

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA IDOSOS PORTADORES DE DIABETES E HIPERTENSÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Luana Alves Silva¹; Hérick Hebert da Silva Alves¹; Sandna Larissa Freitas dos Santos²;
Donato Mileno Barreira Filho³

¹Discentes do curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: luanaluscena@hotmail.com

²Farmacêutica pelo Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: sandy.lary@hotmail.com

³Docente do curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: milenofh@hotmail.com

RESUMO

A proporção de idosos na população brasileira vem crescendo rapidamente, evidenciando um dos maiores desafios da saúde pública contemporânea, ou seja, a queda das taxas de fecundidade e o aumento da expectativa de vida. Com o aumento da idade cronológica, há uma maior prevalência de condições crônicas de saúde, o que predispõe os idosos a um maior consumo de medicamentos, apresentando assim, peculiaridades se comparados às demais faixas etárias. O trabalho tem como objetivo apresentar um relato de experiências de ações educativas em saúde voltadas ao manejo de doenças crônicas como hipertensão e diabetes, com idosos da casa de acolhida Remanso da Paz, Quixadá-CE. Foi desenvolvido pelos acadêmicos do curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá realizado durante o mês de maio 2016. O relato de experiência teve método do tipo qualitativo, longitudinal e assim, foram respeitados os requisitos quanto à confidencialidade e sigilo das informações, aprovado de acordo com o parecer N°. 1.478.724. As experiências foram baseadas em orientação e aconselhamento sobre as medidas diárias frente às doenças crônicas, por meio de palestras, rodas de conversas, discussões, além da execução de teste de glicemia e verificação de pressão arterial para averiguação da terapia medicamentosa. Dessa forma, a promoção da saúde é tida como um processo que abrange a participação de toda a população no contexto do cotidiano do idoso e não apenas das pessoas sob risco de adoecer, evidenciando que as ações desenvolvidas são essenciais na melhoria da qualidade de vida do idoso.

Palavras-chave: Diabetes *Mellitus*. Educação em Saúde. Hipertensão. Saúde do Idoso.

INTRODUÇÃO

A proporção de idosos na população brasileira vem crescendo rapidamente, evidenciando um dos maiores desafios da saúde pública contemporânea, ou seja, a queda das taxas de fecundidade e o aumento da expectativa de vida começaram a alterar sua estrutura, o que ocasiona redefinição nas responsabilidades familiares e nas demandas por políticas públicas de saúde, alterando até mesmo as relações de gênero no seio familiar (SILVA et al., 2012).

O diabetes mellitus (DM) é um grande problema de saúde pública, por se tratar de um distúrbio crônico com elevadas taxas de morbimortalidades, que afeta grande parte da população, tendo como causa fatores hereditários e ambientais (WOOK; JOSEPHINE, 2008).

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é a mais frequente das doenças cardiovasculares. Por se tratar de uma doença assintomática e silenciosa acomete homens e mulheres de todas as raças, classes sociais, idade, em especial a população idosa, sendo uma das principais causas de morte no Brasil e no mundo. A pressão pode se alterar por vários

motivos, mas principalmente devido à contração dos vasos sanguíneos onde o sangue circula, fazendo assim com que o coração bombeie o sangue com mais força elevando os níveis pressóricos (CONTIERO et al, 2009).

Fatores como obesidade, ingestão de bebidas alcoólicas, tabagismo, sedentarismo, má alimentação, em especial com excesso de sal, estresse, não praticar atividades físicas, dentre outros dificultam o tratamento e o controle dessas doenças crônicas. Com isso, além do uso dos fármacos no controle, também pode ser utilizada como tratamento complementar, a terapia não medicamentosa, lhe proporcionando bem-estar e contribuindo para uma melhor qualidade de vida (LIMA JUNIOR; LIMA NETO, 2010).

O idoso requer uma atenção especial da equipe de saúde, pois está no processo de envelhecimento, e sofre modificações biológicas, fisiológicas, cognitivas, patológicas e socioeconômicas. No entanto, as particularidades da idade não podem definir que o idoso seja um ser doente e sim que tais modificações podem ser adaptáveis a uma vida ativa e saudável. Torna-se fundamental que os profissionais de saúde tomem consciência dos fatores determinantes desse processo, compreendendo sua complexidade e atuando em prol da promoção da saúde desses idosos (MARTINS et al, 2007).

Diante disso, o estudo tem como objetivo apresentar um relato de experiência de ações educativas e orientações sobre o manejo de doenças crônicas como Diabetes e Hipertensão como aspecto benéfico à saúde do paciente idoso e ao processo de promoção da saúde, apresentando estratégias facilitadoras para os profissionais adequarem as atividades e para que sirvam como um referencial aos estabelecimentos de saúde.

METODOLOGIA

As atividades de educação em saúde foram desenvolvidas na casa de apoio aos idosos “Remanso da Paz” localizada no município de Quixadá-CE, trata-se de uma instituição filantrópica que realiza atividades ocupacionais e educativas, mediadas por profissionais voluntários. As atividades foram executadas por acadêmicos do curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá-Unicatólica- Quixadá-CE, com a participação de 12 idosos, no período de maio de 2016, com o intuito de aperfeiçoar o conhecimento das atividades relacionadas à Atenção Farmacêutica, com ênfase no paciente idoso.

