

## **HIPERTENSÃO ARTERIAL NO IDOSO, DOENÇA PREVALENTE NESTA POPULAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Maria Gabriely Queiroz <sup>1</sup>  
Altemiza Dias Lima Brito <sup>2</sup>  
Maria Luiza Alexandre de Aquino <sup>3</sup>  
Danielle Franklin de Carvalho <sup>4</sup>

### **RESUMO**

Hipertensão arterial sistêmica é caracterizada pelos níveis elevados de pressão sanguínea nos vasos arteriais. Essa doença crônica exige que o coração desempenhe um trabalho maior do que o normal. Patologia que não há cura, mais que exige controle, e que faz parte da vida de muitos idosos. A prevalência em 2017 segundo a VIGITEL foi de 60,9% de pessoas com 65 anos que possuem pressão alta. Esta doença afeta diretamente os idosos, envolve uma redução da capacidade e aptidão física, menor qualidade de vida, compromete as relações sociais, as rotinas de atividades diárias e autonomia do mesmo. O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da bibliografia, que visa por meio de uma análise crítica e avaliativa, condensar as informações das bases científicas a respeito da hipertensão arterial na população idosa. Constatou inicialmente 118 artigos, possuindo uma amostra final de 04 textos e o manual da 7<sup>o</sup> Diretriz de Hipertensão Arterial, fez parte da construção deste estudo. Esta patologia é bem característica da população idosa, sendo válido ressaltar que a idade é um fator imutável. O envelhecimento e a hipertensão arterial tem uma associação direta, atuando geralmente como preditor de outras doenças. É imprescindível o controle da pressão alta nestes indivíduos, como forma de proporcionar um envelhecimento ativo e saudável.

**Palavras-chave:** Hipertensão Arterial, Idoso, Controle.

### **INTRODUÇÃO**

Hipertensão arterial sistêmica ou pressão alta é caracterizada pelos níveis elevados de pressão sanguínea nos vasos arteriais. É uma das doenças cardiovasculares mais prevalentes, considerada como problema de saúde pública, não só em âmbito nacional mais sim mundial. Estima-se que em 2030, mais o menos 23 milhões de pessoas morreram de doenças que afetam o sistema circulatório (RADOVANOVIC, *et al* 2014).

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, gaby-7741@hotmail.com;

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, altemizadias@hotmail.com;

<sup>3</sup> Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, mlaaquino.152@gmail.com;

<sup>4</sup> Professor orientador: Doutora em saúde da Criança e do Adolescente- UFPE, Mestrado em Saúde Pública e Pesquisadora do NEPE. Departamento de Enfermagem – UEPB, daniellefranklin6@gmail.com.

De acordo com a VIGITEL o Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção de Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico, a prevalência em 2017 foi de 60,9% de pessoas com 65 anos que tem pressão alta. Sendo o Rio de Janeiro a capital Brasileira que possui o maior percentual de pessoas hipertensas. Em 90% dos casos dessa doença é herdada pelos pais, podendo ser influenciada pelo fumo, obesidade, consumo de bebidas alcoólicas, estresse, inatividade física, dislipidemia e alimentação hipersódica (BRASIL, 2018).

Essa doença crônica exige que o coração desempenhe um trabalho maior do que o normal, para que todo o sangue chegue aos seus destinos e cumpra sua função. Caso não aconteça essa distribuição corretamente pode levar ao paciente ter um infarto, acidente vascular cerebral, insuficiência cardíaca, entre outras complicações. Diante disto é necessário um diagnóstico precoce e um tratamento de controle imediato, a fim de evitar os problemas advindos desta doença (SILVA; OLIVIERA; PIERIN, 2016).

Patologia que não há cura, mais que exige controle, e que faz parte da vida de muitos idosos. Estudos nos mostram que 12% da nossa população é idosa, estimando que em 2025 tenhamos quase 30 milhões de pessoas idosas e que essa porcentagem pode dobrar este valor até 2050, visto que estamos passando por uma transição no perfil demográfico, no qual está havendo o envelhecimento da população (DAWALIBI, *et al* 2013) (TAVARES, *et al* 2017).

