

HIPERTENSÃO ARTERIAL - O INIMIGO SILENCIOSO DO BEM-ESTAR SOCIAL: UMA AÇÃO DE EXTENSÃO - PROJETO PRAE ACOLHE!

TOBIAS SILVA¹; ROGÉRIA GUTTIER²; MARIO RENATO AZEVEDO JUNIOR³

¹Universidade Federal de Pelotas – tobiass989@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – roguttier@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – mrazevedojr@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial (HA) é descrita como uma doença crônica não transmissível (DCNT) de alta prevalência, onde sua condição clínica é definida a partir da elevação contínua dos valores pressóricos no indivíduo, e, a sua presença no cotidiano acaba contribuindo ainda mais para o surgimento de diversas patologias cardiovasculares, renais e cerebrais, gerando dessa forma, oneração para o serviço público do país e do mundo, como afirma BARROSO et al (2020).

Na literatura científica, segundo MAGALHÃES, AMORIM E REZENDE (2018), a HA é uma patologia crônica com multifatoriais, tais como: nutricionais, genéticos, ambientais e comportamentais do homem, e é de se considerar também os aspectos socioeconômicos, que possuem um papel fundamental para contribuição do aparecimento da HA.

Uma prevalência maior desta condição foi observada por MOREIRA (2023) em grupos de menor poder aquisitivo, pois esta condição limita o acesso aos cuidados em saúde e a um estilo de vida mais saudável. Da mesma forma, MOREIRA (2023) mostra em seus estudos a necessidade de se apresentar os determinantes sociais para a melhoria da saúde da população, quais sejam alimentação adequada, acesso aos serviços de Saúde e Educação, ambientes de moradia saudáveis.

Em todo esse contexto, a incidência do número de hipertensos no estado do Rio Grande do Sul é de aproximadamente 26,6%, considerada alarmante, sendo ela estimada maior em relação à média nacional, que é 23,9%, de acordo com a nota técnica conjunta nº 05/2023 (Rio Grande do Sul, 2023).

De acordo com SOARES et al (2020) em seu estudo na cidade de Pelotas/RS, em uma amostra com 206 indivíduos, ficou destacado que 41,9% das pessoas eram hipertensas, sendo o público feminino representado por 74,2% dos casos, e a etnia branca de maior prevalência com 77,6%. Ainda, 64% desse público se considera sedentário, o que leva ao aumento de chances de desenvolver uma outra comorbidade junto com a HA.

Sobre a obesidade, também pauta deste estudo, há de se considerar pesquisas desenvolvidas por CUNHA, 2023, que mostraram que o aumento de peso colabora para o aparecimento da HA. Em Regulação autonômica cardiovascular (FARRELL, GIZA & SHIBAO, 2020) está evidenciado que os parâmetros fisiológicas como raça, diferença de sexo e o peso corporal acabam influenciando na ocorrência do número de casos e na regulação da hipertensão.

Considerando esses dados, uma ação de aferição da pressão arterial e medição do peso corporal foi criada dentro do projeto PRAE ACOLHE!, intitulada “Prevenção em saúde: controle da pressão arterial e de cuidados com o corpo” com o objetivo de oferecer orientações sobre a necessidade do controle da pressão arterial, do peso corporal, oferecendo orientações em saúde aos participantes, público externo e acadêmico da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL).

2. METODOLOGIA

Com os dados obtidos nas buscas teóricas, elaborou-se a metodologia que incluía a utilização de aparelhos como esfigmomanômetro e estetoscópio para a aferição da pressão arterial do indivíduo, como indica ARCURI (1989) e a balança para verificar o peso corporal, registrando as informações importantes sobre o histórico de saúde, alimentação e a prática de atividade física de cada indivíduo, assim como pontuado por FARRELL, GIZA & SHIBAO, (2020) e NGUYEN E LAU (2012) em seus estudos.

Assim, o registro das aferições, foram organizadas em um formulário para anamnese com informações sobre idade, etnia, sexo, residência e histórico de saúde individual e familiar, e a relação de pertencimento dos participantes, se da comunidade acadêmica da UFPEL ou público externo, haja vista ser essa uma ação de Extensão. Para a aferição foi respeitado o tempo mínimo de 5 minutos, para a verificação da pressão arterial, como pontua BARROSO et al (2020).