O relato de experiência teve método do tipo qualitativo, longitudinal e assim, foram respeitados os requisitos quanto à confidencialidade e sigilo das informações, de acordo com as determinações feitas pela Resolução 466/12 e as participantes não foram submetidas a qualquer tipo de experimentação. O estudo foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Católica de Quixadá de acordo com o protocolo N°. 1.478.724.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 22 participantes, 16 (72,7%) eram mulheres e 6 (27,3%) homens, na faixa etária de 60 a 90 anos. Quanto ao estado civil, 12 (54,54%) são viúvos, 4 (18,18%) solteiros, 4 (18,18%) casados e 2 (9,10%) separados. Sobre a escolaridade, 9 (40,90%) possuem ensino médio, 6 (27,3%) ensino fundamental, 6 (27,3%) não são alfabetizados e 1 (4,5%) ensino superior. Com relação às patologias, houve maior prevalência, entre os participantes, de hipertensão (58%) e diabetes (42%). Para a coleta desses dados foi aplicado um questionário.

Inicialmente foi apresentada a proposta das ações de educação aos idosos, havendo uma grande aceitação. Os encontros foram planejados com palestras, conversas, discussões, tiradúvidas voltadas para a melhoria da qualidade de vida de pacientes idosos, e assim intensificando o processo ensino e aprendizagem, incluindo o discente na prática de Atenção Farmacêutica na geriatria.

Os encontros ocorriam semanalmente, com palestras e rodas de conversas explicativas, com uso de cartazes explanando as causas e a importância do controle das diversas patologias, e plantões tira-dúvidas dos idosos participantes. Foram abordados temas como: uso de preparações medicinais na terapêutica de doenças crônicas, hábitos de alimentação saudável, uso racional dos medicamentos, causa e manejo frente a Hipertensão e Diabetes.

No decorrer das atividades educativas, os acadêmicos realizavam conversas individuais a respeito da terapia medicamentosa dos idosos, com orientação da posologia correta e a verificação de interações medicamentosas com alimentação e/ou com outros medicamentos, além de reações adversas que pudessem ocorrer pela polimedicação e efeitos colaterais. Para a concretização dessas orientações, foi disponibilizado aos idosos, uma tabela criada pelos próprios alunos, com o objetivo de facilitar a utilização com horários e dosagens e, assim, minimizar efeitos tóxicos ocasionados pelo uso inadequado daqueles idosos que são polimedicados.

Além disso, ações como aferição de pressão arterial e teste de glicemia foram realizadas objetivando a melhor assistência da terapia dos idosos, com o monitoramento e orientação quanto aos resultados dos testes elevados ou minimizados. De acordo com Brum, Soccol e Terra (2012) exames de triagem mostram-se indispensáveis para o acompanhamento dos valores séricos de idosos hipertensos e diabéticos para evitar alterações, e ainda avaliar a adesão da terapia medicamentosa.

Ao final do projeto, foi disponibilizado um material educativo sobre a importância de adotar hábitos saudáveis para o controle das doenças crônicas mais prevalentes em idoso, bem como favorecer a transmissão de informações para as demais pessoas envolvidas na saúde do idoso, como familiares e vizinhos. De acordo com Gutierrez e Minayo (2010), o cuidado com a saúde é realizado com uma ligação estável de uma série de elementos envolvidos, como estado emocional, físico, vínculo familiar, ambiente de trabalho, e residencial.

CONCLUSÃO

A Atenção Farmacêutica está evidenciada na interação entre pacientes, familiares farmacêuticos e demais profissionais de saúde. Esta interação é vista como a maior indutora da satisfação do paciente em relação aos serviços de saúde e ao desenvolvimento do eficaz de um tratamento medicamentoso. Visto que a população idosa tem maior incidência de doenças crônicas e como consequência disso, faz a utilização de diversas substâncias medicamentosas, torna-se essencial uma maior atenção pelos profissionais de saúde.

As ações de educação em saúde influenciam na adesão medicamentosa dos idosos, possibilitando a transmissão de informações sobre as patologias e o uso racional de medicamento, somado a isso, observa a contribuição à formação acadêmica dos estudantes de farmácia, que puderam elucidar o conhecimento na prática diária. Assim, evidencia-se a importância da realização de atividades de educação em saúde à população idosa, e que no ato de cuidar do ser idoso e de seu cuidador não devemos focar nossas ações na patologia, mas priorizar a promoção, manutenção e recuperação da saúde.

REFERÊNCIAS

BRUM, D. J. T.; SOCCOL, K. L. S.; TERRA, M. G. Educação em saúde com idosos em grupos da terceira idade. In: JORNADA NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 16., 2012, Santa Maria. **Anais...** Santa Maria: UNIFRA, 2012.

CONTIERO, A. P. et al. Idoso com hipertensão arterial: dificuldades de acompanhamento na Estratégia Saúde da Família. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre (RS), v. 30, n. 1, p. 62-70, 2009.

GUTIERREZ, D. M. D.; MINAYO, M. C. S. Produção de conhecimento sobre cuidados da saúde no âmbito da família. **Ciências e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, Supl. 1, p. 1497-1508, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v15s1/062.pdf>>. Acesso em: 29/05/2014.

LIMA JÚNIOR, E.; LIMA NETO, E. Hipertensão arterial: aspectos comportamentais – estresse e migração. **Revista Brasileira de Hipertensão**, Ribeirão Preto, SP, v. 17, n. 4, p. 210-225, 2010.

MARTINS, J. J. et al. Educação em saúde como suporte para a qualidade de vida de grupos da terceira idade. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Goiânia, v. 9, n. 2, p. 443 - 456, 2007.

SILVA et al. Polifarmácia em geriatria. **Revista da Associação Médica do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 56, n. 2, p. 164-174, abr./jun., 2012.

WOOK, K.; JOSEPHINE, M. E. The role of incretins in glucose homeostasis and diabetes treatment. **Pharmacological Reviews**. v. 60, n. 4, p. 470-512, 2008.