



**CENTRO DE ESTUDO OCTAVIO DIAS DE OLIVEIRA
FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE ENFERMAGEM**

**ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO
ARTERIAL SISTÊMICA: SINTOMAS E CUIDADOS**

**ALESSANDRA GALDINO
YELÊ FERNANDA DA SILVA SÁ**

PROF^a. LETICIA XAVIER FARIA

**Trindade - GO
2015**

**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE ENFERMAGEM**

**ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO
ARTERIAL SISTÊMICA: SINTOMAS E CUIDADOS**

**ALESSANDRA GALDINO
YELÊ FERNANDA DA SILVA SÁ**

**Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
ENFERMAGEM.**

ORIENTADOR: PROF^a. LETICIA XAVIER FARIA

Trindade – GO 2015

**ALESSANDRA GALDINO
YELÊ FERNANDA DA SILVA SÁ**

**ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO
ARTERIAL SISTÊMICA: SINTOMAS E CUIDADOS**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
ENFERMAGEM, aprovada pela
seguinte banca examinadora:

ORIENTADORA PROF^a. LETICIA XAVIER FARIA

Faculdade União de Goyazes

Prof^a. Sandra Rosa de Souza Caetano

Faculdade União de Goyazes

Enf^a. Kennia Karin G. Borges

Enf^a. Na clinica Nova Pediatrica

Trindade – GO

2015

SUMÁRIO

1-Introdução.....	6
2-Materiais e métodos.....	7
3-Resultado e discussão.....	8
4-Conclusão.....	13
5-Referências.....	14

ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: SINTOMAS E CUIDADOS

Alessandra Galdino ¹
Yelê Fernanda da Silva Sá¹
Leticia Xavier Faria²

RESUMO

A Hipertensão Arterial é uma doença crônica. Diante dessa realidade o presente estudo tem por objetivo investigar o que a literatura relata a respeito dos fatores de risco apresentado por essa doença. Foram analisados os artigos que compreendem o período de 1998 a 2013. A literatura mostra que diversos são os fatores que contribuem para a mesma. O presente estudo versa sobre a atuação da enfermagem na prevenção da pressão arterial, fazendo todas as orientações cabíveis e indispensáveis. O método utilizado nessa pesquisa foi levantamento bibliográfico. Esta pesquisa, portanto, abre a possibilidade para novas discussões e estudos referentes ao tema.

PALAVRAS-CHAVE: Hipertensão Arterial. Enfermagem. Prevenção. Cuidados.

NURSING PRACTICE IN HYPERTENSION PREVENTION OF BLOOD systemic: SYMPTOMS AND CARE

ABSTRACT

Arterial hypertension is a chronic disease. Given this reality the present study aims to investigate what the literature reports about the risk factors presented by the disease. Articles that cover the period from 1998 to 2013. The literature shows that many are the factors that contribute to the same were analyzed. This study deals with the role of nursing in prevention of blood pressure, making all reasonable and necessary guidelines. The method used in this research was literature. This research therefore opens up the possibility for further discussions and studies related to the subject

KEYWORDS: Arterial hypertension; Nursing; Prevention. Care

¹ Acadêmicos do curso de Graduação em Enfermagem da Faculdade União de Goyazes

² Orientadora: Prof.^a da Faculdade União de Goyazes.

INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica é uma doença crônica altamente prevalente, de elevado custo econômico-social, principalmente em consequência das suas complicações, e com grande impacto na morbimortalidade brasileira e do mundo (CORREA, et al 2006)

São vários os fatores que dificultam o controle e o tratamento da HAS, entre esses, a não concordância ao tratamento, que é muito observado pelos profissionais de saúde. Embora não seja um problema exclusivo da HAS, por ser frequente em outros regimes terapêuticos prolongados, a falta de adesão ao tratamento anti-hipertensivo se aprofunda em complexidade (SANTOS; LIMA, 2008)

A hipertensão arterial apresenta custos médicos e socioeconômicos elevados, decorrentes principalmente das suas complicações, tais como: doença cerebrovascular, doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, insuficiência renal crônica e doença vascular de extremidades (V DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSAO ARTERIAL, 2007)

