


## A atuação do enfermeiro frente aos pacientes hipertensos da saúde básica

 <https://doi.org/10.56238/sevened2024.001-006>

### Rafael de Carvalho dos Santos

Enfermeiro; Graduado em Enfermagem pela Faculdade Bezerra de Araújo FABA; Mestrado em Desenvolvimento Local - UNISUAM; Licenciatura - AVM/UCAM. Especialista em urgência, emergência e Terapia Intensiva -UNINTER. Especialista em Cardiologia e Hemodinâmica pela Unyleya. Membro do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Rio de Janeiro/CBMERJ. Professor de Enfermagem da faculdade Bezerra de Araújo  
ORCID: 0000-0002-4219-0151  
E-mail: santoscbmerj@hotmail.com

### Isabela Marins Espinoza

Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)  
ORCID: 0000-0001-5616-9305  
E-mail: bela23cdm@gmail.com

### Julia de Oliveira Gomes

Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)  
ORCID: 0009-0002-8516-2211  
E-mail: ju.ogomes14@gmail.com

---

### RESUMO

A hipertensão arterial (HA) é uma patologia crônica multifatorial e devido a isso pode acometer indivíduos de diferentes faixas etárias e de diferentes grupos da sociedade. No Brasil, a HA vem crescendo de forma significativa e tem se tornado uma das protagonistas nos índices de mortalidade no país. Devido a isso foi levantado um questionamento para entender melhor qual seria a atuação do enfermeiro frente aos pacientes hipertensos na saúde básica, portanto o objetivo deste estudo é descrever o papel do enfermeiro de forma qualificada e efetiva no atendimento à pacientes portadores de hipertensão arterial, com o intuito de promover atenção à saúde integral desses indivíduos, e também contribuindo cientificamente para a jornada e conhecimento de profissionais e futuros profissionais da enfermagem para que através disso a assistência a esses clientes ocorra de maneira mais assertiva e eficaz. Para a realização deste estudo utilizamos a metodologia de revisão bibliográfica, com o decorrer da pesquisa nos deparamos com um total de 40 artigos desta temática, se fez necessário descartar 16 por estarem desatualizados e utilizamos 24 para escrever e compor esse estudo. Vimos que através da prevenção é possível evitar ou tornar-se tardia o desenvolvimento da patologia, e com um tratamento adequado a expectativa e qualidade de vida do paciente aumenta consideravelmente, melhorando o seu prognóstico. Concluímos que para isso, o enfermeiro possui grande importância no processo de saúde e doença, se atentando aos sinais e sintomas, histórico familiar, estilo de vida do paciente e condição socioeconômica para poder realizar o rastreamento, manutenção e prevenção da hipertensão arterial, evitando assim, possíveis complicações e danos à saúde do indivíduo.

**Palavras-chave:** Hipertensão arterial, Tratamento, Prevenção.

## 1 INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial (HA) é uma doença crônica cardiovascular multifatorial, por isso acomete diversos grupos de diferentes faixas etárias da sociedade brasileira, retratando também uma grande parte do índice de mortalidade mundial (PACHÚ, C. O, *et al.*, 2021).

Estudos da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam que até 2025 haverá um aumento em torno de 60% dos casos de hipertensão, consideram também que no ano de 2021, cerca de 600 milhões de pessoas já haviam adquirido a doença. Enquanto no Brasil, as pesquisas apontam o crescimento maior do que 30%, podendo afetar também trabalhadores da área da saúde. (PEREIRA, S. G, *et al.*, 2021).

De acordo com COSTA, S. M, *et al.*, (2020), além dos danos físicos, como: AVC, distúrbios renais, insuficiência cardíaca, entre outros, os fatores como obesidade, sedentarismo, questões socioeconômicas e psicossociais também interferem no desenvolvimento e no agravamento da hipertensão arterial, tornando-se um problema de saúde pública, no qual faz necessário o amplo conhecimento do enfermeiro perante essa comorbidade e seus riscos.

Obter um domínio consistente sobre esta patologia é imprescindível, pois torna-se necessário que a equipe de enfermagem garanta uma assistência qualificada e humanizada, para que através de uma visão holística consiga traçar estratégias que busquem o melhor tratamento e prevenção de acordo com o caso clínico de cada paciente. E isso se torna essencial devido ao enfermeiro também possuir o papel de educador e disseminador de informações (PACHÚ, C. O, *et al.*, 2021).

Apesar do conhecimento elevado sobre a patologia, é necessário também um acompanhamento constante a esses clientes, pois a reeducação de hábitos, sendo eles alimentares, físicos e outros, apresentam um determinado nível de dificuldade, o que leva muitos pacientes a não darem a devida atenção a prevenção e ao tratamento da hipertensão arterial (COSTA, S. M, *et al.*, 2020).

