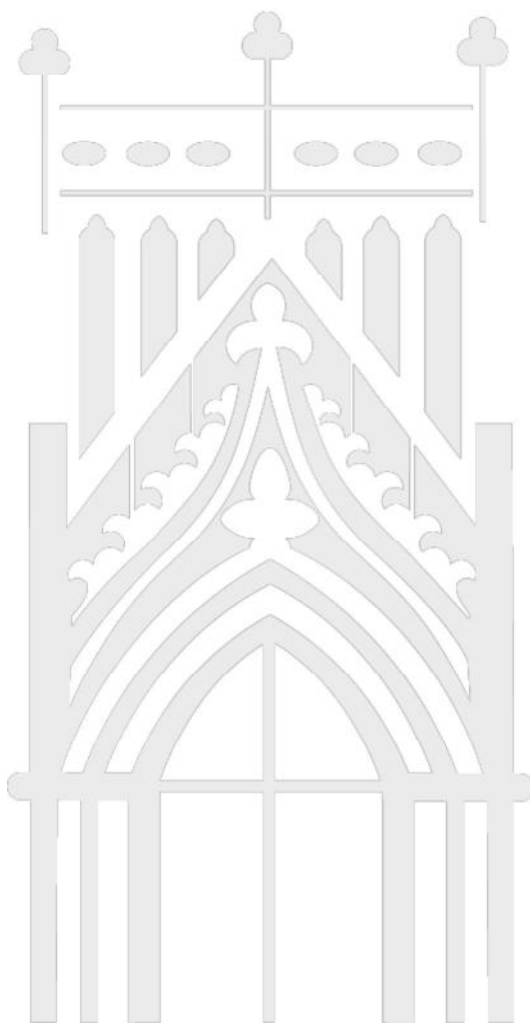


Mestrado em Enfermagem Comunitária

**ADESÃO À TERAPÊUTICA E ESTILO DE VIDA
NUM GRUPO DE PESSOAS PORTADORAS DE
HIPERTENSÃO ARTERIAL**

Andrea Silva Santos Pinto

setembro | 2019



Escola Superior
de Saúde



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Saúde

ADESÃO À TERAPÊUTICA E ESTILO DE VIDA NUM GRUPO DE PESSOAS PORTADORAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL: CONTRIBUTO DO ENFERMEIRO

Trabalho elaborado para obtenção do
Grau de Mestre em Enfermagem Comunitária

Andrea Silva Santos Pinto

Orientadora: Professora Doutora Ermelinda Maria Bernardo Gonçalves Marques

Coorientadora: Professora Dora Maria Ricardo Fonseca Saraiva

Guarda,
2019

RESUMO

Enquadramento: As Doenças Crónicas Não Transmissíveis, especificamente a Hipertensão Arterial têm uma elevada prevalência em todo o mundo, constituindo, assim, um grave problema de saúde mundial. O seu tratamento envolve medidas farmacológicas e não farmacológicas como, por exemplo, a adoção de um estilo de vida saudável.

Assim, é crucial que o Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública conheça a adesão à terapêutica e o estilo de vida dos clientes, para poder promover de modo eficaz estratégias promotoras destes.

Objetivo: Avaliar a adesão à terapêutica num grupo de pessoas portadoras de Hipertensão Arterial, numa Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados.

Métodos: Estudo quantitativo, de carácter descritivo e correlacional, de natureza transversal. A amostra não probabilística acidental, é constituída por 314 clientes, com uma média de idade de 68,8 anos, a maioria dos inquiridos pertence ao sexo feminino (63,7%). Os clientes estão inscritos no “Programa Nacional para as Doenças Cérebro-Cardiovasculares Risco: Hipertensão” e são seguidos na consulta de Hipertensão Arterial de uma Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados.

A recolha de dados foi efetuada através do hétero preenchimento de um protocolo de avaliação, utilizando as seguintes escalas, validadas para a população portuguesa: Medida de Adesão aos Tratamentos, Escala de Hábitos Alimentares, *Alcohol Use Disorders Identification Test*, o Teste de Fagerström de Dependência à Nicotina, e o Questionário Internacional de Atividade Física, versão curta. No tratamento dos dados foi utilizado o programa *Statistical Package for the Social Science*.

Resultados: Regista-se que 88,2% dos inquiridos aderem à terapêutica, contudo, 11,8% não o fazem. Relativamente ao sexo, verifica-se que os homens (91,2%) são os que mais aderem ao tratamento, comparativamente às mulheres (86,5%). Quanto ao estilo de vida, constata-se que 96,2% dos clientes têm hábitos alimentares adequados; 94,3% com baixa probabilidade de consumir bebidas alcoólicas e 5,1% da amostra são fumadores. No que concerne à atividade física, observa-se que 49,4% os clientes são “insuficientemente ativos”. Em média a adesão à terapêutica é maior nos clientes que residem em meio rural e com rendimentos acima do escalão de 1257- 1675 €.

Conclusões: Os resultados sugerem a necessidade de implementação de um projeto comunitário no âmbito da adesão à terapêutica e do estilo de vida. As intervenções devem ser

focalizadas nos fatores de risco modificáveis. Para que se obtenha sucesso é necessário envolver o indivíduo, os profissionais de saúde, as entidades públicas, as privadas e os mídias.

Palavras-chave: Hipertensão; adesão à terapêutica; adesão ao tratamento; estilo de vida; enfermagem em saúde comunitária.

ABSTRACT

Background: Noncommunicable Diseases specifically Hypertension have a high prevalence worldwide, thus constituting a serious health problem. Its treatment involves pharmacological and non-pharmacological measures, such as the adoption of a healthy lifestyle.

Thus it is crucial that the Nurse Specialist in Community and Public Health Nursing is aware of client's to the therapeutics adherence and lifestyle, in order to be able to effectively promote their strategies.

Objective: Assess the therapeutics adherence in a group of people with Hypertension, in a Personalized Health Care Unit.

Methods: Quantitative, descriptive, cross-sectional and correlational study. The sample was accidental non-probabilistic, consisting of 314 clients, with an average age of 68,8 years, most respondents are female (63,7%). Clients are enrolled in the "National Program for Cardiovascular Diseases Risk: Hypertension" and are followed at a Personalized Health Care Unit Hypertension consultation.

Data was collected through the straightforward completion of an assessment protocol using the following Portuguese versions of scales: Measurement and Therapeutic Adherence, Eating Habits Scale, Alcohol Use Disorders Identification Test, the Fagerström Test for Nicotine Dependence and short form of the International Physical Activity Questionnaire. In the treatment of the data the *Statistical Package for the Social Science* was used.

Results: It is noted that 88,2% of respondents adhere to the therapeutics, however, 11,8% do not. Regarding gender, it is found that men (91,2%) are the ones who most adhere to treatment, compared to women (86,5%). As for the lifestyle, 96,2% of clients have adequate eating habits; 94,3% with low probability of consuming alcohol and 5,1% of the sample are smokers, most of these (62,4%) have a "low nicotine dependence". Regarding physical activity, 49,4% of clients are "insufficiently active". This study confirms that adherence to the therapeutics is related to place of residence and type of income. In average, results are reflected this is higher for rural residents with incomes above € 1257- € 1675.

Conclusion: The results suggest the need to implement a community project in the context of adherence to therapeutics and lifestyle. Interventions should focus on modifiable risk factors. To be successful, it is necessary to involve the individual, health professionals, public in general, private entities and media.

Keywords (MeSH): Hypertension; medication adherence; treatment adherence and compliance; life style; community health nursing.