O desenvolvimento desta atividade aconteceu no Campus II da UFPEL, nas dependências da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis - PRAE, com o objetivo de promover orientações e cuidados em saúde aos indivíduos que tivessem interesse em saber como estava sua pressão arterial e peso corpóreo.

Esse estudo é de natureza descritiva, tendo como objetivo conhecer e apresentar a situação de saúde dos participantes em duas coletas realizadas na ação mencionada. O público participante estava na faixa etária de 15 a 72 anos, residentes da cidade de Pelotas no estado do Rio Grande do Sul.

Utilizou-se duas principais fontes de informação para a elaboração do presente estudo: referencial bibliográfico, com artigos disponíveis nas plataformas PubMed, SciELO e Google acadêmico, para o embasamento teórico da problemática abordada, e, os dados coletados.

A divulgação desse serviço se deu através das redes sociais e a atividade foi realizada às quarta-feiras nos turnos da manhã e tarde. Aos participantes foram oferecidas informações e orientações sobre os locais onde poderiam buscar atendimento em caso de mal-estar em decorrência da pressão arterial (P.A.) elevada, assim como se o Índice de Massa Corporal (IMC) estivesse fora dos parâmetros considerados normais.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Os dados obtidos e analisados na coleta, somaram 66 indivíduos, onde 60,6% pertenciam ao público acadêmico e 39,4% indivíduos do público externo. Desses, 69,7% se declararam brancos, 16,7% negros e 13,6 pardos.

O público do sexo feminino representou 68,2% dos indivíduos que acessaram o serviço, ou seja, 45 pessoas, o sexo masculino representou 28,8%, 19 pessoas, e 1 indivíduo preferiu não declarar o sexo. Do grupo, 64,6% disseram ser natural da cidade de Pelotas/RS, enquanto 35,4% são das demais regiões do estado ou país.

Dos relatos de histórico familiar, os dados analisados indicaram que 87,9% dos indivíduos têm uma predisposição genética para desenvolver HA e 65,2% relataram ter na família algum histórico familiar de problema cardiovascular, o que configura ainda mais as chances de desenvolver um problema de saúde relacionado

à pressão arterial, assim como analisado por MAGALHÃES, AMORIM E REZENDE (2018).

Sobre a prática de alguma atividade física, 24,2% dos respondentes disseram que realizam essa prática regularmente, enquanto 15,2% disseram praticar algumas vezes, e 60,6% afirmaram não praticar nenhuma atividade física. Outro dado da entrevista indicou que 57,8% fazem ingestão excessiva de sal na comida, e 53% indicaram ser tabagistas. Conforme BARROSO et al (2020), essas séries de fatores acabam por aumentar a chance de desenvolver ainda mais uma hipertensão arterial.

Em relação aos parâmetros considerados normais, os dados indicaram que 53,3% dos participantes, possuem ou estavam com pressão arterial normal, (abaixo ou igual a 120/80 mmHg). Porém, 24,1% estavam classificados com valores para pré-hipertensão (igual ou superior a 130/90 mmHg) e 22,6% com valores pressóricos considerados para hipertensão (superior a 140/90 mmHg). O público feminino teve a maior porcentagem de pré-hipertensão/hipertensão, com 33,33%, e o masculino com 12,12% para pré-hipertensão/hipertensão, assim como nos estudos de SOARES et al (2020).

Sobre os dados dos grupos étnicos, o trabalho mostrou que 22,73% das mulheres brancas estavam com valores pressóricos classificados pré-hipertensas/hipertensas, 10,61% dos dados coletados, evidenciou que mulheres pardas/negras estavam na mesma situação clínica. Em seguida, homens brancos apresentam uma porcentagem de 12,12% e homens pardos/negros representam 4,55% com a P.A. elevada, como analisado no trabalho de SOARES et al (2020).