O envelhecimento saudável, terminologia sugerida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), prioriza a qualidade de vida, o bem estar físico, emocional e social. Vale salientar que o conceito desse termo é amplo, inclui também, os idosos que possuem alguma doença crônica, com o objetivo de proporcionar maior dignidade, autonomia e qualidade de vida, um envelhecimento ativo e eficaz (TAVARES, *et al* 2017).

Hipertensão arterial afeta diretamente os idosos, envolve uma redução da capacidade e aptidão física, menor qualidade de vida, compromete as relações sociais, as rotinas de atividades diárias e autonomia do mesmo, diminuindo a energia, o ânimo e a vitalidade do idoso que possui essa doença (OLIVEIRA, *et al* 2013).

O tratamento deve ser concentrado em maneiras não farmacológicas, através de atividade física, alimentação saudável, evitando estresse, o fumo, as bebidas alcoólicas, controlar a obesidade e doenças que acarreta a hipertensão, caso seja necessário usar este tratamento de forma unificada com os anti-hipertensivos. É necessário que este idoso seja acompanhado por uma equipe multidisciplinar que tenha um olhar holístico sobre o mesmo, sendo capaz de identificar todos os parâmetros que leva essa condição patológica e o não controle na vida do paciente (BRASIL, 2018) (OLIVEIRA, *et al* 2013).

Neste sentido se faz necessário o presente estudo para buscar, investigar e analisar a hipertensão arterial no idoso, que dificulta o processo de envelhecimento saudável, ativo, e que acarreta inúmeras complicações.

## **METODOLOGIA**

O estudo trata-se de uma revisão integrativa da bibliografia, que visa por meio de uma análise crítica e avaliativa, condensar as informações das bases científicas a respeito da hipertensão arterial na população idosa.

Neste panorama a revisão integrativa facilita a compreensão da temática de maneira ampla, objetiva e com vastas informações, permitindo o crescimento científico e teórico do leitor.

Esta pesquisa foi construída, a partir da observação e indagação que, o envelhecimento bem sucedido é dificultado pela hipertensão arterial. Foram definidos descritores do estudo, de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), para facilitar a busca nos bancos de dados, sendo eles hipertensão arterial, idoso e controle.

Para o levantamento dos artigos, foram utilizados as bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PUBMED, LILASCS e o manual da 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. Nas plataformas de busca foram usados os descritores pré-estabelecidos de forma combinada empregando o “and”.

Demarcou um período temporal de 2013 a 2018 para coleta dos artigos publicados. Para constituir o estudo, foram elaborados critérios de inclusão, como, o ano da publicação de 2013 a 2018, disponíveis gratuitamente no idioma português ou inglês o texto completo, e que abrangesse a temática proposta. Foram excluídos os textos que não estivessem de acordo com os critérios de inclusão estabelecidos.

Para compor amostra, foi realizada uma avaliação rigorosa, criteriosa e analítica dos títulos, resumos e objetivo. Foram encontrados 118 artigos, após aprovação por meio da avaliação, foram selecionados 04 estudos para fazer parte da revisão integrativa.

## **RESULTADOS**

Este estudo constatou inicialmente 118 artigos, possuindo uma amostra final de 04 textos, sendo selecionados os que estivessem dentro dos critérios de inclusão, é válido

salientar, que o manual da 7ª Diretriz de Hipertensão Arterial, fez parte da construção deste estudo.

Na plataforma da SciELO após inserir os descritores foram encontrados 42 artigos, em seguida após leitura criteriosa foi indicado 03 artigos para compor o estudo. Na base de dados da PUBMED identificaram 64 artigos, posteriormente aplicado os critérios de inclusão, sendo selecionado nenhum, visto que, havia fuga da temática. Nesta base da LILASCS, de 12 artigos encontrados, foi nomeado 01 para construção da revisão integrativa.

