

CORAÇÃO SAUDÁVEL: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM PROGRAMA MULTIDISCIPLINAR NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE PARA MELHORIA DA ADESÃO E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA

Camila Oliveira Lemos Marques; Bruna Rodrigues Soares. CliniCASSI Brasília, Brasília -DF

INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é a doença crônica não transmissível de maior prevalência entre idosos, tendo seu crescimento diretamente proporcional ao avançar da idade. A adesão ao tratamento e o manejo integral são fundamentais para prevenir complicações cardiovasculares. Grupos de apoio e educação em saúde na Atenção Primária à Saúde (APS) têm se mostrado eficazes para promover autocuidado e controle da doença. A inovação tecnológica pode potencializar esses resultados, embora sua implantação ainda seja incipiente em muitos serviços. Este relato apresenta a experiência do grupo “Coração Saudável”, que promove cuidado multidisciplinar para idosos hipertensos, ressaltando a importância do cuidado centrado no paciente e a integração da equipe de saúde.

OBJETIVOS: Descrever a organização e os resultados preliminares do grupo “Coração Saudável: Convivendo com a Hipertensão”, voltado para idosos atendidos na APS, focado em educação, adesão ao tratamento e qualidade de vida, enfatizando a participação multidisciplinar e discutindo o potencial uso futuro de tecnologias para aprimorar o cuidado.

MÉTODOS: Trata-se de relato de experiência do programa desenvolvido na Clínica CASSI, em Brasília, destinado a pessoas com diagnóstico confirmado de HAS. O grupo realizou encontros mensais, com duração de 1h30min, conduzidos por equipe multiprofissional (nutricionista, médico de família, enfermeiro, fisioterapeuta, assistente social, psicólogo e cardiologista). Os temas abordados incluíram alimentação saudável, controle da pressão arterial, atividade física, saúde mental, uso correto de medicamentos e avaliação clínica. Foram coletados depoimentos qualitativos dos participantes, obtidos por meio de dinâmica ao final do último encontro, para avaliação do impacto e sugestões. Houve instrumento de avaliação por meio de formulário digital em todos os encontros.

RESULTADOS: Participaram idosos da APS com diagnóstico de HAS, em encontros mensais de grupo aberto. Os depoimentos indicaram elevada satisfação com os encontros, destacando o acolhimento, a relevância dos temas, e a percepção de melhora no autocuidado e no controle da pressão. Sugestões incluíram temas como controle de peso, diabetes, e abordagens para manejo do estresse. O grupo reforçou a importância do vínculo entre paciente e equipe de saúde, favorecendo adesão ao tratamento e melhor acompanhamento clínico. Embora não tenha sido utilizada tecnologia no programa atual, os relatos indicaram que o uso de ferramentas digitais, como aplicativos para lembretes e monitoramento remoto, poderia potencializar os benefícios do grupo, facilitando a adesão e o engajamento contínuo.

CONCLUSÕES: O programa “Coração Saudável” demonstrou ser uma estratégia viável e eficaz para promover cuidado integral e adesão ao tratamento em idosos com hipertensão na APS, por meio da atuação multidisciplinar e do ambiente participativo. A experiência ressalta a importância do cuidado centrado no paciente e aponta para a oportunidade de incorporar tecnologias digitais no futuro, buscando o equilíbrio entre inovação e humanização do cuidado para a população idosa.