

Dia Mundial de Hipertensão: 1ª edição

World Hypertension Day: 1st edition

DOI:10.34117/bjdv7n11-224

Recebimento dos originais: 12/10/2021

Aceitação para publicação: 14/11/2021

Francielle Nocera Viechineski

Formação acadêmica mais alta: Cursando ensino superior

Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900

Email: fran.nocera@hotmail.com

Alice Magro Koscianski

Formação acadêmica mais alta: Cursando ensino superior

Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900

Email: alicemkos@gmail.com

Paola Gonçalves Moreira de Oliveira

Formação acadêmica mais alta: Cursando ensino superior

Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900

Email: paolagmoliveira@gmail.com

Ana Carla Dlugosz

Formação acadêmica mais alta: Cursando ensino superior

Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900

Email: anacdlugosz@gmail.com

José Augusto Sales Mota

Formação acadêmica mais alta: Cursando ensino superior

Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900

Email: joseaugustosalesmota@gmail.com

Larissa Almeida Busnello

Formação acadêmica mais alta: Cursando ensino superior

Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900

Email: laribusnello@hotmail.com

Camilla Mattia Calixto

Formação acadêmica mais alta: cursando ensino superior
Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa
Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900
Email: calixtocamilla@gmail.com

Mário Cláudio Soares Sturzeneker

Formação acadêmica mais alta: Doutorado
Instituição de atuação atual: Universidade Estadual de Ponta Grossa
Endereço completo: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa -
CEP 84030-900
Email: mcssturzeneker@gmail.com

RESUMO

A hipertensão arterial sistêmica é uma das doenças cardiovasculares mais prevalentes e gera grande impacto na saúde pública global. O evento do “Dia Mundial da Hipertensão: 1ª edição”, teve como objetivo o estímulo à adoção de hábitos de vida saudáveis, através de informações que facilitam a compreensão básica da hipertensão arterial sistêmica, de seus riscos, de sua relação com os hábitos de vida, bem como dos claros benefícios da adoção de hábitos saudáveis. Após o primeiro dia do evento, avaliando os dados obtidos, observou-se que 71,4% das pessoas eram portadoras de sobrepeso ou obesas e 32,1% tinham algum grau de hipertensão. Tais achados são semelhantes aos reportados em estudos populacionais nacionais e de outros países, e reforçam a necessidade de intervenção em nossa população para reduzir complicações cardiovasculares. Esse foi o primeiro evento extensionista da Liga de prevenção de diabetes e doenças cardiovasculares, cujo molde servirá para eventos futuros.

Palavras-Chave: Hipertensão. Saúde. Cardiovascular.

ABSTRACT

Systemic arterial hypertension is one of the most prevalent cardiovascular diseases and has a great impact on global public health. The event of the "World Hypertension Day: 1st edition" aimed to encourage the adoption of healthy lifestyle habits, through information that facilitate the basic understanding of systemic arterial hypertension, its risks, its relationship with the habits of life, as well as the clear benefits of adopting healthy habits. After the first day of the event, evaluating the data obtained, it was observed that 71.4% of the people were overweight or obese and 32.1% had some degree of hypertension. These findings are similar to those reported in national population studies and in other countries, and reinforce the need for intervention in our population to reduce cardiovascular complications. This was the first extension event of the Diabetes and Cardiovascular Disease Prevention League, whose mold will be used for future events.

Keywords: Hypertension. Health. Cardiovascular.

1 JUSTIFICATIVA

Hábitos de vida saudáveis constituem a base do tratamento das doenças cardiovasculares, entre as quais inclui-se a hipertensão arterial sistêmica (HAS). Entretanto, as mudanças nos hábitos de vida da população permanecem um desafio para os envolvidos em promoção de saúde. Portanto, ações como o dia mundial de hipertensão, proporcionam o acesso da população a informações cruciais para a percepção da necessidade dessas mudanças e conseqüentemente estimulam a adesão a elas. Esses eventos também envolvem diretamente profissionais e acadêmicos da área de saúde no processo de conscientização. (BRAGA et al., 2021)

2 OBJETIVOS

O evento Dia mundial da Hipertensão tem como objetivo central a conscientização da população sobre os riscos relacionados à hipertensão arterial sistêmica e sobre a necessidade das mudanças nos hábitos de vida para a prevenção e tratamento dela, além do envolvimento de acadêmicos da área de saúde nesse processo. Dessa forma, visa a redução do impacto dessa doença na comunidade como resultado.

