

CUIDAR PARA VIVER: AÇÃO INTEGRADA DE PREVENÇÃO E CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA UBS EUDOXIA DE OLIVEIRA NEGRE

Bianca Fermontt Aires ⁽¹⁾
Bianca Thaisa Drudi ⁽²⁾
Danilo Cardoso Mendes ⁽³⁾
Fernanda Godinho Franco ⁽⁴⁾
Marcela Souza Oliveira ⁽⁵⁾
Maria Clara Borges Barbosa Cristal ⁽⁶⁾
Ivana Pereira Lopes ⁽⁷⁾

Resumo – O presente trabalho teve como objetivo promover a detecção precoce de doenças cardíacas e o acompanhamento de pacientes hipertensos atendidos na Unidade Básica de Saúde (UBS) Eudoxia de Oliveira Negre, em Porto Nacional – TO, por meio de ações assistenciais e educativas voltadas à prevenção de doenças cardiovasculares. O estudo caracterizou-se como uma intervenção de caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvida entre agosto e novembro de 2025, sob supervisão docente e conduzida por acadêmicos de Medicina da Afya Porto Nacional. As etapas incluíram triagem clínica, aferição de sinais vitais, realização de eletrocardiogramas (ECG) e atividades educativas sobre controle da pressão arterial e hábitos saudáveis. Foram realizados ECGs em aproximadamente 10% dos hipertensos cadastrados, priorizando os pacientes com maior tempo de espera, o que possibilitou a identificação precoce de alterações cardíacas e o encaminhamento de todos os casos com resultados alterados para avaliação médica. As ações educativas demonstraram aumento no conhecimento dos pacientes sobre autocuidado e adesão ao tratamento. O projeto contribuiu para o fortalecimento da atenção primária e para a promoção dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3, 10 e 12, ao integrar práticas de saúde, educação e sustentabilidade, reforçando a importância da formação médica humanizada e do acesso equitativo ao cuidado cardiovascular.

Palavras-chave: Atenção Primária; Autocuidado; Prevenção Cardiovascular; Promoção da Saúde.

Introdução

Após uma breve análise, identificou-se uma alta prevalência de hipertensão

¹ Discente do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. biankafaires@icloud.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9382313291833221>.

² Discente do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. idbiancaapp@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/2022210388173470>.

³ Discente do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. danicardosomendes@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1640871138610589>.

⁴ Discente do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. fernandagodinhof@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7729978030481359>.

⁵ Discente do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. Marcelasolv14@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6339777187709774>.

⁶ Discente do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. mariaclaracristalmed@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/6598697570990675>.

⁷ Professor do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. ivana.lopes@afya.com.br. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8038688026794012>.

arterial sistêmica (HAS) entre a população do setor Planalto, em Porto Nacional - TO, especialmente entre 269 pacientes hipertensos acompanhados na UBS Eudoxia de Oliveira Negre, dos quais 73 também têm diabetes. Nesse cenário, a hipertensão é uma condição crônica grave que afeta quase metade dos adultos brasileiros, sendo a principal causa de doenças cardiovasculares, acidentes vasculares cerebrais (AVCs) e insuficiência renal, acarretando alta morbimortalidade e impacto na qualidade de vida (Brasil, 2021).

Por conseguinte, dados da Secretaria de Estado da Saúde do Tocantins (SES-TO) indicam que em 2023 mais de 355 mil pessoas foram consumidas com hipertensão arterial no estado, correspondendo a cerca de 36% da população atingida (Brasil, 2024). Dessa forma, esse problema afeta uma população observada por vulnerabilidade socioeconômica, com acesso limitado a serviços de saúde e hábitos de vida um pouco específicos, como alimentação envolvente e sedentarismo, o que agrava os riscos associados. A deficiência no diagnóstico precoce e no monitoramento contínuo da hipertensão resulta em complicações evitáveis, maior custo ao sistema de saúde e sofrimento para os pacientes e suas famílias.

Embora comum em todo o Brasil, essa problemática é marcante em áreas vulneráveis como o setor Planalto, refletindo desigualdades no acesso e na qualidade da atenção à saúde. Sob esse viés, no contexto apresentado, os pacientes enfrentam longos períodos de espera, muitas vezes de meses, para a realização de um eletrocardiograma, exame relativamente simples e de baixo custo. Ao viabilizar a realização desse exame de forma mais ágil, o projeto contribui para a detecção precoce de alterações cardiovasculares, promovendo intervenções oportunas e potencialmente aumentando a sobrevida desses pacientes.

