

## EDUCAÇÃO EM SAÚDE: ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO E PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS

Gabrielly Oliveira de Souza<sup>1</sup>  
Pollyana Lima Nogueira<sup>2</sup>  
Camila Ferreira do Monte<sup>3</sup>

### RESUMO

A escolha por tal tema surgiu através do aumento e da prevalência das doenças crônicas não transmissíveis, em especial a hipertensão arterial nos idosos, visto que, essa doença acomete cerca de 50% a 70% da população idosa. Dessa forma, traz a importância da equipe de enfermagem, pois têm um papel preponderante, pois estão na linha de frente do atendimento, podendo impactar positivamente no processo de prevenção, como também na identificação da doença. Diante do exposto, foi elaborada a seguinte questão norteadora: qual a importância da assistência de enfermagem como educador na comunidade, em especial aos idosos, para prevenir e tratar os agravos da HAS? Contudo a pesquisa tem como objetivo, descrever o papel educativo dos profissionais da enfermagem aos idosos sobre a hipertensão arterial sistêmica. Trata-se de uma pesquisa do tipo bibliográfica, de acordo com os seguintes critérios: temática referente ao objetivo proposto, artigos em língua portuguesa do ano de 2015 a 2021, tendo uma exceção para uma base de dados em inglês. Portanto, o estudo revelou que a educação em saúde é muito essencial para a prevenção de doenças, assim como o papel da enfermagem como educador traz resultados positivos, na qual os idosos confiam no profissional, criando um vínculo que através das orientações, passam a ter conhecimento da doença e mudando o seu estilo de vida, seu pensamento e tendo mais autonomia, independência.

**Palavras-chave:** Educação em Saúde; Idosos; Hipertensão Arterial; Assistência de Enfermagem; Prevenção.

### INTRODUÇÃO

A cada dia que passa a população idosa mundial vem aumentando cada vez mais, e no Brasil não é diferente, visto que passa por uma transição demográfica acelerada, que diminui a taxa de fecundidade e tem indicadores elevados de envelhecimento populacional. Porém, a perspectiva atual provoca mudanças que acabam mudando seus hábitos saudáveis e, dessa

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Enfermagem da Faculdade Santa Emília de Rodat - FASER, [gabriellyos1999@gmail.com](mailto:gabriellyos1999@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Enfermagem da Faculdade Santa Emília de Rodat - FASER, [pollylimma@gmail.com](mailto:pollylimma@gmail.com);

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Enfermagem da Faculdade Nova Esperança - FACENE, [camilamonteferreira@gmail.com](mailto:camilamonteferreira@gmail.com);

forma tendo um aumento na incidência de pessoas obesas e sedentárias, e consequentemente favorecendo o aparecimento de Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) (Ministério da Saúde, 2011).

Dentre essas DCNTs, a hipertensão arterial é uma doença que vem tendo um aumento e prevalecendo, acometendo cerca de 50% a 70% da população idosa. Nesse sentido, as DCNTs são um grave problema de saúde pública há anos, e que quando vem em conjunto há outros fatores, podem favorecer a complicações, e correspondem a cerca de 72% das causas de mortes no Brasil (SANTANA et al., 2019).

A hipertensão arterial (HA) é uma doença crônica não transmissível (DCNT) definida por valores de níveis diferentes, e trata-se de uma condição multifatorial, fatores como genéticos, estilo de vida, epigenéticos, ambientais e sociais. Caracterizada por elevação persistente da pressão arterial (PA), ou seja, PA sistólica (PAS) maior ou igual a 140 mmHg e/ou PA diastólica (PAD) maior ou igual a 90 mmHg, medida com a técnica correta, em pelo menos duas ocasiões diferentes, na ausência de medicação anti-hipertensiva (Diretrizes Brasileira de Hipertensão Arterial, 2020).

O tratamento da hipertensão arterial no idoso pode ser farmacológico e não farmacológico, como também a junção dos dois, com um novo estilo de vida, práticas regulares de atividades físicas, novos hábitos alimentares mais saudáveis, requerendo um olhar mais ampliado e integral de uma equipe multiprofissional. Visto que, é de suma importância o desenvolvimento de estratégias de acolhimento e atendimento humanizado ao idoso, visando sempre no bem estar do paciente, tendo em vista a escuta aberta entre profissionais, como também familiares e cuidadores, para uma melhor execução das estratégias de promoção e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, em especial a HAS, conscientizando sobre as medidas preventivas e suas formas de tratamento para a população idosa, visando sempre na sua saúde e bem-estar (AFONSO et. al, 2018).

O enfermeiro como integrante da equipe de saúde, possui uma grande responsabilidade, visto que assume estratégias, medidas e ações que promovam a saúde do paciente e que previnam futuros riscos e agravos da hipertensão arterial. Através do conhecimento científico e de seu papel de educador, fazendo com que tenha o portador tenha controle da doença, e prevenindo consequentemente complicações, como também melhorando sua qualidade de vida (COSTA et al., 2014).

A escolha por tal tema surgiu através do aumento e da prevalência das doenças crônicas não transmissíveis, em especial a hipertensão arterial nos idosos, visto que, essa doença acomete cerca de 50% a 70% da população idosa. Dessa forma, traz a importância da

equipe de enfermagem, pois têm um papel preponderante, pois estão na linha de frente do atendimento, podendo impactar positivamente no processo de prevenção, como também na identificação da doença.

Diante do exposto, foi elaborada a seguinte questão norteadora: qual a importância da assistência de enfermagem como educador na comunidade, em especial aos idosos, para prevenir e tratar os agravos da HAS? Dessa forma, o cuidar da enfermagem é de suma importância no papel educativo, para a redução como também numa melhoria de qualidade de vida,

Contudo a pesquisa tem como objetivo, descrever o papel educativo dos profissionais da enfermagem aos idosos sobre a hipertensão arterial sistêmica.