3 METODOLOGIA

No dia 17 de maio de 2019 das 16h às 20h, 11 acadêmicos do curso de graduação de Medicina da UEPG, 3 profissionais de saúde, colaboradores do 13º Batalhão de Infantaria Blindada de Ponta Grossa e o coordenador da respectiva liga atenderam 28 pessoas no Complexo Ambiental Governador Manoel Ribas (Parque Ambiental) de Ponta Grossa.

Durante o primeiro dia do evento, dia 17 de maio, cada pessoa que desejava ser atendida foi convidada a sentar-se e responder um pequeno questionário, seguido da aferição da pressão arterial. O foco do questionário foi coletar informações importantes no contexto das doenças cardiovasculares (DCV): peso, altura, idade, uso prévio de medicações anti-hipertensivas, uso exagerado de sal, doença cardíaca prévia, tabagismo, etilismo, dislipidemia, transtornos de humor e história familiar de doenças cardíacas. Após a entrevista, caso a pessoa tivesse feito exercício físico de intensidade moderada ou alta, ingerido bebida com cafeína ou tenha se alimentado nas últimas duas horas, ela foi orientada a esperar em torno de 30 minutos para ter sua pressão arterial aferida. Após a aferição desse dado vital, o participante do projeto anotava todos os dados na ficha e então a pessoa orientada pelo coordenador e liberada.

No dia 18 de maio de 2019, das 09:30 às 11:30 horas, no Grande Auditório do Campus Central da UEPG foram proferidas 4 palestras por acadêmicos do curso de Medicina da instituição. Os temas apresentados pelos alunos foram “Limitações relacionadas ao tratamento da hipertensão arterial, como solucionar?” e “O impacto das mudanças de hábitos de vida na prevenção e tratamento das doenças cardiovasculares”.

4 RESULTADOS

No primeiro dia do evento, foram atendidas 28 pessoas. A média de idade da população atendida no primeiro dia foi de 52,7 anos, os extremos de idade observados foram 14 e 77 anos. Doze pessoas relataram uso prévio de medicamentos anti-hipertensivos, quatro relataram uso exagerado de sal, cinco eram tabagistas, nove eram etilistas, sete portavam dislipidemia, dezoito afirmaram ser ansiosos ou estressados e dezenove tinham histórico familiar de DCV.

O peso e a altura desses indivíduos foram informados, o que permitiu o cálculo do índice de massa corporal (IMC). O IMC serve como parâmetro do estado nutricional do adulto (ANJOS *et al.*, 2020), caracterizado em 6 estágios. Com base no IMC, esses indivíduos foram classificados como abaixo do peso: 1, peso normal: 7, sobrepeso: 11, obesidade grau I: 5, obesidade grau II: 2 e obesidade grau III: 2 (tabela 1).

Tabela 1 – Classificação dos indivíduos conforme o índice de massa corporal (IMC)

CLASSIFICAÇÃO	IMC	Nº de indivíduos
Abaixo do peso	Menor que 18,5	1
Peso normal	18,5 – 24,9	7
Sobrepeso	25 – 29,9	11
Obesidade grau I	30 – 34,9	5
Obesidade grau II	35 – 39,9	2
Obesidade grau III (mórbida)	Maior que 40	2

Fonte: Própria autoria.

As aferições dos níveis tensionais foram realizadas conforme as recomendações das diretrizes da Sociedade Europeia de Cardiologia e da Sociedade Brasileira de Hipertensão mais recentes no momento do estudo (WILLIAMS *et al.*, 2018; MALACHIAS *et al.*, 2016). Conforme os níveis aferidos, os indivíduos foram classificados como portadores de pressão arterial ótima, normal, normal elevada,

hipertensão arterial grau I, II e III, ou hipertensão sistólica isolada (tabela 2) com base na classificação também recomendada pelas diretrizes da Sociedade Europeia de Cardiologia (WILLIAMS et al., 2018) e da Sociedade Brasileira de Hipertensão (MALACHIAS et al., 2016). Níveis tensionais compatíveis com pressão arterial ótima foram observados em uma pessoa, com pressão arterial normal em 10, com pressão arterial normal elevada em 8, com HAS grau I em 4, com HAS grau II em 2, com HAS grau III em 2 e com hipertensão sistólica isolada em uma pessoa (Tabela 2).