As doenças cardiovasculares são responsáveis por mais de 250.000 mortes por ano Brasil, e a hipertensão arterial sistêmica (HAS) participa de quase metade delas. Estudos recentes mostram que, entre os idosos, sua prevalência varia de 52% a 63% o que permite identificar a HAS como um problema de saúde pública, conferindo ao paciente um alto risco cardiovascular. Os sintomas da hipertensão arterial costumam aparecer somente quando a pressão sobe muito e podem ocorrer, cefaleia, astenia, ambliopia e epistaxe (BRASIL, 2011)

A equipe multiprofissional pode ser constituída por todos os profissionais que trabalha com pacientes hipertensos: médicos, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, nutricionistas, psicólogos, assistentes sociais, professores de educação física, fisioterapeutas, musicoterapeutas, farmacêuticos, funcionários administrativos e agentes comunitários de saúde (V DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, 2007)

A enfermeira exerce papel importante dentro do contexto da hipertensão arterial, abrangendo aspectos que vão desde a participação em

programas de detecção precoce, até o desenvolvimento de estratégias para garantir adesão ao tratamento de estudos, com foco na educação e orientação do cliente como parte integrante do cuidado de enfermagem (ARAUJO, 1999)

O objetivo final da terapia anti-hipertensiva é reduzir a morbimortalidade de pacientes que apresentam elevado risco cardiovascular, como pacientes diabéticos em especial com microalbuminúria, com insuficiência cardíaca, com nefropatia e com vasculopatias periféricas secundárias a hipertensão arterial crônica, além da prevenção primária e secundária de acidente vascular cerebral (CORREA et al: 2006)

MATERIAIS E MÉTODOS

O referente trabalho trata-se de uma revisão da literatura que coloca o pesquisador em contato direto com aquilo que foi escrito sobre determinado assunto, com o objetivo de permitir ao cientista o reforço paralelo na análise de suas pesquisas ou manipulação de suas informações. Sua finalidade é um “procedimento reflexivo sistemático, controlado e crítico que permite descobrir novos fatos ou dados, reflexões ou leis, em qualquer canto do conhecimento”. É um procedimento formal, com método de pensamento reflexivo, que requer um tratamento científico e se constitui no caminho para conhecer a realidade ou para descobrir verdades parciais (MARCONI E LAKATOS, 2005).

Foram pesquisadas as literaturas já publicadas, em forma de artigos científicos e manuais do Ministério da Saúde. Onde foi abordado o que a literatura relata a respeito da hipertensão arterial e seus aspectos incapacitantes, investigando quais são os fatores de risco para a hipertensão observando quais são as técnicas utilizadas para a prevenção. Este estudo foi realizado na BVS Biblioteca Virtual de Saúde nas bases virtuais através de artigos científicos, com os dados: LILACS - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, SciELO - ScientificElectronic Library Online. Para a localização dos artigos foram utilizadas as seguintes palavras-chaves: Hipertensão arterial; Enfermagem; Prevenção e Cuidados. Foram analisados

os textos que estavam na íntegra no idioma português que estivessem no intervalo de 1998 a 2013.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A hipertensão arterial tem uma superioridade elevada, e estima-se que cerca de 15% a 20% da população brasileira possa ser rotulada como hipertensa. A mesma é uma entidade clínica onde envolve vários fatores como síndrome caracterizada pela presença de níveis tensionais elevados, associados à elevação metabólicas hormonais e a fenômenos tróficos (hipertrofia cardíaca e vascular). Embora predomine na fase adulta, e sua prevalência em crianças e adolescente é vergonhosa (BRASIL, 1999)

Sua característica crônica e silenciosa torna se difícil a percepção dos sujeitos portadores do problema. Sua evolução clínica é lenta, possui um grande número de fatores, quando não tratada adequadamente, traz graves complicações, temporárias ou permanentes. Representa o aumento no custo financeiro à sociedade, principalmente por sua ocorrência associada a agravos como doença cerebrovascular, doença arterial coronária, insuficiência cardíaca renal crônica, doença vascular de extremidades. No entanto torna-se ruim por sua invisibilidade, e acaba por comprometer a qualidade de vida. Traz, ainda, como consequências, internações e procedimentos técnicos complicados, levando a ausência no trabalho, óbitos e aposentadorias precoces, comprometendo a qualidade de vida dos grupos sociais mais vulneráveis (TOLEDO, et al: 2007)

O sucesso no seu tratamento inclui, além da utilização correta do medicamento, a mudança dos hábitos de vida referentes aos fatores citados.

