



## HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: ENFERMAGEM E O CUIDADO

VIDOTO, Silvana<sup>1</sup>; KAEFER, Cristina Thum<sup>2</sup>

**Palavras-chave:** Cuidado. Hipertensão Arterial Sistêmica. Enfermagem.

As doenças cardiovasculares são as principais causas de morte no Brasil, sendo essencial estar atento aos cuidados com a saúde de que venham minimizar fatores relacionados à elevada incidência de eventos cardiovasculares. Na assistência a estas patologias o profissional enfermeiro direciona os cuidados à saúde com a promoção e prevenção de saúde norteadores deste processo e auxiliam na melhora da qualidade de vida do indivíduo. Assim, o presente estudo visa abordar as doenças cardiovasculares com ênfase a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS).

### Metodologia

A metodologia deste estudo centra-se na revisão sistemática da literatura em artigos das fontes científicas como: Lilacs (literatura-americana em ciências de saúde) e Scielo (Scientific Electronic Library Online) e livros consagrados na área do conhecimento.

### Resultados e Discussões

A HAS é uma doença altamente prevalente no mundo moderno, e para a qual os hábitos de vida, aliados às altas taxas de obesidade e ao envelhecimento populacional, atuam como pilares para o seu aparecimento (ROSA; PLAVNIK; TAVARES, 2010). Para Nettina (2003), a hipertensão arterial é uma doença na qual os mecanismos que controlam a pressão arterial alteram-se. A pressão arterial eleva-se quando existe débito cardíaco e resistência vascular aumentados. A hipertensão arterial acomete cerca de 15-20% dos adultos brasileiros e 64% dos pacientes que são acometidos com infarto agudo do miocárdio, representando um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares.

Além disso, é responsável por 10% dos óbitos/ano atribuídos às doenças do aparelho circulatório e por cerca de 40% dos casos de aposentadoria precoce e de falta no trabalho (BRUM et al., 2006). Neste contexto a enfermagem interfere no cuidado as doenças cardiovasculares e HAS com ações centradas na promoção e educação em saúde permitindo desta forma mudanças na qualidade de vida, orientando quanto a mensuração continua dos níveis pressóricos, adesão ao tratamento medicamentoso, exercícios físicos, dieta, evitar hábitos como alcoolismo e tabagismo, redução dos níveis de estresse.

<sup>1</sup> Acadêmica Curso de Graduação de Enfermagem da Universidade de Cruz Alta – RS. [Silvidoto@yahoo.com.br](mailto:Silvidoto@yahoo.com.br).

<sup>2</sup> Docente e Coordenadora de Graduação de Enfermagem da Universidade de Cruz Alta – RS, Enfermeira Assistencial do Pronto Atendimento Municipal de Saúde da Secretaria Municipal de Saúde do Município de Cruz Alta. Mestre em Enfermagem e Saúde, FURG. [crkaefer@unicruz.edu.br](mailto:crkaefer@unicruz.edu.br).



## Conclusão

Assim, conclui-se que portadores de HAS precisam ir além do objetivo da atividade física e adentrar em espaços importantes como o da educação em saúde, com movimentos grupais e esclarecimentos de dúvidas sobre saúde. Para isso é preciso oportunizar espaços direcionados às temáticas de prevenção de doenças e produção de materiais didáticos disponibilizados a estes grupos, devido à idade ser um fator importante para o surgimento de agravos de saúde.

## Referências:

BRUM, P.C.; RONDON, M.U.P.B.; SILVA, G.J.J.; KRIEGER, E.M. Hipertensão Arterial e Exercício Físico Aeróbio. In: NEGRÃO, C.E.; BARRETTO, A.C.P. **Cardiologia do Exercício**: do atleta ao cardiopata. 2 ed. Barueri: Manole, 2010.

NETTINA, S.M. **Prática de enfermagem**: Brunner. 7ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003. v.1.

OLIVEIRA, Denize Cristina de et al . Construção de um paradigma de cuidado de enfermagem pautado nas necessidades humanas e de saúde. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 4, Dec. 2011

ROSA, E.C.; PLAVNIK, F.L.; TAVARES, A. Como Diagnosticar e Tratar Hipertensão arterial sistêmica. **Revista Brasileira de Medicina**, v. 63, p. 5-17, jan/fev. 2006