



PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO E MANUTENÇÃO DA DIABETES E HIPERTENSÃO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

AGING PROCESS: NURSE'S ACTION IN PREVENTION AND MAINTENANCE OF DIABETES AND HYPERTENSION IN PRIMARY CARE

Catarina Ferreira Pontes¹; Erlane Aguiar Feitosa de Freitas²

v. 2/ n. 1 (2019)
Janeiro / Dezembro

Aceito para publicação em
08/10/2019.

¹Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG-Cajazeiras-PB;

²Graduada em Licenciatura em Educação Física pela Universidade Paraibana de Educação, Doutora em Medicina e Saúde pela Universidade Federal da Bahia-UFBA, Docente da Universidade Federal de Campina Grande-UFCG-Cajazeiras-PB.



www.editoraverde.org

RESUMO: O envelhecimento é um processo caracterizado por alterações físicas, biológicas, psicológicas e sociais, que atingem o idoso de forma única no percorrer da vida, necessitando de atenção prioritizada e que possa garantir saúde e qualidade de vida, uma vez que o envelhecer se relaciona a mudanças orgânicas e, conseqüentemente, com o surgimento de doenças predisponentes para essa fase, sendo enfatizada a Hipertensão e Diabetes, que mais afetam os idosos e são responsáveis por complicações e comprometimento da saúde e do seu bem estar. Conhecer o processo de envelhecimento e a relação com a atuação do enfermeiro na prevenção e manutenção de doenças crônicas, como a HAS e a DM, no cenário da atenção primária. Trata-se de uma revisão bibliográfica, de abordagem qualitativa, fundamentada na análise de artigos científicos nacionais que trazem um suporte de informações sobre o processo de envelhecimento e a importância do enfermeiro na prevenção da HAS e DM. Os artigos estudados para a pesquisa evidenciaram a relevância de compreender o processo de envelhecimento e a fundamental importância da enfermagem na prevenção, manutenção e reabilitação de doenças como a hipertensão e diabetes em idosos, evitando também suas comorbidades, por meio de intervenções que podem ser realizadas na atenção primária de saúde. É importante que a atenção à saúde seja trabalhada de forma interdisciplinar, somando conhecimentos que contribuam para a promoção e recuperação da saúde do idoso, de forma a incluí-lo nas ações de autocuidado estimulando uma maior autonomia, sendo um desafio de saúde pública.

Palavras-chave: Idoso; Diabetes Mellitus; Hipertensão Arterial Sistêmica; Atenção Primária à Saúde.

ABSTRACT: Aging is a process characterized by physical, biological, psychological and social changes, which affect the elderly in a unique way throughout their lives, needing priority attention and that can guarantee health and quality of life, once aging relates to organic changes and, consequently, with the

emergence of predisposing diseases for this phase, emphasizing Hypertension and Diabetes, which most affect the elderly and are responsible for complications and

impairment of health and well-being. To know the aging process and the relationship with the nurse's role in the prevention and maintenance of chronic diseases, such as hypertension and DM, in the primary care setting. This is a literature review, with a qualitative approach, based on the analysis of national scientific articles that provide information on the aging process and the importance of nurses in the prevention of hypertension and DM. The articles studied for the research showed the relevance of understanding the aging process and the fundamental importance of nursing in the prevention, maintenance and rehabilitation of diseases such as hypertension and diabetes in the elderly, also avoiding their comorbidities, through interventions that can be performed. in primary health care. It is important that health care is worked in an interdisciplinary manner, adding knowledge that contributes to the promotion and recovery of health of the elderly, to include it in self-care actions stimulating greater autonomy, being a public health challenge.

Keywords: Elderly; Diabetes mellitus; Systemic Arterial Hypertension; Primary Health Care.