A hipertensão arterial está associada à presença de diversos fatores de risco, como hereditariedade, sedentarismo, tabagismo, etilismo, ingestão elevada de sal e obesidade (CHAVES, et al: 2006).

Segundo CHAVES, além do tratamento medicamentoso, é necessário praticar exercícios físicos, boa alimentação, uma boa noite de sono, procurar evitar o estresse e estar no peso adequado.

Vários estudos demonstram que alguns fatores de risco associados entre si e outras condições, favorecem o aparecimento da hipertensão arterial, sendo: idade, sexo antecedentes familiares, raça, obesidade, estresse, vida sedentária, álcool, tabaco, anticoncepcionais, alimentação rica em sódio e gorduras (PESSUNTO; CARVALHO, 1998)

Evidências se acumulam indicando que jovens hipertensos têm maior risco potencial à saúde, representando por um conjunto maior de Fatores de Risco (FR) cardiovascular, maior prevalência de alterações nos chamados órgãos-alvo da Hipertensão Arterial (HA), é maior união com o desenvolvimento de eventos cardiovascular na fase adulta, o que por si só posiciona essa faixa etária como alvo importante de medidas de prevenção primária da HA (MAGALHAES, 2010)

O programa do Ministério da Saúde de Hipertensão e Diabetes (HIPERDIA), e onde se faz o cadastramento e acompanhamento dos pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica.

O Hiperdia evidencia, cada vez mais, a importância da abordagem multiprofissional, uma vez percebida a necessidade dessa forma de atuação, levando-se em conta o fato do cliente, em geral, carecer de intervenções que fogem da competência de um só profissional. A consulta de enfermagem com os pacientes hipertensos e uma forma que o enfermeiro ajuda o paciente na conscientização sobre os cuidados a serem tomados e com isso consegue um enorme benefício. Para que o mesmo consiga os propósitos que lhe deram origem, tornando-se imprescindível que cada profissional envolvido tenha domínio da área que esta sob sua responsabilidade, não só do ponto de vista de conhecimento científico, mas também das suas implicações, políticas, sociais e éticas. No entanto a enfermeira necessita de conhecer o seu papel e estar apta para desempenhá-lo, desde o momento em que se faz parte da equipe (MACIEL, 2003)

As equipes multiprofissionais conseguem pela diversidade de profissionais com seus variados enfoques, esclarecer mais para o paciente, não apenas sobre a doença, mas sobre seu papel no tratamento. Esse entendimento é capaz de fazer o paciente analisar a situação, organizar estratégia própria (modificação na sua dieta, programação de atividade física, organização dos medicamentos) e, eventualmente, iniciá-la. Ainda haverá a

necessidade de sedimentar essa mudança como rotina, para isso é necessário do reforço contínuo, que é característico dessas equipes (GUSMÃO, 2009).

A enfermeira deverá saber adequadamente como conscientizar o paciente e orientá-lo sobre a doença e seus agravos, ou seja, fazer uma educação continuada com o paciente sobre a rotina de vida medicamentosa, alimentação e exercícios.

A hipertensão arterial primária não tem cura, mas o tratamento previne as complicações (LOPES; MORAIS, 2013). Sendo assim, a educação sobre a doença e as orientações de hábitos de vida saudáveis tem a finalidade de mudança na qualidade de vida. Antes de o médico prescrever o tratamento medicamentos é recomendado adotar medidas que estimulem hábitos de vida saudáveis como dieta pobre em sódio e dizer não ao sedentarismo.

É importante saber o que a doença significa para o paciente, encontrar alternativas que favoreçam a adaptação deste a sua nova realidade. É preciso que os profissionais de saúde vejam os pacientes com hipertensão de maneira holística, como um todo, um ser humano que integra uma família e um contexto social, que tem seus compromissos e projetos de vida, e que se vê acometido por uma doença crônica (FELIPE, 2008)

Abordam-se de forma mais específica um ou outro aspecto importante para o controle da hipertensão arterial, como por exemplo, atividade física e hábitos alimentares, onde enfocam a hipertensão em conjunto com outras doenças, como diabetes mellitus e problemas cardíacos já instalados.