## 2 HIPERTENSÃO E SEUS TIPOS

De acordo com a VII Diretriz Brasileira de Hipertensão (2016), essa patologia se caracteriza quando os valores da pressão arterial (PA) ultrapassam e/ou permanecem nos seguintes níveis: sistólica  $\geq 140$  mmHg e/ou diastólica  $\geq 90$  mmHg. E por ser uma doença cardiovascular, a hipertensão arterial pode afetar o funcionamento de diversos sistemas, agindo silenciosamente e levando ao desencadeamento de disfunções ao paciente (GOMES, C. F, *et al.*, 2018).

Vale ressaltar que essa enfermidade é classificada em três estágios (tabela 1), além de possuir três variações, sendo elas: Hipertensão Arterial Primária, Hipertensão Arterial Secundária e Hipertensão Mascarada.

Tabela 1 - Estágios da Hipertensão Arterial

	PAS (mmHg)	PAD (mmHg)
<b>Hipertensão estágio 1</b>	140-159	90-99
<b>Hipertensão estágio 2</b>	160-179	100-109
<b>Hipertensão estágio 3</b>	≥180	≥110

Fonte: 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão da Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2017.

Onde a hipertensão arterial primária, também chamada de essencial, é desenvolvida por múltiplos fatores, como por exemplo: estilo de vida, situação socioeconômica, pré-disposição genética, entre outros, tornando difícil a identificação principal da sua causa (NOBRE, F, *et al.*, 2013; CORDEIRO, M, *et al.*, 2017).

Enquanto a secundária é caracterizada por possuir uma origem identificável, como: distúrbios renais, pulmonares, neurológicos, endócrinos, entre outros, podendo torná-la reversível através de tratamento ou redução dessas alterações (PÓVOA, R. M, 2019; COSTA, T. C, LEITÃO, D. B, 2021).

A hipertensão arterial mascarada está diretamente ligada com a elevação da mortalidade e morbidade cardiovascular, devido ao seu valor em muitas das vezes estar em parâmetros normais, dificultando um diagnóstico assertivo e sendo necessário a utilização do MAPA (Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial) ou do MRPA (Medida Residencial da Pressão Arterial) (LOPES, P. C, *et al.*, 2008).

É importante salientar que a hipertensão secundária possui uma menor incidência na população e em contrapartida, a primária é a mais comum, enquanto a mascarada acomete cerca de 50% dos pacientes que fazem uso de algum tipo de tratamento farmacológico. Contudo, ambas possuem tratamentos semelhantes que são devidamente protocolados (ALESSIA, A, *et al.*, 2014).

### 3 PROTOCOLO DE TRATAMENTO DA HIPERTENSÃO

A Hipertensão Arterial é uma doença crônica e sem cura, que pode trazer inúmeras consequências, inclusive o desenvolvimento de Diabetes Mellitus, em contrapartida, é uma patologia que possui tratamento, sendo necessário também um acompanhamento contínuo. Seguindo os protocolos estipulados pelo ministério da saúde, onde nessas situações o mais indicado é o HIPERDIA (SILVA, A. C, *et al.*, 2022).

O Programa de Hipertensão Arterial e Diabetes, também chamado de HIPERDIA consiste na realização de um cadastro e monitorização dos portadores da HAS e DM, visando uma melhoria na saúde e bem-estar desses pacientes, por meio do vínculo estabelecido junto à Unidade Básica de Saúde (UBS) e através do seu uso na Estratégia de Saúde da Família (ESF), é oferecido um apoio constante,

individualizado e com uma assistência humanizada de acordo com o quadro clínico de cada pessoa (SOUSA, A. O, COSTA, A. V. M, 2020).

Desde 2001 já havia uma preocupação com o cuidado integral à saúde dos pacientes hipertensos, tendo como objetivo principal aumentar a expectativa de vida deles, reduzir prejuízos e o alto índice de óbitos por hipertensão, e para isso foi criado o Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus (PRAHADM), que atualmente é o regulamento da HIPERDIA (FONTES, F. L, *et al.*, 2019).

É necessário seguir um plano que coopere para uma melhor adesão do tratamento, influenciando diretamente na eficácia de tal regulamento, identificando a raiz do problema, definindo objetivos para tratá-lo, traçando metas, ações e prazos para a realização deste, e como exemplo podemos citar o baixo comparecimento dos pacientes portadores de hipertensão nas UBS para a realização de tratamento e acompanhamento médico (SOUSA, N. A, *et al.*, 2019).

