: baixo nível de atividade física na população adulta (15%), 18,2% consomem cinco porções de frutas e hortaliças em cinco ou mais dias por semana. 34% consomem alimentos com elevado teor de gordura e 28% consomem refrigerantes cinco ou mais dias por semana, o que contribui para o aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade, que atingem 48% dos adultos no Brasil. (BRASIL, 2011)

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Apresentar um projeto de intervenção para implementação de estratégias de orientação e educação em saúde em pacientes Doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), na área rural da Lapa – PR, ensinando o uso correto de medicamentos, estimulando a adesão ao tratamento de HAS e incentivar a mudança do estilo de vida (MEV).

3.2 Objetivos específicos

- Identificar e cadastrar os pacientes com DCNT na área.
- Identificar e registrar os fatores determinantes da não adesão a medicamento em pacientes DCNT.
- Realizar visitas domiciliares para acompanhamento mensal.

- Implementar e promover rodas de conversa, palestras educativas, multidisciplinares, de conscientização sobre prevenção das doenças crônicas mais prevalentes, seus tratamentos e a importância da continuidade do mesmo.
- Promover mudança do estilo de vida (MEV), incentivando a alimentação saudável, caminhadas matinais, em pacientes de HIPERDIA e obesidade.

4. JUSTIFICATIVA

O problema escolhido é a falta da adesão ao tratamento de DCNT nos pacientes lageanos das áreas rurais Campina Vermelha, Butiá, Barra dos Mellos, Pinheiros, Faxinal dos Pretos, São Bento I, São Bento II, Rio da Várzea e Pedrinhas.

Abordar esse tema é uma das formas para achar soluções a um dos problemas que mais afeta a comunidade rural e a forma como ela interage com a UBS e sua saúde.

Segundo o artigo científico de Fábria Pinheiro existem vários fatores que influenciam na adesão ao tratamento, dentre eles a idade, sexo, baixa escolaridade, sedentarismo e alcoolismo. Para Santa Helena, Nemes e Eluf Neto (2010) a não adesão ao tratamento é um fenômeno complexo e multifatorial.

Os dados epidemiológicos apontam que o abandono do tratamento medicamentoso diminui a qualidade e expectativa de vida dos pacientes bem como aumenta a necessidade deles por serviços de saúde.

As doenças crônicas não transmissíveis constituem o problema de saúde que causam um grande número de ocorrências no SUS e correspondem a 72% das causas de mortes. As DCNT atingem fortemente camadas pobres da população e grupos vulneráveis, já que o fator ambiental e alimentar interferem na doença. Em 2007, a taxa de mortalidade por DCNT no Brasil foi de 540 óbitos por 100 mil habitantes (SCHMIDT, 2011).

A hipertensão arterial Sistêmica (HAS), tem atingido cerca de 30% dos indivíduos maiores de 20 anos no nosso Brasil, formando parte do grupo de doenças cardiovasculares, sendo um dos principais fatores que mais ocasionam mortes. Estudos têm apresentado indícios de que a hipertensão arterial

sistêmica no adulto é uma patologia que se pode iniciar durante a infância (COSTANZI, et al., 2009).

Lofredo, Telaolli e Basso (2003) em sua classificação, consideram um indivíduo hipertenso aquele que apresenta níveis pressóricos relativamente altos e persistentes, definida como pressão sanguínea sistólica $>$ ou $=$ a 140 mmHg ou pressão sanguínea diastólica $>$ ou $=$ a 90mmHg.

O Ministério da Saúde (MS) elaborou um programa chamado HIPERDIA, que é um sistema de informação que permite cadastrar e acompanhar os hipertensos e diabéticos em todas as unidades ambulatoriais do Sistema Único de Saúde (SUS) e que garante o recebimento dos medicamentos prescritos, tendo como objetivos permitir o monitoramento dos pacientes cadastrados no Plano Nacional de Reorganização da Atenção à HAS e DM e gerar informações de forma regular e sistemática a todos os pacientes cadastrados, gerando relatórios epidemiológicos aos gestores locais, possibilitando a realização de um plano de ação, visando à melhoria da qualidade de vida dessas pessoas (CASTRO et al, 2010).

A relevância desse projeto de intervenção implica em subsidiar o planejamento de ações da Unidade Básica de Saúde Lapa – Zona Rural, voltadas ao controle da hipertensão arterial, visto que a prevalência dessas doenças tem se mostrado crescente no Brasil (CASTRO et al, 2010).

A implantação deste plano de intervenção busca garantir maior eficiência e eficácia do Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial, viabilizando e incorporando intervenções que atendam a comunidade assistida, quer seja em termos de necessidade individual quer seja coletiva, asseguradas nas determinações do SUS. Uma vez que vários estudos demonstram que a maior parte dos pacientes com diagnóstico de hipertensão apresenta uma baixa adesão ao tratamento, indicando uma baixa efetividade das ações de controle dessa doença no país (CASTRO et al, 2010).