Tabela 2 – Classificação da pressão arterial e categorização dos graus de hipertensão

CLASSIFICAÇÃO	SISTÓLICA (mmHg)		DIASTÓLICA (mmHg)	Nº DE INDIVÍDUOS
Ótima	< 120	e	< 80	1
Normal	120 - 129	e/ou	80 - 84	10
Normal elevada	130 - 139	e/ou	85 - 89	8
Grau 1 de hipertensão	140 - 159	e/ou	90 - 99	4
Grau 2 de hipertensão	160 - 179	e/ou	100 - 109	2
Grau 3 de hipertensão	≥ 180	e/ou	≥ 110	2
Hipertensão sistólica isolada	≥ 140	e	< 90	1

Fonte: Própria autoria.

Com base nesses dados, avaliamos que a maioria dos indivíduos da amostra populacional (39,3%) estava com sobrepeso, 17,9% com obesidade grau I, 7,1% com obesidade grau II e 7,1% com obesidade grau III. Além disso, 32,1% desses indivíduos eram hipertensos, 28,6% tinham níveis tensionais limítrofes (pressão normal elevada) e apenas 39,3% tinham níveis tensionais normais ou ótimos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O evento do Dia Mundial da Hipertensão, 1ª edição, realizado nos dias 17 e 18 de maio de 2019 foi também o primeiro evento realizado pela Liga de Prevenção de Diabetes e Doenças Cardiovasculares. É de extrema importância que todo aprendizado do meio acadêmico seja passado para a população, para melhorar os índices de saúde da nossa região.

As DCV são muito prevalentes e figuram entre as principais causas de morte no Brasil e no mundo. No Brasil, aproximadamente 32,3% da população geral apresenta algum grau de HAS. A prevalência é maior em homens e aumenta com a idade, de forma que aproximadamente 71% dos indivíduos acima de 70 anos são hipertensos. Cerca de 45% das mortes por doença arterial coronariana e insuficiência cardíaca associam-se à HAS, bem como 51% das causadas por doença cerebrovascular (BARROSO et al., 2021). A HAS relaciona-se a fatores de risco genéticos e socioeconômicos, além da etnia, do

sobrepeso/obesidade, da alimentação, do sedentarismo, do etilismo, entre outros. Em particular, o excesso de peso é um importante fator de risco, cuja prevalência vem aumentando nos últimos anos. (BRAGA et al., 2021)

Somando as hospitalizações, os procedimentos ambulatoriais e os medicamentos, a HAS custou 523,7 milhões ao SUS em 2018. Nos últimos 10 anos, os custos relacionados à DCV associada à HAS atingiram 2,2 bilhões de reais, que representa um aumento em 32%. (BARROSO et al., 2021).

A partir dos dados obtidos no evento fica evidente a necessidade de levar informações à população a respeito da HAS e dos seus riscos, com o objetivo de estimular a população a adotar hábitos de vida mais saudáveis e assim reduzir o número e impacto das complicações cardiovasculares (como foi feito nas duas palestras apresentadas no segundo dia do evento).

REFERÊNCIAS

ANJOS, L.A.M.; FERREIRA, C. Agreement between self-assessment of body image and measured body mass index in the Brazilian adult population. **Cien. Saúde Coletiva.**, Rio de Janeiro, vol. 25, n. 8, p. 3027-3036, ago., 2020.

BARROSO, W. K. S. et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 116, n. 3, p. 516–658, 3 mar. 2021.

BRAGA, GS.; et al. Fatores de risco para o surgimento da hipertensão arterial sistêmica: saber para prevenir. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 2, p. 17273-17276, 2021.

MALACHIAS, M.V.B.; et al. 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, Rio de Janeiro, v. 107, n. 3, supl. 3, p. 1-104, set. 2016.

WILLIAMS, B.; et al. 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension: The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Cardiology (ESC) and the European Society of Hypertension (ESH), **European Heart Journal**, v. 39, n. 33, p. 3021–3104, 01 set. 2018.