Onde será fundamental entender o motivo pelo qual estes indivíduos deixam de frequentar as Unidades Básicas de Saúde, de forma que promova a melhoria da saúde e qualidade de vida deles por meio de uma busca ativa e práticas exercidas pela equipe multidisciplinar, e através disso será possível retomar ou iniciar o processo terapêutico daquele determinado grupo (SOUSA, A. O, COSTA, A. V. M, 2020).

De acordo com FONTES, F. L, *et al.*, (2019), a rotina desse grupo corrobora na maneira como a patologia em questão irá se expressar e se desenvolver em cada pessoa, e por isso, não existe somente a realização do tratamento farmacológico, há também a possibilidade do uso de outro recurso terapêutico, que é o não medicamentoso.

#### **4 A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E DA DIETA PARA A HAS**

A Hipertensão arterial pode apresentar fatores de riscos não modificáveis (etnia, gênero e idade) e modificáveis (alimentação, alcoolismo e tabagismo), que é onde o tratamento não farmacológico atua, podendo ter um uso exclusivo ou ser complementado com medicamentos. Essa intervenção é realizada através da mudança dos hábitos de vida, como a alimentação, prática de atividade física e redução ou abandono de vícios como drogas lícitas e ilícitas (COSTA, A. J. R, *et al.*, 2021).

Um dos fatores mais prejudiciais para o agravamento da HAS é o sedentarismo, pois a atividade física possui um importante papel em fortalecer a musculatura, inclusive do sistema cardiovascular. Quando praticada de forma regular pode desencadear um efeito a longo prazo, reduzindo os níveis da pressão arterial, porque contribui positivamente para as alterações hemodinâmicas e para o débito cardíaco (COSTA, N. S. C, *et al.*, 2021).

Devido a idade contribuir para o desenvolvimento e piora dessa síndrome multifatorial, é importante que a frequência, duração e intensidade desse exercício aeróbico seja prescrito respeitando

as limitações anatômicas e fisiológicas de cada um desses portadores, de forma que evite possíveis lesões e que atinja seu principal objetivo que é manter essa pressão arterial o mais próximo dos parâmetros normais estabelecidos pela OMS, contribuindo para um estilo de vida mais saudável (MACHADO, V. C, *et al.*, 2020).

A alimentação é um outro ponto importante que deve ser observada com atenção, porque está diretamente relacionada com o consumo excessivo de álcool, sódio e gordura que contribuem para a elevação da pressão arterial, agravando o quadro clínico do cliente, podendo também levá-lo ao desenvolvimento de uma obesidade, e por isso, a manutenção e controle das práticas alimentares, dieta e IMC (Índice de Massa Corpórea) é de grande importância (SOUSA, M. T, *et al.*, 2021).

É notório que quando há um aumento demasiado de tecido adiposo na circunferência abdominal ocorre também uma maior chance de o indivíduo desenvolver esse distúrbio cardiovascular, com base nisso as diretrizes da Sociedade Brasileira de Hipertensão Arterial recomendam a ingestão de vegetais, frutas, fibras, carne branca e oleaginosas, seguindo a dieta de DASH, na qual também diminui o consumo de carne vermelha e alimentos gordurosos e ricos em açúcar. Visto que além de manter uma alimentação equilibrada e tratar a HAS também é uma maneira de prevenir outras doenças crônicas não transmissíveis, como a diabetes mellitus (SILVA, A. H, *et al.*, 2020).

No Brasil, a taxa de morbimortalidade na população causada pela hipertensão arterial é de 32,6% nos adultos, acometendo principalmente o grupo da terceira idade. Quando a dieta DASH é adotada, os níveis pressóricos e o desenvolvimento da doença são reduzidos em 14%, isso acontece por causa dos macros e micronutrientes presentes nos alimentos que fazem parte dessa terapia nutricional (RODRIGUES, B. L, *et al.*, 2020; ANJOS, K. D, *et al.*, 2021).

E apesar da realização constante de exercício físico também ser um fator importante para a redução de mortes prematuras de pacientes com essa disfunção cardíaca, segundo FONTANELLA, F. O, *et al.*, (2019), muitos relatam a falta de um espaço ideal, a inacessibilidade financeira, o cansaço gerado pela rotina e longa jornada de trabalho, ausência ou falta de conhecimento adequado, e inclusive, a desmotivação e desinteresse causado pelo emocional e saúde psicológica.