Este trabalho caracteriza-se por descrever um projeto de intervenção direcionado a população com DCNT, foi executado pelos profissionais da equipe da ESF, comunidade rural localizada na Lapa, município de Curitiba, estado do Paraná, sendo a equipe ESF formada por um médico, duas técnicas de enfermagem, uma enfermeira e cinco agentes comunitários de saúde. O público

alvo foram usuários da UBS com idade de 20 a 60 anos com diagnóstico de DCNT.

5. METODOLOGIA

5.2 Tipo de estudo

Este é um estudo que utiliza o método pesquisa-ação realizada no primeiro semestre de 2019 com a população de 35 a 59 anos na área rural da cidade Lapa – PR.

5.3 Coleta de dados

Realizar-se-á por meio de análise no banco de dados do ministério da saúde, na plataforma eletrônica do SUS e em documentos físicos da UBS, observando o número de retornos, sintomatologia, dados coletados em visitas domiciliares. O projeto de pesquisa-ação consiste de sete, sendo eles; Exploratória; Interesse do tema; Definição do problema; Base teórica; Elaboração da proposta; Implantação; Avaliação do impacto.

Quadro 1 : Fase Exploratória

Fase Exploratória	Diagnóstico foi realizado e está descrito na introdução
Interesse do Tema	Os dados epidemiológicos apontam que o abandono do tratamento medicamentoso diminui a qualidade e expectativa de vida dos pacientes bem como aumenta a necessidade dos mesmos por serviços de saúde.
Tema da Pesquisa	Quais Fatores que influenciam na adesão ou abandono dos tratamentos para doenças crônicas nos pacientes da área rural da Lapa - PR
Colocação dos Problemas	Cultura, religião e medicina alternativa e sua relação com o abandono dos tratamentos farmacológicos.
Lugar da Teoria	Segundo o ministério de Saúde condições socioeconômicas e culturais dos pacientes são fatores importantes na forma como o indivíduo realiza o tratamento. Mas, além de tudo isso o primordial é a vontade do paciente, e para isso uma equipe com habilidades, atitudes e conhecimentos faz a diferença na sensibilização deste paciente na participação do processo. Normalmente o usuário portador de doenças crônicas é um constante frequentador da unidade básica de saúde, buscando-a para a renovação de receitas, consulta de acompanhamento, verificação da pressão e/ou glicemia, atendimento para a agudização de sua condição crônica, entre outras situações). Porém, muitas dessas visitas podem estar relacionadas a não adesão a um tratamento medicamentoso prescrito, situação essa que pode ocorrer por vários fatores. O diabetes mellitus e a hipertensão arterial atingem, respectivamente, 6,3% e 23,3% dos adultos brasileiros. Essas doenças representam a primeira causa de mortalidade e de hospitalizações, sendo apontadas como responsáveis por mais

da metade dos diagnósticos primários em pessoas com insuficiência renal crônica, submetidas à diálise, no Sistema Único de Saúde (SUS) (OPAS, 2005). As doenças cardiovasculares constituem a grande maioria delas, sendo a hipertensão arterial sistêmica a mais prevalente, aumentando progressivamente com a idade (PASSOS; ASSIS; BARRETO, 2006). A falta de adesão ao tratamento pelo paciente é considerada por alguns autores como um problema de saúde pública, e tem sido denominada de “epidemia invisível”, variando de 15 a 93% para portadores de doenças crônicas, com média estimada de 50%, dependendo do método empregado para a medida (SANTA HELENA, 2007; SOUZA; GARNELO, 2008; BLOCH; MELO; NOGUEIRA, 2008). Disponível em : http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/sintese_evidencias_politicas_tratamento_medicamento_so.pdf acesso em 27/04/2019.

Elaboração da Proposta Em primeira etapa, serão analisadas as fichas de todos os pacientes e selecionados os que participaram da pesquisa. Os possíveis participantes serão convidados a responder um questionário e conversar com os pesquisadores sobre o tema. O questionário será aplicado durante uma semana aos pacientes que se enquadram como objeto de pesquisa e que forem atendidos nas UBS rurais, ou em visita domiciliar, sempre respeitando a decisão do paciente de não participar.

Data/ horário	Objetivo	Estratégia	Duração/ participantes
A <i>decidir</i>	Entender os principais motivos pelo qual os pacientes abandonam o tratamento farmacológico	Através de fichas anônimas, serão coletados dados que posteriormente analisados trarão informações a UBS sobre o problema.	Pacientes entre 20 a 60 anos de idade, homens e mulheres portadores de HAS, DM e Obesidade
A <i>decidir</i>	Conscientizar e informar os pacientes sobre a importância da adesão ao tratamento e mudança do estilo de vida.	A partir do entendimento dos principais fatores, elaborar uma palestra educativa desmistificando fator por fator.	Toda população será convidada

Implantação esta etapa acontecerá nos próximos meses.