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento é considerado como um processo universal e natural de todo o ser humano. Mundialmente, é um fenômeno crescente. O nosso país apresenta demograficamente uma significativa mudança na estruturação etária, com o ritmo maior do que os relatados nos países de primeiro mundo (CARVALHO, 2003). Estima-se que até o ano 2020, o Brasil será o sexto em maior número de idosos, pois é um país que envelhece aceleradamente, conseqüentemente, esse envelhecimento acelerado produz necessidades e demandas sociais que requerem ações adequadas e urgentes dos órgãos públicos (KÜCHEMANN, 2012).

A Política Nacional do Idoso (PNI), Lei nº 8. 842, de 4 de janeiro de 1994, e o estatuto do Idoso, Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, diz que o idoso é todo indivíduo que possua sessenta ou mais anos, de modo que, a política voltada para este público tem por objetivo garantir os direitos sociais, projetando-o na sociedade de forma autônoma, integrada e participativa (BRASIL, 2005).

O processo de envelhecimento é uma manifestação natural que ocorre gradativamente com o avanço da idade cronológica, que deve ser compreendida em sua totalidade porque é, simultaneamente, um fenômeno biológico com conseqüências

*PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA
PREVENÇÃO E MANUTENÇÃO DA DIABETES E HIPERTENSÃO NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA*

psicológicas, considerando que certos comportamentos são apontados como características da velhice. Como todas as situações humanas, a velhice tem uma dimensão existencial, que modifica a relação da pessoa com o tempo, gerando mudanças em suas relações com o mundo e com sua própria história (FREITAS, et al., 2010).

O envelhecimento é caracterizado por mudanças físicas, biológicas, psicológicas, sociais e culturais, acometendo o indivíduo de forma singular, durante sua vida. Assim, com o envelhecimento da população, é necessário que exista um olhar especial e atenção integral à saúde, uma vez que o próprio envelhecer se associa a diversas alterações no organismo devido à diminuição da resistência, do declínio das funções orgânicas, comprometimento da homeostasia, aparecimento de doenças crônicas, redução da força muscular, cognição, flexibilidade e equilíbrio, o que pode causar a dependência nas atividades diárias, vulnerabilidade e acidentes, como quedas, levando conseqüentemente a complicações como declínio funcional, hospitalização e morte (HOGAN et al., 2003).

A população idosa apresenta uma elevada prevalência de doenças crônicas, sendo destas as mais frequentes: Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), Diabetes Mellitus (DM), insuficiência cardíaca congestiva, doença pulmonar obstrutiva crônica e dores articulares. O idoso frágil carece de uma compreensão prioritária, que atenda a sua maior necessidade de cuidados, pois é um desafio para os profissionais da saúde, notadamente o papel do enfermeiro. Na avaliação da enfermagem com o idoso, pode-se prevenir o desenvolvimento e a piora da fragilidade por meio da identificação do problema e tratamento dos sintomas (MACEDO, 2008).

Ao reforçar o estudo de Macedo (2008), Barreto e Marcon (2014) afirmam nos seus achados que na velhice é comum o surgimento de Doenças Crônicas, destacando-se

a HAS e o DM, enfermidades que mais acarretam complicações renais, cardiopatias e doenças cerebrovasculares, comprometedoras da qualidade e manutenção da saúde do idoso. A HAS é definida como a pressão arterial acima de 140 mmHg na sistólica e 90 mmHg na diastólica, associada a fatores intrínsecos (idade, sexo, hereditariedade) e fatores extrínsecos (sedentarismo, drogas, estresse), que levam à incidência de morbidade e mortalidade.

A hipertensão está associada a maior frequência de cardiopatias, resultando em uma redução da qualidade e expectativa de vida. No Brasil, o índice de incidência e prevalência de HAS é em torno de 50% para os idosos (COSTA et al., 2011). Já o DM é um distúrbio metabólico que resulta em níveis elevados de glicose no sangue e resulta no comprometimento que limita o idoso, podendo causar cegueira, amputações, nefropatias, complicações cardiovasculares e encefálicas, dentre outras que comprometem a autonomia e bem-estar do indivíduo (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2005).