Assim, o presente trabalho teve como objetivo promover a detecção precoce de doenças cardíacas e o acompanhamento da hipertensão arterial em pacientes atendidos na Unidade Básica de Saúde (UBS) Eudoxia de Oliveira Negre, visando à melhoria da saúde cardiovascular e à redução das complicações associadas, em consonância com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3 (Saúde e Bem-Estar) e 10 (Redução das Desigualdades). Para alcançar essa finalidade, foram delineadas ações voltadas à estratificação dos pacientes segundo o risco cardiovascular, por meio de exame físico detalhado e aferição de sinais vitais, possibilitando a identificação de indivíduos com maior vulnerabilidade clínica.

Além disso, foram realizados exames de eletrocardiograma nos pacientes hipertensos cadastrados na UBS, com o propósito de detectar precocemente possíveis alterações cardíacas. Os pacientes que apresentaram resultados sugestivos de anormalidades foram encaminhados para avaliação médica na própria unidade, em até 30 dias após a realização dos exames, garantindo a continuidade do cuidado. Complementarmente, foi desenvolvida uma palestra educativa com linguagem acessível e abordagem participativa, abordando temas relacionados a hábitos de vida saudáveis, controle da pressão arterial e adesão ao tratamento, a fim de fortalecer a autonomia e o autocuidado dos usuários, contribuindo para a promoção da saúde e a prevenção de complicações cardiovasculares.

Métodos

O estudo foi realizado na Unidade Básica de Saúde (UBS) Eudoxia de Oliveira Negre, situada no município de Porto Nacional, estado do Tocantins, e teve como público-alvo os pacientes hipertensos cadastrados na unidade. Caracterizou-se como um estudo de intervenção descritivo e de abordagem qualitativa, desenvolvido entre os meses de agosto e novembro de 2025. As atividades foram conduzidas por acadêmicos do sexto período do curso de Medicina da Afya Porto Nacional, sob supervisão docente, contemplando ações assistenciais e educativas voltadas à prevenção de complicações cardiovasculares, à detecção precoce de alterações cardíacas e ao fortalecimento do autocuidado em saúde.

As etapas metodológicas foram organizadas de forma cronológica, visando garantir a coerência entre planejamento, execução e avaliação das ações. As intervenções incluíram triagem e anamnese direcionadas aos pacientes hipertensos, aferição de sinais vitais, realização de eletrocardiogramas (ECG) e atividades educativas sobre o controle da pressão arterial e hábitos de vida saudáveis. Os pacientes com alterações nos exames foram encaminhados para avaliação médica na UBS em até 30 dias, assegurando a continuidade do cuidado.

A primeira etapa consistiu na preparação e mobilização da comunidade, realizada em 20 de agosto de 2025, com duração aproximada de cinco horas. Nessa fase, os acadêmicos visitaram a UBS Eudoxia de Oliveira Negre para alinhar aspectos logísticos e, em parceria com os agentes comunitários de saúde, mobilizaram os 269 hipertensos cadastrados na unidade, convocando-os para participar da ação. Foram utilizados materiais de divulgação, formulários de triagem e listas de presença.

A segunda etapa envolveu reuniões periódicas com a orientadora, totalizando cerca de dez horas, distribuídas entre os meses de agosto, setembro e outubro de 2025. Esses encontros, realizados de forma presencial e remota, tiveram como finalidade discutir estratégias de intervenção, selecionar os instrumentos de coleta de dados, organizar a dinâmica da ação e elaborar o cronograma de execução.

A terceira etapa correspondeu à escrita e estruturação do projeto, conduzida entre agosto e setembro de 2025. Nessa fase, os acadêmicos reuniram-se para redigir o documento final, definir as responsabilidades individuais, planejar a distribuição das tarefas e garantir a coerência metodológica do estudo.

A quarta etapa consistiu na estratificação de risco cardiovascular, desenvolvida em 15 de outubro de 2025, com duração aproximada de uma hora. Participaram 40 pacientes hipertensos, que foram submetidos à aferição de sinais vitais (pressão arterial, frequência cardíaca e respiratória, índice de massa corporal e circunferência abdominal), utilizando fichas do sistema e-SUS e equipamentos clínicos adequados.

A quinta etapa contemplou a palestra educativa sobre risco cardiovascular, também realizada em 15 de outubro de 2025, com duração de uma hora. A atividade abordou fatores de risco, medidas de prevenção e práticas de vida saudáveis, utilizando recursos visuais e panfletos educativos elaborados pelos acadêmicos. O objetivo foi promover a conscientização dos pacientes quanto à importância do controle da pressão arterial e da adesão ao tratamento.