Em geral, são poucos os estudos que avaliam a eficácia das estratégias de educação em saúde utilizadas pelos enfermeiros para portadores de hipertensão arterial. Além disso, abordam muito mais o processo de orientação do que a avaliação da eficácia das intervenções realizadas (CHAVES et al: 2006)

Diante do panorama apresentado, as doenças crônicas merecem mais atenção dos órgãos públicos, no sentido de favorecer políticas que considerem a compreensão de que o processo saúde-doença é socialmente determinado. Em meio às diferentes possibilidades que vem sendo experimentado no âmbito da reorganização dos serviços de saúde, o Programa de Saúde da Família (PSF), concebido pelo Ministério da Saúde (MS) em 1994, vem se consolidando como eixo reestruturante da atenção básica. A equipe mínima é composta por um médico, um enfermeiro, um a dois auxiliares de enfermagem e seis agentes de saúde, trabalhando 40

horas semanais. Cada unidade básica de saúde atende uma população de até 4000 pessoas. (TOLEDO, 2007, 233-8)

A Consulta de Enfermagem propõem a entrevista para coleta dos dados, o exame físico, a identificação do diagnóstico de enfermagem, a prescrição, a implementação dos cuidados e a orientação das ações relativas aos problemas encontrados. A partir dos diagnósticos efetivados, a enfermeira adotará condutas de resolutividade própria, ou de encaminhamento ao profissional ou serviço competente, no caso de a intervenção fugir ao seu âmbito de atuação (MACIEL, 2003)

Uma alimentação saudável deve fazer parte de qualquer programa de prevenção de doenças. Considerando fazer parte do tratamento não medicamentoso, com isso o paciente terá o peso ideal juntamente com auxílio também de exercícios físicos (MAGALHAES, 2010)

Acredita-se que a educação dos indivíduos portadores de Hipertensão Arterial seja o melhor caminho para o alcance de tais objetivos, não sendo apenas uma transmissão de conteúdos referentes à patologia e ao tratamento, mas sim, que se promova a adaptação dos clientes ao tratamento da hipertensão arterial. Para se chegar a essa adaptação, é preciso que os indivíduos estejam motivados para que tais mudanças ocorram e, também, para que assimilem os conhecimentos que poderão melhorar a qualidade de vida do mesmo (PESSUNTO; CARVALHO, 1998)

Existem medidas de modificação de estilo de vida, que efetivamente, têm valor comprovado na redução da pressão arterial. A mudança do estilo de vida e uma atitude que deve ser estimulada em todos os pacientes hipertensos, durante toda vida, independente dos níveis de pressão arterial. Há eficácia comprovada dos hábitos saudáveis na queda de valores pressóricos e na diminuição de risco para eventos cardiovasculares (LOPES E MORAIS, 2013)

O tratamento não medicamentoso da hipertensão arterial consiste em estratégias que visam mudar o estilo de vida e que podem levar à diminuição da dosagem dos medicamentos ou até mesmo a sua dispensa (LOPES E MORAIS, 2013)

Segundo LOPES E MORAIS, existi a possibilidade do paciente fazer o encerramento da medicação e ter a cura contra essa doença, ou seja se o

paciente seguir corretamente ao tratamento no que se diz respeito a medicação e educação no estilo de vida saudável.

Uma boa estratégia para se fazer o paciente aderir ao tratamento e conscientizá-lo dos malefícios da hipertensão arterial sistólica isolada (risco cardiovascular, graves limitações da doença cerebrovascular), além dos riscos inerentes ao tratamento, suas peculiaridade e seus benefícios, fazendo, assim, que o indivíduo se torne elemento ativo no processo de tratar. A boa prática clínica pede que trate o paciente e não a doença (GUSMÃO, 2009)

CONCLUSÃO

Essa pesquisa foi realizada com o intuito de destacar a atuação da enfermagem na prevenção da Hipertensão Arterial Sistêmica, evidenciando as estratégias que são utilizadas para promoção da saúde desses pacientes, apontando a importância do primeiro contato do enfermeiro.

A Hipertensão Arterial é uma doença de morbidade, que envolve vários fatores de risco. E com base nos dados estudados a Hipertensão Arterial é um problema de saúde pública devido a sua gravidade.