Avaliação do impacto esta etapa acontecerá nos próximos meses.

Aderência ao tratamento:

Acreditamos que o perfil populacional seja o responsável por esse problema. Assim como existe ainda uma descrença em relação ao atendimento na UBS, o tratamento medicamentoso não é bem visto por alguns pacientes que não iniciam o tratamento ou o interrompem de forma temprana.

Natureza atual

Em complexidade é estruturado;

Em relação a posição na organização foi considerado pelo mesmo problema que o descaso com a saúde por parte da população;

Em relação a governabilidade é novamente baixo controle pela questão cultura.

6. REVISÃO BIBLIOGRAFICA

O presente trabalho também realizou uma revisão bibliográfica sobre o tema DCNT por meio da busca nas seguintes bases de dados: SCIELO e Google Acadêmico. As buscas foram feitas sem limites de datas e os seguintes descritores foram utilizados: Atenção Primária de Saúde, Hipertensão Arterial Sistêmica, obesidade, tabagismo, doença crônica não transmissível.

Foram selecionados os artigos de acordo com o conteúdo encontrado em seus resumos, como Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022, Cadernos de atenção básica do SUS nº 36, 37 e 38 e artigos: Doenças crônicas não transmissíveis e a utilização de serviços de saúde: análise da Pesquisa Nacional de Saúde no Brasil (Mallta, 2017) e Intervenção educativa sobre os fatores de risco modificáveis e de proteção para as DCNT em grupos comunitários (Assencio, 2015)

7. MATERIAIS E MÉTODOS, RESULTADOS ESPERADOS

Serão realizadas atividades de educação em saúde com a participação da ESF através da utilização de obras de teatro, palestras, assistir vídeos informativos e filmes. Cada reunião vai ser tratada, aproveitando o espaço dos grupos comunitários, desenvolvendo um tema definido mensalmente.

Data/ horário	Objetivo	Estratégia	Duração/ participantes	Recursos utilizados
10.07 7:30	Levantamento de dados estadísticos dos registros da UBS, dos grupos e no diagnóstico de saúde para identificar a situação das DCNT na Área de abrangência	Busca ativa em prontuários	1 mês ACS Técnico de enfermagem enfermeira	Prontuários da ESF
15/07 16/07	Capacitação da equipe sobre os MEV e de proteção para as DCNT e seus agravos	Palestras	Equipe ESF Médico 4 horas	Produção do material educativo
20/07	Os pacientes serão convocados pelos ACS para as reuniões nos grupos comunitários.	Formação do grupo de DCNT	Equipe ESF Médico 40 minutos	Palestras
Todas as manhas	Mudança do estilo de vida Caminhada com os DCNT	MEV	1 hora Equipe ESF Educador Físico	Quadra de esportes

8. CONSIDERAÇÃO FINAL

A partir da execução e desenvolvimento deste projeto de intervenção, foi possível fortalecer e qualificar as ações desenvolvidas no cuidado à saúde da pessoa com doenças crônicas não transmissíveis, implementando estratégias de orientação e Educação em Saúde, para o uso correto de medicamentos em pacientes hipertensivos e diabéticos, estabelecendo um vínculo com o paciente, e melhorando significativamente sua qualidade de vida.

Durante a realização deste projeto foi possível contatar que os instrumentos de avaliação, como a medida da pressão arterial e glicemia capilar, tornaram-se uma ferramenta indispensável para o acompanhamento do usuário de HAS e DM, servindo de base para seu tratamento e supervisão de sinais vitais durante as atividades do cronograma pré-estabelecidas.

Foram necessários implementar ações de acordo com a realidade vivenciada pelos pacientes da área, como caminhadas matinais, em acompanhamento equipe ESF, atividade realizada com êxito com participação de um número significativo de pacientes de hiperdia da UBS.

Foram realizadas consultas com médico, avaliação com nutricionista para cada paciente envolvido no projeto, onde apenas 3 pacientes não compareceram na consulta no dia agendado.

As visitas domiciliares (VD) estão sendo realizadas conforme o princípio de equidade, já que existem outras atividades e são realizadas 5 VD por semana, não foi possível realizar uma VD a todos os participantes envolvidos.

Em uma ação conjunta com a comunidade foi incentivado o cultivo de alimentos naturais e realização de uma horta comunitário, projeto que ainda está em fase de realização, acredita-se que até o fim do ano de 2019, estará pronta.