## **5 FUNÇÕES DO ENFERMEIRO FRENTE AO PACIENTE HIPERTENSO NA ATENÇÃO BÁSICA**

Nos últimos 40 anos, a HAS protagonizou no Brasil e no mundo um quadro de doença crônica com aumento de mais de 90% dos casos, sendo nomeada um problema de saúde pública, e por isso, foi necessário que houvesse a criação de diretrizes de níveis estaduais, e principalmente federais, que guiam o cuidado e a assistência para com esses pacientes, de forma que auxilie a equipe de enfermagem a detectar a presença desse distúrbio cardiovascular e propor uma intervenção adequada de acordo com

o estágio e o tipo de hipertensão arterial que cada sujeito esteja apresentando (MOTA, B. A, LANZA, F. M, CORTEZ, D. N, 2019).

Por isso, o enfermeiro possui uma grande importância no processo de saúde-doença, tanto na rede privada quanto nos serviços básicos, porque de acordo com o COFEN (2009) e sua resolução nº 358 do mesmo ano, o Processo de Enfermagem precisa ocorrer em qualquer ambiente onde tenha a presença desses profissionais, sendo aplicada com ética, e seguindo as cinco etapas que compõem esse processo. Onde o enfermeiro avalia a situação apresentada de forma holística como estratégia, ajudando a entender a verdadeira raiz do problema, para que assim possa traçar um plano de cuidado, tratamento e prevenção para esse indivíduo.

A enfermagem tem uma grande importância no diagnóstico precoce de doenças crônicas, como é o caso da hipertensão, porque além dela ser porta de entrada para o desenvolvimento de outras patologias, como a insuficiência renal crônica e AVC, pode levar também a problemas familiares, socioeconômicos e até afetar a estrutura pública de saúde, que terá ainda mais gastos para oferecer o tratamento contínuo a pacientes de baixa e média renda que são os mais afetados por essa doença. É importante ressaltar, que todas essas consequências também podem colaborar para o surgimento da patologia em questão (SOUZA, C. P, *et al.*, 2020).

É primordial que a enfermagem auxilie outros profissionais da área da saúde a saberem como lidar com pacientes hipertensos, tendo a sensibilidade de entender o motivo inclusive da não adesão ao tratamento estabelecido, por isso, é necessário que ocorra de maneira frequente processos de educação continuada nos serviços básicos, de forma que capacite outros profissionais, sobretudo da área da enfermagem que ainda não possuem tanta experiência e habilidade. Além disso, através da anamnese e de um levantamento de dados e pesquisa com os pacientes da população, é possível entender as características em comum deles, promovendo palestras na comunidade com o objetivo de mostrar todos os danos que a doença pode causar e todas as vantagens a longo prazo de um tratamento efetivo (LIMA, A. K, *et al.*, 2021).

De acordo com MENDES, F. A, SILVA, M. P, FERREIRA, C. R (2018), a hipertensão arterial além de ser uma grande causadora de acidentes vasculares cerebrais, em 40% dos casos ela também pode levar os indivíduos a óbito por AVC. A cada ano que passa, devido principalmente aos hábitos de vida o número de pessoas desenvolvendo a HAS se eleva, e por isso, só reforçamos a grande importância do papel do enfermeiro que é responsável por avaliar, identificar, diagnosticar, cuidar e fornecer informações e conhecimento para a população.

## **6 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O primeiro ponto a ser questionado em nosso estudo e pesquisa foi em entender melhor a hipertensão arterial, seus tipos, os protocolos utilizados atualmente, como pode ser evitada ou tratada

e o papel da enfermagem na saúde pública lidando com essa disfunção cardiovascular. E para isso foram utilizados de início 8 artigos para que entendêssemos um pouco mais sobre a hipertensão.

Em geral, 12 artigos, sendo assim 50% dos utilizados para esse estudo, incluindo NOBRE, F, et al. (2013) definiram a hipertensão como: “uma condição clínica multifatorial caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial, associa-se frequentemente a alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos-alvo (coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos) e a alterações metabólicas, tendo como consequência o aumento do risco de eventos cardiovasculares fatais e não-fatais”

Por isso, no dia a dia da saúde pública e dos profissionais da enfermagem, quando um paciente está com a pressão arterial acima de 140x90 mmHg, já é necessário ficar em estado de alerta, pois de acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde), quando essa pressão realizada na parede das artérias se eleva, o coração precisa fazer um esforço ainda maior do que está acostumado para que o sangue seja distribuído da mesma maneira por todo o organismo do paciente.

Além disso, essa pressão arterial elevada pode desencadear outros distúrbios, como o surgimento de AVC (Acidente Vascular Cerebral), infarto do miocárdio, insuficiência cardíaca e também insuficiência renal, podendo deixar o paciente com sequelas que podem afetar a sua rotina e bem-estar diário.