Dentro do contexto apresentado destaca-se o papel do enfermeiro, que atua junto aos pacientes na realização de um trabalho preventivo, onde ele conscientiza, informando ao paciente o que é a doença, quais as consequências e complicações que ela pode acarretar.

Observamos que uma das principais dificuldades de controle da Hipertensão Arterial Sistêmica é o não comprometimento do paciente com o tratamento não medicamentoso, mantendo uma dieta rica em sódio, e não praticando exercícios físicos, com isso contribui para o aumento de pessoas diagnosticadas com esta doença.

Nos dias atuais devido aos avanços tecnológicos o mundo está se transformando cada dia e de forma bastante acelerada, essas mudanças exigem uma transformação também na forma de abordagem no primeiro contato com o paciente, que por muitas vezes não estão preparados para aceitar tais informações. Muitos são os fatores que têm contribuído para essa doença. Desta forma, torna-se necessário a criação de novas políticas de saúde. Mais estudos e discussões ainda são necessários acerca deste tema.

REFERÊNCIAS

ARGURI, E.A.M.; ARAÚJO, T.L.; VEIGA, E.V.; OLIVEIRA, S.M.J.V.; LAMAS, J.L.T.; SANTOS, J.L.F. Sons de Korotkoff : **desenvolvimento da pesquisa em esfigmomanometria na escola de enfermagem da USP**. Texto Contexto Florianopolis, 2004: Mar/maio; 13 (1):30-6.

BECK, C.C.; LOPES, A.S.; GIULIANO, I.C.B.; BORGATTO, A.F. **Fatores de risco cardiovascular em adolescentes de município do Sul do Brasil: prevalência e associações com variáveis sociodemográficas**. Rev Bras. epidemiol. 20011; 14(1):36-49.

CORRÊA, T.D.; NAMURA, J.J.; SILVA, C.A.P.; CASTRO, M.G.; MENEGHINI, A.; FERREIRA, C.; **Hipertensão arterial sistêmica; atualidade sobre sua epidemiologia, diagnóstico e tratamento**. Disciplina de cardiologia da Faculdade de medicina do ABC (FMABC), São paulo, Arq Med ABC. 2005; 31(2); 91-101.

CHAVES, E.S. LÚCIO. I.MI.; ARAÚJO, T.L.; DAMASCENO, M.M.C. **Eficácia de programas de educação em saúde para portadores e hipertensão arterial**, Rev Bras Enferm 2006 jul-ago; 59(4):543-7.

FILHO, D.C.O. **Programa de saúde da família em São Paulo, Dossiê saúde pública**. Estud. av. vol. 13 no. 35 São Paulo jan./Apr. 1999.

GUSMÃO, J.J.L.; GINANI, G.F.; SILVA, G.V.; ORTEGA, K.C.; JR, D.M. **Adesão ao tratamento em hipertensão arterial sistólica isolada**. Rev. Bras Hipertens vol. 16(1):38-43, 2009.

LOPES, H.F.; FILHO-BARRETO, J.A.S. **Tratamento não medicamentoso a hipertensão arterial**. Rev. Soc cardiol estado de SP, 2003.

MACIEL, I.C.F.; ARAÚJO, T.L. **Consulta de enfermagem: análise das ações junto a programas de hipertensão arterial em Fortaleza**. Rev. Latino-am Enfermagem 2003, Março/Abril; 11(2):207-14.

MAGALHÃES, M.E.C.; BRANDÃO, A.A.; POZZAN, R.; CAMPANA, E.M.G.; FONSECA, F.L.; PIZZI, O.L.; BRANDÃO, A.P. **Prevenção da hipertensão arterial: para quem e quando começar**. Rev. Bras. Hipertens vol. 17 (2):93-97, 2010.

MARCONI, M.A.; LAKATS, E.M. **Fundamentos de metodologia científica**. ed. 6 São Paulo: Atlas, 2005. PESSUNTO, J.; CARVALHO, E.C. **fatores de risc em indivíduos com hipertensão arterial**. Ver. latino-am. enfermagem, Ribeirão Preto, v.6, n.1, P, 33-39, Janeiro 1998.

TOLEDO,M.M.;RODRIGUS,S.C.;CHIESA,A.M.Educação em saúde no enfrentamento da hipertensão arterial:Uma nova ótica para um velho problema.Texto contexto enferm. Florianópolis,2007 Abr/JUN;16 (2): 233-8