Palestras educativas e rodas de conversas, realizadas com referentes temas como dieta hipossódica, alimentação saudável e mudanças do estilo de vida, foram realizadas com êxito, com participação da nutricionista, médico do projeto e toda a equipe ESF.

Todos os objetivos propostos foram atingidos com sucesso e ainda serão continuados até o final do ano de 2019. Pode-se dizer que foi melhor do que o

esperado, já que os níveis pressóricos dos 30 participantes diminuíram significativamente e dois deles deixaram de usar os medicamentos anti-hipertensivos, e sentiram vontade de seguir cuidando da sua saúde evitando complicações, não só com a medicação, mas com o apoio da equipe de saúde.

Conclui-se com a realização deste projeto que a luta contra o aumento de DCNT é contínua, e deve se estender a toda a comunidade, portanto a equipe ESF da Lapa estará dando continuidade ao trabalho durante o ano de 2019 e anos seguintes.

9. REFERENCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022 / Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2011. 160 p.

Brasil. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. Brasília: MS; 2011.

Brasil. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Vigilância em Saúde. 2ª ed. rev. Brasília: MS; 2008. (Normas e Manuais Técnicos - Cadernos de Atenção Básica, n. 21).

IBGE. Censo de 2010. Disponível em: <https://lapa.atende.net> Acesso em: 05 abril 2019

Malta DC, Bernal RTI, Lima MG, Araújo SSC, Silva MMA, Freitas MIF, et al. Doenças crônicas não transmissíveis e a utilização de serviços de saúde: análise da Pesquisa Nacional de Saúde no Brasil. Rev Saude Publica. 2017;51 Supl 1:4s Malta DC, Cezario AC, Moura L, Moraes Neto OL, Silva Junior JB.

BRASIL. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Hipertensão arterial sistêmica para o Sistema Único de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 58 p. Cadernos de Atenção Básica, n. 16, Série A. Normas e Manuais Técnicos.

BRASIL. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Diabetes Mellitus. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. v. 64, p. II, Cadernos de Atenção Básica, n. 16. Série A. Normas e Manuais Técnicos.

BRASIL. Ministério da Saúde. Departamento de atenção Básica. Área Técnica de Diabetes e Hipertensão Arterial. Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus- protocolo. Brasília, 2001. Cadernos de Atenção Básica.

CASTRO, V.D.; CAR, M.R.. Dificuldades e facilidades dos doentes no seguimento do tratamento da hipertensão arterial. Rev. Esc. Enf., USP, v.33, n.3, p.292-304, set. 1999.

COSNTANZI, C.B., et al. Fatores associados a níveis pressóricos elevados em escolares de uma cidade de porte médio do Sul do Brasil. Jornal Brasileiro de Pediatria, v.85, n.4, p.535-40, 2009. Disponível: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0021-75572009000400011&script=sci_arttext Acesso: 11 de junho de 2019.

COSTA, J.S.D., et al. Prevalência da hipertensão arterial em adultos e fatores associados: um estudo de base populacional urbana em Pelotas, Rio Grande do

Sul, Brasil. Arquivo Brasileiro de Cardiologia, v.88, n.1, p.59-65, 2007. Disponível: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0066-782X2007000100010&script=sci_arttext

FREITAS, et al. Prevalência da hipertensão arterial sistêmica na População urbana de Catanduva, SP. *Arq. Bras. Cardiol*, v. 77, nº 01, p. 09-15, 2001.

PORTO, Celmo Celeno. *Semiologia médica*. 5ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

Siqueira RMS, Loureiro MDR, Frota OP, Ferreira Junior MA. Prática de Educação em Saúde na Visão dos Cuidadores Informais. *Rev enferm UFPE on line*. 2017. 11(8):3079-86.

Moura AF, Lima MG. A Reinvenção da Roda: Roda de Conversa: um Instrumento Metodológico Possível. *Temas em Educação*. 2004. v. 23 n. 1. Disponível em: <<http://www.periodicos.ufpb.br/index.php/rteo/article/view/18338/0> >

LOFREDO, L.C.M; TELAROLLI, R; BASSO, M.F.M. Prevalência de Hipertensão Arterial Sistêmica em Estudantes da Faculdade Odontologia de Araraquara-UNESP. *Revista de Odontologia da UNESP*, v.32, n.2, p.99-104, 2003. Disponível: <http://rou.hostcentral.com.br/PDF/v32n2a04.pdf> Acesso: 11 de junho de 2019.

ROSÁRIO, T.M., et al. Prevalência, controle e tratamento da hipertensão arterial sistêmica em Nobres- MT. *Arquivo Brasileiro de Cardiologia*, v.93, n.6, p.672-78, 2009. Disponível: <http://www.scielo.br/pdf/abc/v93n6/18.pdf> Acesso: 11 de junho de 2019.