De acordo com (SILVA, A. C, *et al.*, 2022) essa patologia que está sendo discutida não tem cura, mas através de um tratamento adequado é possível tratar sem que cause maiores danos, e o programa de HIPERDIA é um ótimo aliado para isso.

Na teoria esse programa pode apresentar ótimos resultados para o tratamento dessa doença não transmissível, o problema é que na prática ele precisa ir além de dados estimados e precisa ser utilizado com atenção, até porque, o crescimento de indivíduos portadores dessa doença vem crescendo cada vez mais, e se olharmos de forma holística para a situação podemos entender e tratar a verdadeira raiz do problema de acordo com a realidade de cada comunidade.

Uma das formas de tratar a hipertensão é através do exercício físico e da alimentação, que juntos podem proporcionar uma melhor qualidade de vida para esses pacientes, mas muitos não conseguem seguir esse tratamento não farmacológico, principalmente a prática de atividade física, FONTANELLA, F. O, et al., (2019) realizou uma pesquisa com alguns pacientes que relataram os motivos pelo qual não praticam e não realizam esse tratamento.

Onde, 29,1% relatam a falta de um espaço ideal, 21,8% não possuem recursos financeiros, liderando essa pesquisa 54,5% dizem ter um cansaço excessivo gerado pela rotina e 18,2% pela longa jornada de trabalho, a ausência ou falta de conhecimento adequado também foi um problema relatado por 27,3% das pessoas. Já a desmotivação e o desinteresse causado pelo emocional e/ou saúde psicológica foi relatado por 38,2%.

Por isso, o objetivo desse estudo não foi somente entender mais sobre a hipertensão, mas também compreender por que o número de pacientes com essa patologia vem crescendo com o decorrer do tempo, o que vem levando alguns desses indivíduos a óbito, e como a enfermagem pode contribuir para evitar essas situações.

LIMA, A. K, *et al.*, (2021), relata que a enfermagem possui um importante papel no diagnóstico precoce de doenças, no processo saúde-doença e na educação continuada de outros profissionais da saúde, levando informações necessárias para contribuir e melhorar a assistência humanizada e estratégica, de forma que através inclusive do processo de enfermagem seja possível entender o verdadeiro causador dos desconfortos que cada paciente apresente.

Confirmando o que foi dito por (PACHÚ, C. O, *et al.*, 2021): “Obter um domínio consistente sobre esta patologia é imprescindível, pois torna-se necessário que a equipe de enfermagem garanta uma assistência qualificada e humanizada, para que através de uma visão holística consiga traçar estratégias que busquem o melhor tratamento e prevenção de acordo com o caso clínico de cada paciente. E isso se torna essencial devido ao enfermeiro também possuir o papel de educador e disseminador de informações”

É notória a grande importância da enfermagem para a identificação, diagnóstico, tratamento e prevenção não só da HAS, mas também de tantas outras doenças, principalmente na saúde pública.

Quadro 1: Artigos encontrados referentes ao tema

<b>Títulos/Autores (Ano)</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Tipo de estudo</b>
1- Assistência de enfermagem aos portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica: uma revisão integrativa/Pachú, C. O, <i>et al.</i> , (2021).	Analisar e identificar os principais cuidados prestados da Enfermagem ao portador de HAS. Além de observar o número de publicações atuais relacionadas a esse assunto.	Revisão integrativa.
2- Fatores associados à pré-hipertensão e hipertensão arterial em trabalhadores de saúde que atuam em serviços de alta complexidade/Pereira, S. G, <i>et al.</i> , (2021).	Estimar a prevalência e fatores associados à pré-hipertensão e hipertensão arterial entre trabalhadores de saúde que atuam em setores de alta complexidade para pacientes críticos e crônicos.	Estudo epidemiológico, transversal e analítico realizado com trabalhadores de saúde dos serviços de hemodiálise, oncologia, pronto-socorro e terapia intensiva neonatal de nove hospitais da macrorregião do norte de Minas Gerais, Brasil.
3- Hipertensos assistidos em serviço de atenção secundária: risco cardiovascular e determinantes sociais de saúde/ Costa, S. M, <i>et al.</i> , (2020).	Investigar a relação entre determinantes sociais de saúde e risco cardiovascular global em hipertensos assistidos em serviço de atenção secundária do Sistema Único de Saúde.	Estudo seccional analítico, com pacientes do Centro Hiperdia, no norte de Minas Gerais, Brasil.
4- Hipertensão Secundária: abordagem nos cuidados de saúde primários/Costa, T. C, Leitão, D. B, (2021).	Identificar situações sugestivas de hipertensão secundária. Rever a fisiopatologia, manifestações clínicas e/ou laboratoriais, diagnóstico e tratamento das principais formas de HS.	Foi realizada a pesquisa de artigos científicos em plataformas online de medicina baseada em evidência utilizando as palavras-chave Secondary Hypertension e Primary Health Care.
5- Hipertensão Arterial Secundária/Póvoa, R. M (2019).	Aprofundar o conhecimento da HAS secundária e ter consciência das causas subjacentes.	Revisão sistêmica.