Ao que se refere ao IMC, o presente trabalho evidenciou que 21,21% dos entrevistados estão em situação de sobrepeso e obesidade, aumentando ainda mais a chance de desenvolverem uma hipertensão arterial em decorrência dos hábitos alimentares, assim como descrito por CUNHA (2023).

4. CONSIDERAÇÕES

A ação de Extensão intitulada “Prevenção em saúde: controle da pressão arterial e de cuidados com o corpo.” pôde desenvolver atividades que possibilitaram orientar os usuários do serviço sobre a necessidade de conhecer e cuidar da pressão arterial e do peso corporal para manutenção da saúde, uma forma de educação em saúde física que perpassa a saúde mental.

Este trabalho trouxe reflexões importantes para a equipe responsável pela coleta de dados, estudantes de Enfermagem. Com a atividade pudemos refletir o que o profissional da área faz no seu dia a dia, isso acabou proporcionando um conhecimento maior sobre a profissão. As análises dos dados possibilitaram um entendimento mais profundo sobre a temática, onde percebemos que os dados obtidos são preocupantes quanto à saúde em geral, e que a ausência de uma alimentação saudável e a falta de atividades físicas, por exemplo, podem ocasionar o aumento da pressão arterial para algumas pessoas.

Muitos indivíduos não possuíam conhecimento do seu estado de saúde até aquele momento da coleta, o que acabou gerando a essas pessoas um alerta para os cuidados à promoção e prevenção à saúde.

Dessa forma, uma ação que atendesse os estudantes e servidores continuamente, com a veiculação mais constante de informações sobre a necessidade de cuidados em saúde, principalmente nos quesitos pressão arterial e obesidade, ou mesmo um posto de atendimento em saúde nas unidades, seria de

muita valia no ambiente acadêmico, haja vista essas informações e práticas poderem ser reproduzidas no ambiente familiar e social.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARCURI, E. A. M. Manguito do esfigmomanômetro e diagnóstico de hipertensão arterial sistêmica. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 52, n. 4, p. 1-3, 1989.

BARROSO, W. K. S. et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 116, n. 3, p. 26-50, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.36660/abc.20201238>. Acesso em: 10 set. 2024.

CUNHA, C. L. P. DA Hipertensão Induzida pela Obesidade. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 120, n. 7, p. 2-6, jul. 2023. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10421596/>. Acesso em: 5 ago. 2024. doi: 10.36660/abc.20230391.

FARRELL, M. C.; GIZA, R. J.; SHIBAO, C. A. Race and sex differences in cardiovascular autonomic regulation. **Clin. Auton. Res.**, v. 30, n. 5, p. 2–4, 7 set. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7584374/>. Acesso em: 1 ago. 2024.

MAGALHÃES, L. B. N. C.; AMORIM, A. M. de; REZENDE, E. P. Conceito e aspectos epidemiológicos da hipertensão arterial. **Rev. Bras. Hipertens.**, v. 25, n. 1, p. 1-5, 2018. Disponível em: http://departamentos.cardiol.br/sbc-dha/profissional/revista/25-1/02_revista%20brasileira%20de%20hipertens%C3%A3o_25_n1.pdf. Acesso em: 1 ago. 2024.

MOREIRA, H. G. Precisamos Falar de Determinantes Sociais de Saúde Cardiovascular. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 120, n. 8, 1 ago. 2023. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10586820/>

Nguyen, T., & Lau, DC (2012). A epidemia de obesidade e seu impacto na hipertensão. **Canadian Journal of Cardiology**, p. 1-3, 2012.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria Estadual de Saúde. Nota Técnica Conjunta nº 05/2023: **Atenção ao Indivíduo com Hipertensão Arterial Sistêmica na Atenção Primária à Saúde**. Porto Alegre: Secretaria Estadual de Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.atencaoprimaria.rs.gov.br/upload/arquivos/202307/18150540-nt-has-2023.pdf>. Acesso em: 5 ago. 2024.

SOARES, L. G. et al. Consumo de alimentos ricos em sódio e outros fatores de risco de pacientes com hipertensão arterial sistêmica atendidos em um ambulatório de nutrição. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 15, n. 98, p. 2-9, 6 ago. 2022. Acesso em: 9 ago. 2024.