A Atenção Primária de Saúde (APS) é a porta de entrada do atendimento da pessoa idosa, necessitando de uma equipe multiprofissional, na abordagem de princípios que fortifiquem as metodologias para incluir o idoso nos serviços e otimizar a assistência fornecida, com o intuito de promover a prevenção de doenças crônicas, além da identificação precoce das mesmas. Tais práticas e procedimentos permitem a formulação de uma conduta adequada e singular pela equipe de saúde.

O estudo teve como objetivo conhecer o processo de envelhecimento e a relação com a atuação do enfermeiro na prevenção e manutenção de doenças crônicas, como a HAS e a DM, no cenário da atenção primária.

2. METODOLOGIA

PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO E MANUTENÇÃO DA DIABETES E HIPERTENSÃO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Trata-se de uma revisão da literatura, de abordagem qualitativa, realizada nos meses de setembro e outubro do corrente ano, fundamentada na análise de artigos científicos nacionais que trazem um suporte de informações sobre o assunto. A pesquisa foi realizada através de uma busca eletrônica na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), na *ScientificElectronic LibraryOnline* (Scielo) e na Literatura Latino Americana de Ciências e Saúde (LILACS), utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), “Idoso”, “Diabetes Mellitus”, “Hipertensão Arterial Sistêmica” e “Atenção Primária à Saúde”, e o operador booleano AND. Teve como critérios de inclusão artigos científicos publicados somente na BVS, Scielo Brasil e Lilacs, em língua portuguesa, cujo conteúdo abordasse a importância e assistência do enfermeiro ao idoso com HAS e DM no cenário da atenção básica de saúde. Como critérios de exclusão, artigos em língua estrangeira, artigos indisponíveis na íntegra e os que estivessem duplicados.

Na pesquisa bibliográfica é realizada uma consulta de toda bibliografia já publicada, tanto na forma de revistas, livros, artigos, e impressões escritas. O seu objetivo é possibilitar ao pesquisador uma relação direta com todo material escrito a respeito de determinado tema, auxiliando o explorador na análise e investigação de suas pesquisas e na utilização de suas informações, considerando-se como iniciativa de toda pesquisa (MARCONI; LAKATOS, 1992).

Este estudo proporcionou a abrangência de conhecimentos relativos ao idoso durante seu processo de envelhecimento e abordou a importância da enfermagem na manutenção, prevenção e reabilitação dos usuários que convivem com doenças crônicas como a HAS e DM na atenção primária à saúde e no auxílio às necessidades e dificuldades imposta ao idoso.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos selecionados retratam que o progressivo envelhecimento da população resulta em um maior acometimento de doenças crônicas, dando maior ênfase para a HAS e DM, estas que são as maiores causas de doenças cardiovasculares e morbimortalidade no mundo. Quando há erros no tratamento dessas enfermidades, resultados negativos se manifestam na vida do paciente, levando a prováveis complicações, como prejudicar a autonomia, predispor a hospitalização e, portanto, fragilizando a sua qualidade de vida.

A problemática relacionada ao envelhecimento depende do grau de incapacidade, dependência e estado geral do idoso, para superar essas barreiras e permitir um envelhecimento ativo e saudável, a atenção primária à saúde, deve ser atuante nas ações e estratégias que visem promover a saúde e prevenir doenças já características dessa fase, garantindo, assim, maior funcionalidade na velhice (BERLEZI, et al., 2016).

No momento que um problema crônico se manifesta no idoso, diversas alterações fisiológicas, comportamentais e psicológicas surgem, comprometendo a independência funcional do indivíduo e, conseqüentemente, afetando sua qualidade de vida. Sendo assim, se faz necessário que a pessoa mude seus hábitos e que seja capaz de organizar seu autocuidado, com estratégias que auxiliem nas atividades diárias e que minimizem o impacto da doença. Nesse sentido, a APS deve fornecer suporte para essa autonomia, estando lado a lado do idoso, solucionando os problemas e motivando a continuação do tratamento utilizado de acordo com a doença (CYRINO; SCHRAIBER; TEIXEIRA, 2009).