6- Hipertensão arterial sistêmica primária/Nobre, F, <i>et al.</i> , (2013).	Determinar os múltiplos fatores originários da HAS Primária, levando em consideração a alta incidência e elevada taxa de morbimortalidade da determinada patologia.	Revisão integrativa.
7 – Hipertensão mascarada/ LOPES, P. C, <i>et al.</i> , (2008).	Estipular a relação entre a Hipertensão mascarada com alterações cardiovasculares e mapear os valores que fogem aos parâmetros normais e aceitáveis estabelecidos	Revisão bibliográfica.
8 – Efetividade do Programa HIPERDIA na Atenção primária em saúde: uma revisão da literatura/Silva, A. C, <i>et al.</i> , (2022).	Descrever a eficácia do programa HIPERDIA na atenção primária em saúde e apresentar sua importância e necessidade diante da prevenção da HAS e DM.	Revisão da literatura.
9 - HIPERDIA: Programa para a melhoria do controle dos pacientes com Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus da estratégia da saúde da família do “Santinho I E II” em Barras – Piauí/Sousa, A. O, Costa, A. V. M, (2020).	Estimular a adesão dos hipertensos e diabéticos no programa HIPERDIA, assim como desenvolver atividades educativas sobre hábitos saudáveis, como prática de atividade física e alimentação adequada.	Revisão integrativa.
10 - Relevância da roda de conversa no Programa HIPERDIA: foco na alimentação saudável e atividade física/ Fontes, F. L, <i>et al.</i> , (2019).	Descrever a preocupação com o cuidado integral à saúde dos pacientes hipertensos.	Revisão integrativa.
11 – Fatores de risco e complicações em diabéticos/ hipertensos cadastrados no HIPERDIA/Sousa, N. A, <i>et al.</i> , (2019).	Analisar os fatores oriundos, as problemáticas e o plano de tratamento com maior adesão das patologias (HAS e DM).	Estudo descritivo transversal.
12 – Tratamento não farmacológico da hipertensão na atenção primária: Uma revisão integrativa/Costa, A. J. R, <i>et al.</i> , (2021).	Avaliar os meios de realizar o tratamento não farmacológico e a eficácia dele em pacientes portadores da HAS na atenção primária.	Revisão Integrativa de literatura.
13 - Exercício físico auxiliando no tratamento da hipertensão arterial/Costa, P. N, <i>et al.</i> (2021)	Esclarecer sobre a terapêutica da HA auxiliada ao exercício físico e as mudanças no estilo de vida mostrando os benefícios que a prática de exercício físico, podem acarretar a saúde da população.	Revisão Bibliográfica
14 - Prevalência de hipertensão arterial sistólica em pacientes idosos praticantes de atividade física/M, C. V <i>et al.</i> , (2020)	Avaliar a prevalência de hipertensão arterial sistólica em idosos praticantes de atividade física.	Estudo de corte transversal qualitativo.
15 - Hipertensão (pressão alta). BRASIL, Ministério da Saúde.	Demonstrar o quadro clínico como um todo da Hipertensão, evidenciar os fatores de risco, o diagnóstico, auxiliar no tratamento e evidenciar estatísticas relacionadas a tal patologia	Revisão integrativa