Foi desempenhada uma leitura analítica, criteriosa, rigorosa e interpretativa de todos os artigos. Os artigos que contemplaram o estudo foram dispostos em uma tabela, destacando o título, ano da publicação, objetivo e revista publicada.

**Quadro 01** – Separado por título, ano da publicação, objetivo e revista publicada.

<b>Título</b>	<b>Ano da publicação</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Revista publicada</b>
Socio-demographic characteristics and quality of life of elderly patients with systemic arterial hypertension who live in rural areas: the importance of nurses' role.	2013	Descrever as características sociodemográficas e a qualidade de vida de idosos com hipertensão arterial sistêmica.	Revista Latino Americana de Enfermagem
Prevalência e fatores associados à hipertensão arterial em idosos de municípios da Amazônia Legal, MT.	2013	Analisar as características epidemiológicas da hipertensão arterial e os fatores associados na população idosa.	Revista Brasileira Geriatria e Gerontologia

<p>Health behaviors and anthropometric variables among older adults with and without hypertension.</p>	<p>2015</p>	<p>Descrever as características socioeconômicas, demográficas e de morbidade e comparar a prevalência e as chances de prevalência de comportamentos de saúde, sobrepeso, circunferência abdominal e indicativo de depressão entre aqueles com e sem hipertensão.</p>	<p>Texto Contexto Enfermagem</p>
<p>O impacto de um manual de orientações na adesão ao tratamento medicamentoso da hipertensão arterial e qualidade de vida dos idosos.</p>	<p>2015</p>	<p>Avaliar a qualidade de vida e a aderência ao tratamento da hipertensão em idosos, analisando o impacto de um manual de orientações para a rotina medicamentosa em idosos hipertensos institucionalizados.</p>	<p>Estudos Interdisciplinares sobre Envelhecimento.</p>

## DISCUSSÃO

Hipertensão arterial é uma doença crônica multifatorial, evidenciada pelo aumento da pressão diastólica e/ou sistólica  $\geq 140$  mmHg e/ou  $\geq 90$  mmHg, fazendo que o coração trabalhe mais para cumprir com suas funções. Essa doença cardiovascular afeta 60% da população idosa, cooperando diretamente e indiretamente para morte do paciente (SBC, 2014).

Esta patologia é bem característica da população idosa, sendo válido ressaltar que a idade é um fator imutável (TAVARES, *et al* 2013). Obesidade, diabetes, fumo, bebidas alcoólicas, inatividade física ou dislipidemia, compõe outros principais fatores de risco desta patologia (SBC, 2014). Caso não haja o controle pode causar deformações em órgãos funcionais, como coração, cérebro, rins e vasos sanguíneos, causando sequelas irreversíveis ou morte (TAVARES, *et al* 2013).

Estudos revelam que a hipertensão arterial é mais prevalente em cidades urbanas de porte pequeno, tanto em homens como em mulheres apresentam-se da mesma forma, sendo mais frequente em idosos solteiros do que nos casados, visto que o laço matrimonial mostrou maior preocupação, a respeito de comportamentos saudáveis (ESPERANDIO, *et al* 2013).

O envelhecimento e a hipertensão arterial tem uma associação direta como já foi percebido, atuando geralmente como preditor de outras doenças. Diante deste panorama é necessário um diagnóstico precoce e um tratamento imediato nesta população idosa, seja por meio farmacológico ou métodos naturais que englobam basicamente atividades físicas e alimentação saudável, ou de forma conciliada (SBC, 2014).

Um dos desafios enfrentados pelos idosos é adesão aos novos hábitos saudáveis, em que muitos não compreendem a gravidade desta doença e o que ela pode trazer para o mesmo. No entanto é primordial que o profissional de saúde entenda o contexto em que o paciente está inserido, para poder intervir da melhor forma, estimulando o paciente a mudança das suas práticas (MARTINS; TAVARES, 2015).

A população idosa deve ser acompanhada periodicamente por uma equipe multidisciplinar, de forma que avalie seu estado geral e se o anti-hipertensivo, caso faça o uso, está agindo de maneira eficaz ou não, estando atento para possíveis complicações (SBC, 2014).