A HAS e DM constituem um problema de saúde pública mundial, por sua crescente incidência e prevalência, associadas à elevada morbimortalidade, associado à evolução crônica e comprometimento físico que surgem em seu curso. Essas

**PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA
PREVENÇÃO E MANUTENÇÃO DA DIABETES E HIPERTENSÃO NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA**

enfermidades prejudicam os idosos em vários aspectos, desde a mudança no seu estado nutricional, que deve ficar restrito a uma dieta hipossódica e hipoglicêmica, até estágios mais avançados de incapacidades de digestão e absorção (MALTA, 2017).

Na maioria das vezes a Estratégia de Saúde da Família (ESF) não contempla a presença de um nutricionista, devendo assim, ser responsabilidade dos outros profissionais de saúde, como enfermeiro e médico o repasse de orientações sobre a alimentação adequada e informar sobre as complicações da sua patologia.

A atenção primária deve elaborar estratégias que visem reduzir incapacidades e controlar as manifestações clínicas, a fim de melhorar e fortalecer as atividades preventivas e de promoção à saúde. Mas para a realização da mesma, é preciso ter um panorama situacional da comunidade, investigando fatores de risco e realizando uma investigação da incidência e prevalência das doenças (BRASIL, 2010).

Dificuldades como o baixo nível de conhecimento dos fatores de risco dos pacientes portadores de DM e HAS, pelos profissionais, uma estrutura fragilizada do serviço de saúde para promover um acompanhamento dos usuários idosos e uma assistência voltada ao modelo biomédico, dificulta a prevenção e manutenção das doenças crônicas na velhice. É importante que os serviços de saúde da ESF sejam acessíveis ao idoso, visando formas de acompanhar sua condição crônica, e obter formas efetivas e resolutivas as suas necessidades, fornecendo um apoio integral para possibilitar o reestabelecimento de sua saúde (MARCIO, 2016).

A assistência de enfermagem na Atenção Primária deve ser planejada de forma que se deva conhecer o perfil do idoso e traçar intervenções apropriadas para incorporá-lo no cuidado à saúde e minimizar os danos causados pela HAS e DM, por isso, se faz necessária uma assistência mais participativa, que saia do *locus* e busque modificar o modelo assistência tradicional, realizando rodas de conversas sobre assuntos que

chamem atenção do idoso, como alimentação e atividade física, além de dar oportunidade de uma escuta ativa, fazendo com que o idoso se sinta acolhido.

Cabe, portanto, à equipe de saúde da ESF realizar uma busca ativa dos idosos com HAS e DM, para ter um controle e saber quais são as maiores necessidades, limitações e até onde chega à autonomia daquele usuário. E, com as devidas implementações do cuidado, o idoso vai precisar cada vez menos de hospitalização (BARRETO; MARCON, 2014).

4. CONCLUSÃO

Essa pesquisa poderá auxiliar os enfermeiros numa nova direção das práticas de saúde, traçando estratégias que melhor se adequem a realidade e necessidade da população idosa. Os estudos ora apresentados demonstram que o idoso tem sua qualidade de vida comprometida quando os mesmos são acometidos por doenças crônicas. Dessa forma, é lançado para o século XXI o grande desafio para a saúde pública, principalmente na Atenção Primária, onde deverão ser investidas ações no diagnóstico / prevenção, e ainda, em atitudes assistencialistas.

A enfermagem na APS deve utilizar medidas que visem prevenir e cuidar da HAS e DM nos idosos, através da implementação de ações no serviço de cuidados, fornecendo assistência de enfermagem integral ao idoso e desenvolvendo atividades que favoreçam a interação social e bem estar, como palestras sobre as doenças citadas, rodas de conversa e incentivar a atividades físicas, como caminhadas leves e alongamentos.

