

# Hipertensão: uma doença a ser discutida

Caracterizada como uma doença silenciosa, a hipertensão atinge 24,3% dos brasileiros segundo pesquisa feita pela Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) em 2017.

Foto: divulgação HSC



**Professora Jaqueline Santos Viana**

Coordenadora Acadêmica do Centro Universitário Anhanguera de São Paulo- Vila Mariana. SP

Por Ariane Gomes

A hipertensão arterial é uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados de pressão sanguínea nas artérias. Em 90% dos casos, a doença é herdada dos pais, mas há vários fatores que podem influenciar os níveis de pressão arterial, como os hábitos de vida da pessoa. De acordo com o Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) de 2017, a prevalência de hipertensão autorreferida passou de 22,6% em 2006 para 24,3% em 2017. Para discutir mais sobre o assunto e sobre o papel do profissional de Enfermagem nesse contexto, conversamos com a coordenadora acadêmica do Centro Universitário Anhanguera de São Paulo, unidade Vila Mariana, Professora Jaqueline Santos Viana.

**Revista Nursing: O que é hipertensão?**

**Jaqueline Santos Viana:** Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), pode ser entendida como uma associação das condições clínicas multifatoriais e sustentadas por níveis tensionais de pressão arterial sendo frequente a ocorrência de disfunções que podem levar a modificações de caráter estrutural ou funcional, podemos dizer a um modo popular que

é conhecida como pressão alta.

**Nursing: Quando a pressão arterial é considerada alta?**

**Jaqueline:** Bom... devemos avaliar questões particulares de cada paciente, no entanto de acordo com as normas podemos considerar quando os valores pressóricos estão em um valor de 140x90 mmHg. É importante avaliar questões como idade, doenças associadas, stress dentre tantos outros fatores que podem estar associados à sua elevação.

**Nursing: A hipertensão é apontada por muitos especialistas como uma doença silenciosa. Diante disso, qual a importância do diagnóstico precoce?**

**Jaqueline:** É primordial atentarmos para uma avaliação com o paciente que tem uma hipótese de diagnóstico de hipertensão para que possamos ir trabalhando questões de prevenção e conscientização para que possam ser minimizados possíveis agravos futuros. Outro ponto relevante é a inserção do paciente no plano terapêutico e de cuidados para que se sinta parte integrante desse processo totalmente novo para ele.

**Nursing: Quais fatores podem levar uma pessoa a desenvolver hipertensão?**

**Jaqueline:** Nesse contexto, as transformações relativas as doenças não podem ser vistas de forma isoladas, mas levando-se em conta as dimensões da vida cultural, social, familiar, econômica e psicológica. Podemos apontar questões

como o sedentarismo, a obesidade, níveis elevados de colesterol, tabagismo, consumo de álcool, excesso de sódio na alimentação, diabetes dentre outros.

**Nursing: Há como prevenir?**

**Jaqueline:** Diante do contexto em que vivemos podemos considerar que os índices de pacientes Hipertensos hoje no Brasil são alarmantes, dados apontam que 3,5 milhões de crianças e adolescentes brasileiros são acometidos e estamos de uma doença crônica que ainda causa complicações se não for tratada de modo adequado. Acredito que como profilaxia seja aconselhável e registrada a prevenção desde cedo. O importante é dar o primeiro passo, e envolver as pessoas que estão a sua volta nessa batalha contra a Hipertensão Arterial Sistêmica, assim em conjunto enfrentara de maneira mais confortável com incentivos e apoio que necessita. Pense que você não está sozinho, vários brasileiros são acometidos por pressão arterial, sendo a maioria considerados como hipertensão primária (90%), ou seja, não se conhecem os mecanismos de seu surgimento.

**Nursing: Principais formas de tratamento?**

**Jaqueline:** Atualmente o paciente com o diagnóstico de Hipertensão Arterial Sistêmica pode contar com medicamentos que causam efeitos colaterais mínimos, devendo ser ajustado com seu médico a melhor terapêutica medicamentosa a ser inserida no tratamento.

Outro ponto importante são as medidas não farmacológicas em que o profissional Enfermeiro junto com sua equipe poderá encorajar e desenvolver estratégias para a melhoria da qualidade de vida do paciente o que devido aos efeitos colaterais muitos abandonam o tratamento, levando a uma não adesão.

**Nursing: 26 de abril é o dia nacional de prevenção e combate à hipertensão. Qual a importância dessa data como alerta à população sobre essa doença?**

**Jaqueline:** O dia 26 de abril pode ser tido como um alerta a população para uma reflexão de seus hábitos cotidianos e o que isso poderá repercutir em suas vidas. É importante a conscientização e esclarecimentos cada vez mais sobre a temática em questão onde todos os profissionais em conjunto de acordo com sua expertise possam desmistificar e proporcionar medidas de tratamento ao paciente. Creio que enquanto profissional devemos todos os dias ter o olhar preventivo e não somente curativista.

**Nursing: Qual o papel do profissional de enfermagem no que diz respeito à prevenção e assistência ao paciente hipertenso?**

**Jaqueline:** O Enfermeiro como membro ativo da equipe de saúde, adota responsabilidades de ações em prol do cuidado voltado à promoção da saúde e prevenção de riscos e agravos. Por meio do conhecimento técnico e científico e de educador tem a possibilidade de instrumentalizar o paciente e trabalhar questões inerentes afim de melhorar sua qualidade de vida. Trabalhar a questão da não adesão estabelece barreiras e dificuldades em que a conscientização e a adoção de medidas em que se mude o estilo de vida requer o envolvimento e a responsabilidade de ambos no processo para que se tenha sucesso ao tratamento. Outro ponto relevante é o profissional estar atento as questões que são valorizadas pelo paciente e não simplesmente a imposição de medidas a serem adotadas



Foto: Can Stock Photo

como única alternativa.

**Nursing: Qual a relevância da iniciação científica para o aluno de enfermagem em relação ao diagnóstico e tratamento da hipertensão?**

**Jaqueline:** A enfermagem desenvolve ações pautadas em um conhecimento científico e deve ser desenvolvido e estimulado desde a graduação habilidade e conceitos de prevenção e promoção em saúde não somente ao paciente hipertenso, mas em todos os segmentos que envolvam esse processo. É importante o aluno ir se apropriando de questões que irá lidar no cotidiano enquanto profis-

sional e suas ações poderão intervir ativamente ao paciente hipertenso. Uma estratégia para modificar esse quadro é incentivar o aluno a realizar pesquisas científicas na graduação, além da participação de Ações que promovam o debate e a construção de pilares que possam ser validados como um instrumento norteador para a formação profissional. Portanto, espera-se que o despertar do aluno venha a estimular o seu desenvolvimento frente a intervenções de enfermagem e da equipe de saúde e que ainda, possibilitem à adoção de medidas e a redução dos fatores de risco dos pacientes com hipertensão arterial. 🐦

“

○ Enfermeiro como membro ativo da equipe de saúde, adota responsabilidades de ações em prol do cuidado voltado à promoção da saúde e prevenção de riscos e agravos.

”