Através de uma educação continuada realizada pelo profissional da saúde, deve despertar no paciente o abandono ao tabagismo e ao alcoolismo, promover o autocuidado, orientar acerca da alimentação, evitando alimentos gordurosos e hipersódicas, e encorajar a prática de exercícios físicos adequados para suas limitações, a fim de melhorar aptidão física, aliviar o estresse e promover a interação social (MARTINS; TAVARES, 2015).

Quando não há o controle da pressão alta, a qualidade de vida deste idoso é afetada diretamente, acometendo a cognição, o comportamento e o social deste indivíduo. Portanto é imprescindível que haja um acompanhamento por uma equipe de saúde e apoio familiar de

modo que influencie beneficemente no controle desta pressão. Desta forma esse indivíduo terá um envelhecimento bem sucedido e com qualidade vida (SANTOS; FILONI; ALVES, 2015).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão integrativa destaca a importância do controle da pressão alta nestes indivíduos, como forma de proporcionar um envelhecimento humano ativo e saudável. A hipertensão arterial é o aumento anormal da pressão nos vasos sanguíneos, quando não é controlada traz complicações podendo ser irreversível ou fatal. Deste modo é necessário que este idoso faça o controle por métodos farmacológicos, métodos naturais, sendo acompanhado regularmente por uma equipe de saúde e que possua o apoio familiar.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Hipertensão (pressão alta): o que é, causas, sintomas, diagnósticos, tratamento e prevenção. Disponível em: < <http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/hipertensao>> Acesso em: 20 de mai. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Sociedade Brasileira de Cardiologia. VII Diretriz brasileira de hipertensão arterial. Vol. 107, n. 3, Sup. 3, Set., 2016.

DAWALIBI, N. W. *et al.* Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da SciEL. **Estudos de Psicologia**. Campinas, vol.30, n. 3, p.393-403, 2013.

ESPERANDIO, E. M. *et al.* Prevalência e fatores associados à hipertensão arterial em idosos de municípios da Amazônia Legal, MT. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** Rio de Janeiro, v. 16, n. 3, p. 481-493, Set., 2013.

MARTINS, N. P. F.; TAVARES, D. M. S. Health behaviors and anthropometric variables among older adults with and without hypertension. **Texto contexto - enferm.** Florianópolis, v. 24, n. 1, p. 47-54, Mar. 2015.

OLIVEIRA, J. N. *et al.* O idoso que vive com hipertensão arterial: percepção sobre a terapia medicamentosa. **Revista Interd.** Teresina, v.6, n. 3, p.132-142, 2013.

RADOVANOVIC, C. A. T. *et al.* Hipertensão arterial e outros fatores de risco associados às doenças cardiovasculares em adultos. **Rev Latino-Am. de Enfermagem.** Maringá, vol. 22, n.4, p. 547-553, jul/ago, 2014.

SANTOS, G. S.; FILONI, E.; ALVES, V. L. S. O impacto de um manual de orientações na adesão ao tratamento medicamentoso da hipertensão arterial e qualidade de vida dos idosos / The impact of a manual of guidelines on adherence to drug treatment of hypertension and

quality of life for seniors. **Estud. interdiscip. envelhec.** Porto Alegre, V.20, n. 3, p. 789-801, 2015.

SILVA, S. S. B. E.; OLIVEIRA, A. F. S. B.; PIERIN, A. M. G. O controle da hipertensão arterial em mulheres e homens: uma análise comparativa. **Rev. esc. enferm. USP.** São Paulo, vol. 50, n.1, p. 50-58, 2016.

TAVARES, D. M. S. et al. Socio-demographic characteristics and quality of life of elderly patients with systemic arterial hypertension who live in rural areas: the importance of nurses' role. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 21, n. 2, p. 515-522, 2013.

TAVARES, R. E. *et al.* Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, vol. 20, n.6, p. 889-900, 2017.