

# Promoção da adesão aos comportamentos de saúde

“A não adesão constitui a principal causa para a morbilidade e mortalidade, aumento dos custos médicos, excesso da utilização dos serviços de saúde e redução da qualidade de vida”

**SARA RAPOSO**, ENFERMEIRA ESPECIALISTA EM ENFERMAGEM COMUNITÁRIA E ENFERMEIRA COORDENADORA DA CONSULTA DE ENFERMAGEM DE ADESÃO AOS COMPORTAMENTOS DE SAÚDE

A Doença Arterial Periférica (DAP) dos membros inferiores, vulgarmente conhecida como ‘doença de má circulação’ manifesta-se frequentemente por claudicação intermitente, caracterizada por desconforto muscular no membro inferior, que se agrava com exercício e alivia com o repouso. A história clínica e o exame físico, complementado por outros exames de diagnóstico, permitem efetuar o diagnóstico desta doença, que no seu estado mais avançado, poderá culminar numa amputação do membro inferior.

A DAP é causada, na maioria dos casos, pela aterosclerose que conduz ao desenvolvimento de estenoses e oclusões nas artérias major da circulação dos membros inferiores. Por se tratar de um marcador de risco cardiovascular torna-se essencial a correção dos seus fatores de risco: hipertensão arterial, diabetes, dislipidémia, obesidade, hábitos tabágicos e o grau de compliance aos antiagregantes plaquetários.

Segundo o Plano Regional de Saúde 2030, de um modo geral, as doenças crónicas na RAA têm vindo a agravar-se, com especial relevância a hipertensão arterial, cuja prevalência na população com 15 ou mais anos, em 2005/06, era 16,3%, ascendendo a 21,9% e 25,6%, respetivamente em 2014 e 2019; também a diabetes (de 9,4% para 11,7%); no mesmo



documento consta que as doenças do aparelho circulatório (27,3%), constituíram a segunda causa de morte, em 2021, para todas as idades. Sabe-se que os doentes portadores de patologia crónica são os que menos aderem aos comportamentos de saúde. A não adesão constitui a principal causa para a morbilidade e mortalidade, aumento dos custos médicos, excesso da utilização dos serviços de saúde e redução da qualidade de vida.

O enfermeiro, nomeadamente o Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária, dotado de conhecimentos e competências na avaliação e identificação das necessidades específicas de grupos e comunidades, sistematiza e documenta projetos de intervenção comunitária, capaz de usar modelos e estruturas conceptuais do âmbito da promoção e educação para a saúde.

Assim, no 2º semestre de 2020, efetuou-se um Diagnós-

tico de Situação de Saúde aos utentes do Serviço de Cirurgia Vascular do HDES, que comprovou a necessidade de uma intervenção de enfermagem nos determinantes de saúde da comunidade de doentes com DAP. Cumprindo o desiderato de melhorar continuamente os cuidados hospitalares prestados, em setembro de 2023, implementou-se a Consulta de Enfermagem de Adesão aos Comportamentos de Saúde. Nesta consulta, trabalham-se questões

**“Pretende-se ajudar o utente a atingir a sua máxima capacidade de autocuidado, através de uma abordagem contextualizada e participativa”**

relacionadas com a adesão ao regime medicamentoso e a reconciliação terapêutica; a adesão ao regime dietético; a adesão ao regime de exercício físico; o potencial de melhorar o conhecimento do utente e/ou seu familiar acerca das suas doenças crónicas, assim como, incentiva-se ao abandono dos hábitos tabágicos.

Não obstante os desafios de fomentar a mudança comportamental, pretende-se ajudar o utente a atingir a sua máxima capacidade de autocuidado, através de uma abordagem contextualizada e participativa. A enfermeira na Consulta de Adesão aos Comportamentos de Saúde estabelece uma privilegiada relação terapêutica, com um papel relevante no processo da adoção de estilos de vida saudáveis e na responsabilização do utente, por via do incremento da literacia em saúde. ♦