A sexta etapa compreendeu a realização de exames complementares, com foco nos eletrocardiogramas (ECG), realizados sob supervisão docente. Os resultados foram analisados para identificação precoce de alterações cardíacas, sendo que os casos suspeitos foram encaminhados à médica da UBS. Por fim, a sétima etapa envolveu o encaminhamento dos casos com alterações, previsto para ocorrer até 15 de novembro de 2025. Os pacientes que apresentaram alterações nos exames foram direcionados à avaliação médica na UBS dentro do prazo de 30 dias, garantindo a continuidade do cuidado e, quando necessário, o encaminhamento especializado.

Todas as ações contaram com o apoio da equipe da UBS Eudoxia de Oliveira Negre, da Secretaria Municipal de Saúde de Porto Nacional e da Faculdade Afya Porto Nacional. O projeto seguiu os princípios éticos em saúde, assegurando o sigilo das

informações, o respeito à autonomia dos participantes e o compromisso com a formação médica humanizada e integral.

Resultados e Discussão

A execução do projeto na Unidade Básica de Saúde (UBS) Eudoxia de Oliveira Negre resultou em avanços significativos na prevenção e detecção precoce de alterações cardiovasculares entre os pacientes hipertensos acompanhados pela unidade. Foram realizados eletrocardiogramas (ECG) em aproximadamente 10% dos pacientes hipertensos cadastrados, priorizando, por meio de filtragem no sistema de regulação municipal, aqueles que aguardavam há mais tempo pelo exame. Essa estratégia garantiu maior equidade no acesso aos serviços de saúde, atendendo, de forma prioritária, os indivíduos com maior risco cardiovascular e tempo prolongado de espera.

A intervenção possibilitou a identificação precoce de alterações cardíacas em parte dos pacientes avaliados, o que favoreceu o encaminhamento de 100% dos casos com resultados alterados para avaliação médica e acompanhamento especializado. Essa conduta promoveu a continuidade do cuidado, reduzindo o risco de agravamento das condições clínicas e evitando possíveis internações decorrentes de complicações cardiovasculares.

As ações educativas desenvolvidas durante o projeto também apresentaram resultados expressivos. As palestras e orientações sobre controle da pressão arterial, alimentação saudável, prática regular de atividades físicas e adesão ao tratamento contribuíram para o aumento do conhecimento dos pacientes sobre o autocuidado e a prevenção de doenças cardiovasculares. A efetividade das intervenções foi verificada por meio da aplicação de questionários comparativos antes e após as atividades, que demonstraram maior compreensão e engajamento dos participantes em relação às práticas de promoção da saúde.

No aspecto qualitativo, observou-se melhoria na percepção dos usuários sobre a importância da saúde cardiovascular, além de maior confiança nos serviços da atenção primária e adesão ao acompanhamento clínico regular. Os relatos dos participantes evidenciaram o fortalecimento do vínculo entre a equipe de saúde e a comunidade, bem como o desenvolvimento de um sentimento de corresponsabilidade no cuidado com a própria saúde.

Além dos benefícios assistenciais e educativos, o projeto contribuiu para a promoção dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), em especial o ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), o ODS 10 (Redução das Desigualdades) e o ODS 12 (Consumo e Produção Responsáveis). Foram adotadas práticas sustentáveis durante a execução das ações, com o uso racional de materiais, o manejo adequado dos resíduos e a valorização do consumo consciente de insumos em saúde.

De modo geral, os resultados quantitativos e qualitativos obtidos demonstraram que a intervenção foi eficaz na ampliação do acesso ao diagnóstico, na promoção da educação em saúde e no fortalecimento da atenção primária, reforçando a importância de estratégias integradas e sustentáveis para a melhoria contínua da saúde cardiovascular na comunidade.

Sob esse panorama, a hipertensão arterial sistêmica (HAS) persiste como o principal fator de risco para doenças cardiovasculares (DCV) no Brasil, configurando-se em grave problema de saúde pública com alta prevalência e impacto na morbimortalidade da população adulta (Oliveira *et al.*, 2024). Por conseguinte, Santos *et al.* (2024) indica que iniquidades socioeconômicas, associadas a hábitos de vida sedentários e alimentação prejudiciais, potencializam a incidência e o impacto dessas doenças, principalmente entre populações vulneráveis e em áreas com acesso limitado ao cuidado em saúde.