5. REFERÊNCIAS

BARRETO, M. da S.; MARCON, S. S. Participação familiar no tratamento da hipertensão arterial na perspectiva do doente. **Texto & Contexto Enfermagem**. Florianópolis - SC, v. 23, n. 1, p. 38-46, 2014. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/tce/v23n1/pt_0104-0707-tce-23-01-00038.pdf. Acesso em: 11 out. 2018.

PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO E MANUTENÇÃO DA DIABETES E HIPERTENSÃO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

BERLEZI, E. M. et al. Analysis of the functional capacity of elderly residents of communities with a rapid population aging rate. **Rev Bras Geriatr Gerontol.** p. 643-652, 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v19n4/1809-9823-rbgg-19-04-00643.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2018.

BRASIL. Organização Pan-Americana da Saúde. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde.** Brasília-DF, 2005. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf>. Acesso em: 8 set. 2018.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento.** v. 12, Brasília: Ministério da Saúde, 2010. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_saude_pessoa_idosa_envelhecimento_v12.pdf>. Acesso em: 24 set. 2018.

CARVALHO, J. A. M.; GARCIA, R. A. O envelhecimento da população brasileira: um enfoque demográfico. **Cad. Saúde Pública**, 3(19), p. 725-733, 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=s0102-311x2003000300005&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 6 out. 2018.

CYRINO, A. P.; SCHRAIBER, L. B.; TEIXEIRA, R. R. Education for type 2 diabetes mellitus self-care: from compliance to empowerment. **Interface Comun Saúde Educ.** 13(30), p. 93-106, jul./set. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/icse/v13n30/v13n30a09.pdf>>. Acesso em: 6 nov. 2018.

FREITAS, M. C.; QUEIROZ, T. A.; SOUSA, J. A. V. O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. **Rev. esc. enferm. USP.** v. 44, n. 2, p. 407-412, Jun. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342010000200024&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 7 out. 2018.

HOGAN, D.; MACKNIGHT, C.; BERGMAN, H. Models, definitions, and criteria of frailty. **AgingClinExp.** v. 15(3), p. 2-29, 2003. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14580013>>. Acesso em: 2 nov. 2018.

KÜCHEMANN, B. A. Envelhecimento populacional, cuidado e cidadania: velhos dilemas e novos desafios. **Revista Sociedade e Estado.** v. 27, n. 1, p. 175-179, jan./abr. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-69922012000100010>. Acesso em: 5 out. 2018.

MACEDO, C.; GAZZOLA, J. M.; NAJA, M. Síndrome de fragilidade no idoso: importância da fisioterapia. **ArqBrasCiênc Saúde.** v 33(3), p. 177-84, 2008. Disponível em: <<http://files.bvs.br/upload/S/1983-2451/2008/v33n3/a177-184.pdf>>. Acesso em: 3 set. 2018.

MALTA, D. C. et al . Prevalência e fatores associados com hipertensão arterial auto referida em adultos brasileiros. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 51, supl. 1, 11s, 2017.

MÁRCIO, V. V. S. Prevalência de Descompensações das Doenças Crônicas não Transmissíveis na População Maior de 60 Anos na Comunidade Helio Jatobá II,

Município São Miguel dos Campos – Alagoas. 2016. 33 f. **Monografia (Curso de Especialização Estratégia Saúde da Família)** -Universidade Federal de Minas Gerais, Maceio-AL, 2016. Acesso em: 12 nov. 2018.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia do trabalho científico**. 4. ed. São Paulo: Editora Atlas, 1992.

SILVA, S. M. C. S.; MURA, J. D. P. Tratado de alimentação, nutrição e dietoterapia. 2. ed. São Paulo: Roca, 2014.

Sociedade Brasileira de Diabetes. Atualização brasileira sobre diabetes. Rio de Janeiro: Diagraphic, 2005. Disponível em:
<http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/geral/atualizacao_diabetes2006.pdf>.
Acesso em: 8 nov. 2018.