

# IDENTIFICANDO OS DÉFICITS DE AUTOCUIDADO EM PACIENTES HIPERTENSOS, SEGUNDO A TEORIA DE OREM

GISELY GLEICE PASQUINI

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ, MARINGA - PR

ANA CLEIDE SOARES VICTOR

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ

**INTRODUÇÃO:** A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença crônico-degenerativa do sistema cardiovascular, representando um dos mais importantes fatores de risco para as doenças cardiovasculares e órgãos-alvos como: olhos, coração, cérebro, rins, grandes artérias como a aorta conduzindo a aneurisma e dissecação. O seu controle envolve profissionais de saúde e participação ativa dos hipertensos juntamente com sua família, no sentido de modificar alguns comportamentos prejudiciais à sua saúde. A hipertensão arterial é considerada, “assassina silenciosa”, pois frequentemente seus sintomas não são apresentados e está intimamente ligada a fatores de risco, como idade, sexo, raça, dieta rica em sal, estresse, sedentarismo, distúrbios emocionais, obesidade, ingestão excessiva de álcool, estímulo excessivo com café, tabaco e medicações estimulantes desempenham papel importante, porém a hipertensão é fortemente hereditária. O maior problema é que somente 10% dos hipertensos são sintomáticos. Essa ausência de sintomas nos hipertensos leva-os muitas vezes a não dar a importância devida a essa patologia. A teoria utilizada como modelo para direcionar este trabalho, advém da Teoria do Déficit de Autocuidado, defendida por Dorothea E. Orem em 1971. Pois, os métodos de ajuda ao paciente utilizados pela autora da teoria são: agir ou fazer, fornecer apoio físico e psicológico, ajudando assim, no desenvolvimento pessoal, guiar, orientar e principalmente ensinar. **OBJETIVOS:** realizar a caracterização social e histórica da patologia de um grupo de hipertensos, investigar a existência de déficit do autocuidado e identificar os fatores dificultadores para a efetuação do autocuidado. **METODOLOGIA:** O trabalho tem o perfil quantitativo. Os sujeitos desta pesquisa foram 50 pacientes hipertensos que participavam do Programa de Hiper-Dia promovido pelo Núcleo Integrado de Saúde (NIS) de Maringá. Foi aplicado um questionário misto contendo 23 questões, contemplando os aspectos de identificação, requisitos universais e requisitos relacionados aos desvios de saúde. **RESULTADOS:** quanto ao objetivo caracterização da amostra prevaleceram 55% dos sujeitos do estudo são idosos, 72% são do sexo feminino, 55% são negros, 34% cursaram até primeiro grau incompleto. Os déficits de autocuidado levantados são 36% dos hipertensos se alimentam apenas duas vezes ao dia, 55% não praticam exercício físico, 45% apresentam índice de massa corpórea elevada (indicando sobrepeso, obesidade grau I e II), 45% prefere comer carne gorda, 18% não tem nenhum tipo de interterimento, 64% não toma remédio regularmente, pois alegam esquecimento, 9% consomem álcool e 18% faz uso do tabaco. Os fatores dificultadores identificados para o engajamento do autocuidado são: desconhecimento dos danos que a hipertensão pode causar, da importância de tomar o remédio regularmente, e do que é hipertensão arterial, pois 64% dos entrevistados não souberam responder, destes 36% arriscaram palpites como “é uma coisa muito ruim”, “é triglicéris alto”, “isso é um distúrbio”, “isso é sangue grosso”. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os profissionais de saúde devem utilizar os métodos propostos por Orem, pois somente agindo, ajudando, guiando, orientando e ensinando os indivíduos hipertensos e os que não possui a doença, sobre a importância de mudança de hábitos e estilo de vida, é que conseguiremos diminuir os índices de diversas doenças relacionadas à hipertensão arterial, que infelizmente são elevadas.

**Palavras-chave:** déficit; autocuidado; hipertensão

[giselypasquini@hotmail.com](mailto:giselypasquini@hotmail.com)