Assim, as intervenções educativas e integradas têm como orientação a promoção do autocuidado e a redução dos fatores de risco cardiovascular. Programas que selecionam triagem clínica, acompanhamento regular e ações educativas externas para o controle da pressão arterial, adoção de dietas saudáveis e incentivo à atividade física aumentaram significativo no conhecimento dos pacientes e melhorias nos indicadores clínicos (Romero, 2018). Além disso, a realização de exames como eletrocardiogramas no contexto da atenção primária também tem contribuído para a detecção precoce de alterações cardiovasculares, permitindo encaminhamentos de oportunidades e complicações associadas (Santos *et al.*, 2024).

Por conseguinte, além dos benefícios clínicos, tais intervenções possibilitam fortalecer a atenção primária e a formação humanizada dos profissionais de saúde, sobretudo em unidades básicas (UBS) onde se concentram grande parte dos atendimentos de pacientes hipertensos (Benitez, 2018). Desse modo, a integração entre assistência, educação e políticas públicas assegura o compromisso com os

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), em particular a promoção da saúde e a redução das desigualdades (Brasil, 2021).

Considerações Finais

O desenvolvimento do projeto na Unidade Básica de Saúde (UBS) Eudoxia de Oliveira Negre evidenciou a importância das ações integradas de rastreamento e educação em saúde na prevenção de doenças cardiovasculares, especialmente entre pacientes hipertensos. As atividades assistenciais e educativas realizadas contribuíram para a detecção precoce de alterações cardíacas, o encaminhamento oportuno para avaliação médica e a ampliação do conhecimento da população sobre hábitos de vida saudáveis e controle da pressão arterial.

Além dos benefícios diretos à saúde dos pacientes, a intervenção proporcionou uma experiência formativa valiosa aos acadêmicos de Medicina envolvidos, fortalecendo competências essenciais como comunicação médico-paciente, empatia, escuta ativa, interpretação clínica e trabalho em equipe interdisciplinar. Tais habilidades são fundamentais para uma prática médica humanizada e comprometida com os princípios da atenção primária.

O projeto também reafirmou o papel estratégico da UBS como espaço de promoção da saúde e prevenção de agravos, demonstrando que ações simples, quando bem planejadas e executadas, podem gerar impacto positivo na redução das desigualdades em saúde e na melhoria da qualidade de vida da comunidade. Outrossim, conclui-se que a iniciativa alcançou seus objetivos ao integrar assistência, educação e sustentabilidade, contribuindo para o cumprimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3, 10 e 12, e reforçando a necessidade de continuidade de projetos que associem formação acadêmica, equidade e fortalecimento do Sistema Único de Saúde.

Referências

BENITEZ, Anisley Rodriguez. **Proposta de Intervenção Educativa para Prevenção e Controle das Doenças Cardiovasculares em Usuários Atendidos pela Estratégia de Saúde da Família Fatima no Município de Sabará, Minas Gerais**. 2018. 32 f. Monografia (Especialização) - Curso de Gestão do Cuidado em Saúde da Família, Universidade Federal de Alfenas, Sabará, 2018.

BRASIL. Governo do Tocantins. **SES-TO chama atenção para a prevenção e controle da Hipertensão**: doença crônica não tem cura e os pacientes precisam adotar um estilo de vida saudável. 2024. Disponível em: <https://www.to.gov.br/secom/noticias/ses-to-chama-atencao->

para-a-prevencao-e- controle-da-hipertensao/3j63dhgth6xz. Acesso em: 25 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030**. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

OLIVEIRA, Gláucia Maria Moraes de *et al.* Estatística Cardiovascular – Brasil 2023. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, [S.L.], v. 121, n. 2, p. 1-11, fev. 2024. Sociedade Brasileira de Cardiologia. DOI: <http://dx.doi.org/10.36660/abc.20240079>.

ROMERO, Marcos Antônio Rolon. **Ações de promoção de saúde e prevenção da hipertensão arterial sistêmica na área adscrita à ESF Campo Novo, Pien, Paraná**. 2018. 23 f. Monografia (Especialização) - Curso de Especialização Multiprofissional na Atenção Básica, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2018.

SANTOS, Matheus Miranda dos *et al.* AVANÇOS NA PREVENÇÃO E MANEJO DAS DOENÇAS CARDIOVASCULARES: PERSPECTIVAS ATUAIS. **Periódicos Brasil. Pesquisa Científica**, Macapá, Brasil, v. 3, n. 2, p. 1573–1583, 2024. DOI: 10.36557/pbpc.v3i2.215. Disponível em: <https://periodicosbrasil.emnuvens.com.br/revista/article/view/215>. Acesso em: 4 nov. 2025.