16 - Ações educativas: dieta, atividade física e suas possíveis influências sobre a pressão arterial/S, T. M, (2021).	Investigar o possível impacto de ações educativas em saúde, com ênfase em orientações voltadas à dieta e a atividade física, sobre os níveis pressóricos em pacientes com diagnóstico de HAS, tratados farmacologicamente	Coorte prospectiva de caráter quantitativo.
17 - Dieta hiperlipídica e hipertensão arterial sistêmica (HAS): revisão sistemática sobre os fatores de risco/S, H. A <i>et al.</i> , (2020).	Realizar uma revisão de literatura acerca das implicações de uma dieta hiperlipídica no aumento da pressão arterial e seus principais fatores de risco.	Revisão Sistemática.
18 - Impacto do Programa Academia da Saúde sobre a mortalidade por Hipertensão Arterial Sistêmica no estado de Pernambuco, Brasil/R, S. B, <i>et al.</i> , (2020).	Avaliar o impacto do Programa Academia da Saúde sobre a mortalidade por Hipertensão Arterial Sistêmica no estado de Pernambuco, Brasil.	Avaliação de impacto de políticas públicas.
19 - Dieta DASH no tratamento da hipertensão arterial sistêmica/A, D. K, (2021).	Discutir informações e levantar dados sobre a dieta DASH no tratamento da hipertensão arterial.	Revisão de literatura.
20 - Prevalência de barreiras para a prática de atividade física no tempo livre em pacientes com hipertensão arterial/F, O. F, (2019).	Identificar as barreiras e o estágio de mudança de comportamento para a prática de atividade física no tempo livre em uma amostra de pacientes com hipertensão arterial.	Estudo transversal.
21 - Efetividade da consulta de enfermagem na adesão ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica/Beatriz Amaral-Moreira Mota, Fernanda Moura-Lanza e Daniel Nogueira-Cortez (2019).	Avaliar a adesão ao tratamento medicamentoso e não-medicamentoso de usuários de um serviço de atenção primária diagnosticados com hipertensão arterial sistêmica antes e após a implementação da consulta de enfermagem sistematizada.	Ensaio clínico não-controlado.
22 - Diagnósticos de enfermagem em portadores de hipertensão arterial na atenção primária/Fabrizio do Amaral Mendes <sup>1</sup> , Marluçilena Pinheiro da Silva <sup>2</sup> e Cecília Rafaela Salles Ferreira, (2018).	Identificar diagnósticos de enfermagem (DEs) em portadores de hipertensão arterial atendidos na Unidade Básica de Saúde.	Estudo descritivo de abordagem quantitativa.
23 - Atuação da enfermagem na prevenção da hipertensão arterial; L, K. A, 2021.	Identificar diante da atuação da enfermagem, os desafios na prevenção da Hipertensão Arterial na Atenção Primária de Saúde.	Estudo transversal descritivo com abordagem qualitativa
24 – Prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, hábitos alimentares e de atividade física numa estratégia de saúde da família de Presidente Prudente – SP/S, P. C, (2020).	Investigar a prevalência de pacientes com DCNT registradas em um posto da Estratégia de Saúde da Família (ESF) em Presidente Prudente e verificar os hábitos alimentares e a prática de atividade física.	Pesquisa de campo na unidade hospitalar.



## 7 CONCLUSÃO

Dessa forma entendemos que para a enfermagem proporcionar uma assistência qualificada, principalmente para os pacientes hipertensos, se faz necessária a aplicação de um conhecimento científico e um olhar humanizado, visando uma melhora na qualidade e expectativa de vida, evitando ou adiando o adoecimento desse grupo.

Diante disso, entender os estágios e tipos de hipertensão é fundamental para identificar qual é a situação atual desses indivíduos em prol de avaliar de forma estratégica, conseguindo assim implementar um plano de ação. E isso será possível através do programa HIPERDIA, visto que será aplicado de acordo com a necessidade e dificuldade que cada cliente apresente. Realizando assim uma monitorização do quadro clínico e entendendo como a patologia em questão está se comportando e desenvolvendo, além de acompanhar a adesão e resposta do recurso terapêutico escolhido.

Portanto, ressaltamos a grande importância da realização constante da prática de atividade física e de uma alimentação equilibrada seguindo a dieta de DASH, pois através da mudança de hábitos é possível manter uma pressão estável e aceitável dentro dos parâmetros estabelecidos para aquela determinada pessoa, e de acordo com a Sociedade Brasileira de Hipertensão Arterial, os níveis pressóricos e o desenvolvimento da HAS serão diminuídos.

Por isso, os enfermeiros possuem o papel importante não só no ato de cuidar, diagnosticar e tratar, mas também fornecer informações confiáveis e necessárias de forma que contribua com a longevidade e bem-estar do indivíduo de toda a comunidade, podendo assim reduzir a taxa de morbimortalidade dessa patologia cardiovascular e suas possíveis complicações e sequelas, contribuindo positivamente para a saúde integral de todos os pacientes acometidos com a respectiva doença, na rede privada e principalmente na atenção básica.



## REFERÊNCIAS

AMARAL-MOREIRA MOTA, Beatriz; MOURA-LANZA, Fernanda; NOGUEIRA-CORTEZ, Daniel. Efetividade da consulta de enfermagem na adesão ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica. *Revista de Salud Pública*, v. 21, n. 3, 2019.

COSTA, Ana Júlia Ribeiro et al. Tratamento não farmacológico da hipertensão na atenção primária: Uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 7, p. e46110716644-e46110716644, 2021.

COSTA, Nathália Santa Cruz Pinheiro et al. Exercício físico auxiliando no tratamento da hipertensão arterial. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 2, p. 19627-19632, 2021.

DA CUNHA COSTA, Tiago Francisco; LEITÃO, Diana Catarina Coelho. Hipertensão secundária: abordagem nos cuidados de saúde primários. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, v. 37, n. 6, p. 535-548, 2021.

DA SILVA NOGUEIRA, Ana Júlia; SILVA, Jéssica Larissa Viana; PACHÚ, Clésia Oliveira. Assistência de enfermagem aos portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica: uma revisão integrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 10, n. 12, pág. e219101219269-e219101219269, 2021.

DA SILVA, Alan Herto et al. Dieta Hiperlipídica e Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS): revisão sistemática sobre os fatores de risco. 2020.

DA SILVA, Ana Carla Virgínio Rodrigues et al. Efetividade do programa hiperdia na atenção primária em saúde: uma revisão da literatura. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 8, n. 9, p. 1059-1066, 2022.

DE LIMA FONTES, Francisco Lucas et al. Relevância da roda de conversa no Programa HIPERDIA: foco na alimentação saudável e atividade física. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, n. 23, p. e394-e394, 2019.

DE SOUSA, Matheus Teles et al. Ações educativas: dieta, atividade física e suas possíveis influências sobre a pressão arterial. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 1, p. 226-242, 2021.

DE SOUSA, Natanael Aguiar et al. Fatores de risco e complicações em diabéticos/hipertensos cadastrados no hiperdia. *SANARE-Revista de Políticas Públicas*, v. 18, n. 1, 2019.

DO AMARAL MENDES, Fabrizio; DA SILVA, Marlucilena Pinheiro; FERREIRA, Cecília Rafaela Salles. Diagnósticos de enfermagem em portadores de hipertensão arterial na atenção primária. *Estação científica (UNIFAP)*, v. 8, n. 1, p. 91-101, 2018.

DOS ANJOS, Karla Doralyce Gomes et al. Dieta DASH no tratamento da hipertensão arterial sistêmica. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 1, p. 621-634, 2021.

FONTANELLA, Felipe Oliveira et al. Prevalência de barreiras para a prática de atividade física no tempo livre em pacientes com hipertensão arterial. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 24, p. 1-9, 2019.

LIMA, Amanda Karem Lopes et al. Atuação da enfermagem na prevenção da hipertensão arterial. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 13, n. 5, p. e7373-e7373, 2021.



LOPES, Paulo Cesar et al. Hipertensão mascarada. *Rev Bras Hipertens*, v. 15, n. 4, p. 201-205, 2008.

MACHADO, Vitor Cardoso Pereira et al. 7. Prevalência de hipertensão arterial sistólica em pacientes idosos praticantes de atividade física. *Revista Científica UMC*, v. 5, n. 2, 2020.

NOBRE, André Luiz Cândido Sarmiento Drumond et al. Hipertensos assistidos em serviço de atenção secundária: risco cardiovascular e determinantes sociais de saúde. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 28, p. 334-344, 2020.

NOBRE, Fernando et al. Hipertensão arterial sistêmica primária. *Medicina (Ribeirão Preto)*, v. 46, n. 3, p. 256-272, 2013.

PEREIRA, Sabrina Gonçalves Silva et al. Fatores associados à pré-hipertensão e hipertensão arterial em trabalhadores de saúde que atuam em serviços de alta complexidade. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, p. 6059-6068, 2021.

PÓVOA, Rui Manoel dos Santos. HIPERTENSÃO ARTERIAL SECUNDÁRIA. *Rev Bras Hipertens*, p. 52-62, 2019.

RODRIGUES, Bárbara Leticia Silvestre et al. Impacto do Programa Academia da Saúde sobre a mortalidade por Hipertensão Arterial Sistêmica no estado de Pernambuco, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, p. 6199-6210, 2021.

SOUSA, A. O.; COSTA, A. V. M. HIPERDIA: programa para a melhoria do controle dos pacientes com hipertensão arterial e diabetes mellitus da estratégia da saúde da família do “Santinho I e II em Barras-Piauí. UNASUS [internet], p. 01-16, 2020.

SOUZA, Caroline Peres et al. Prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, hábitos alimentares e de atividade física numa estratégia de saúde da família de Presidente Prudente–SP. *ConScientiae Saúde*, v. 19, n. 1, p. 18221, 2020.