## **METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)**

Trata-se de uma pesquisa do tipo bibliográfica, que segundo Pizzani et al. (2012, p. 54), a pesquisa bibliográfica entende-se através de da revisão da literatura sobre as principais teorias que encaminham o trabalho científico. Essa revisão pode ser chamada de levantamento bibliográfico ou revisão bibliográfica, na qual pode ser realizado em livros, periódicos, artigo de jornais, sites da Internet entre outras fontes.

Foram incluídos artigos originais disponíveis na íntegra no formato online, sendo aqueles estudos que preenchiam os seguintes critérios: temática referente ao objetivo proposto, artigos em língua portuguesa do ano de 2015 a 2021, tendo uma exceção para uma base de dados em inglês. Foram excluídos trabalhos, após a leitura dos artigos, com características que não preenchiam os requisitos anteriores, relatos de experiência, tese, dissertação, livros e artigos que não atendessem ao questionamento desta revisão.

Para levantamento da literatura, foram consultadas as bases bibliográficas eletrônicas no mês de julho de 2021, sendo elas: Scientific Electronic Library Online (Scielo), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Banco de Dados de Enfermagem (BDENF).

Para composição de estratégias de busca, selecionou-se palavras-chave e descritores combinados, elaborou-se as seguintes chaves de busca: hipertensão arterial, idosos, promoção, prevenção, assistência de enfermagem, educação em saúde, cuidados de enfermagem a idosos hipertensos. Levando-se em consideração as pesquisas bibliográficas sobre as publicações que

abordam a promoção e prevenção a hipertensão arterial na terceira idade. A busca foi realizada pelo acesso online, assim os artigos que correspondiam aos critérios listados, foram lidos na íntegra e analisados quanto aos seus objetivos propostos.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

De acordo com Santana et.al (2019) a Hipertensão arterial tem sido considerada como uma das principais causas de morbimortalidade em todo o mundo. Caracterizada como um dos mais importantes fatores de risco para o desenvolvimento de doença cardiovasculares, cerebrovasculares e doenças renais. Ainda, devido a essa patologia, cerca de 40% das mortes são por acidente vascular cerebral, enquanto 25% das mortes por doença arterial coronariana e, em combinação com o diabetes mellitus, já 50% dos casos são de insuficiência renal terminal.

Entre os aspectos de risco que podem alterar os níveis de PA pode-se destacar a genética, idade, sexo, etnia, sobrepeso/obesidade, ingestão de sódio e potássio, sedentarismo, álcool e fatores socioeconômicos. Ademais, outros fatores de risco relacionados com a elevação da PA é o uso de medicações, que são adquiridas, frequentemente, sem prescrição médica, além de drogas ilícitas que podem promover elevação da PA ou dificultar seu controle. (Diretrizes Brasileira de Hipertensão Arterial, 2020).

A educação em saúde orienta projetos baseados na promoção e prevenção, o qual pode ser adotada estratégias com medidas de prevenir a Hipertensão arterial. Com base nisso, a equipe multidisciplinar pode elaborar grupos composto pela população idosa portadores de HAS, com o objetivo de incentivar a manutenção de hábitos saudáveis, bem como desenvolver técnicas e dicas para redução de peso, a manutenção da dieta adequada com ênfase na diminuição do sódio e promover a prática de exercícios físicos. (AFONSO et. al, 2018).

As campanhas educativas complementam instrumentos de promoção da saúde direcionada a hipertensos. Entre esses mecanismos podemos citar rodas de conversas, vídeos, figuras ilustrativas que possam abordar temas como alimentação e complicações relacionadas a doenças e a importância da abordagem familiar que se torna um importante fator nesse contexto. (SAMPAIO et al., 2021).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Diante do exposto, foi elaborado a partir dos dados coletados um quadro que separa por domínios temáticos, e avaliamos de acordo o conteúdo abordado no estudo.

Quadro1. Perfil dos artigos selecionados.

Título	Autor (es)/Ano	Objetivo(s)	Método	Banco de dados/Revista
Adesão Terapêutica em Idosos Hipertensos: Revisão Integrativa.	SANTANA et al, 2019.	Identificar evidências sobre adesão terapêutica em idosos hipertensos. Almeja-se que, ao identificar as condições envolvidas na adesão terapêutica dos idosos hipertensos, possamos traçar planos de cuidados mais eficazes e direcionados às especificidades do idoso.	Revisão Integrativa	Revista de Enfermagem Do Centro-Oeste Mineiro.
Educação em Saúde e Estratégias Utilizadas para Prevenção e Controle da Hipertensão arterial em Idosos.	AFONSO et. al, 2018.	Identificar o perfil de PA dos idosos frequentadores do Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia (IPGG) e descrever as estratégias utilizadas para rastreamento e prevenção da HAS no idoso através de campanha educativa realizada em serviço público ambulatorial especializado em geriatria e gerontologia.	Relato de Experiência.	LILACS.
O papel educativo do enfermeiro na adesão ao tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica: revisão integrativa da literatura.	COSTA, et al, 2014.	Descrever o papel educativo do enfermeiro na adesão ao tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica.	Revisão Integrativa	Revista O Mundo da Saúde.
Promoção da saúde de pacientes hipertensos: uma revisão integrativa	SAMPAIO et al, 2021.	Identificar como pode ser realizada a promoção à saúde de um paciente hipertenso.	Revisão Integrativa	Brazilian Journals
Métodos não farmacológicos utilizados pelo Enfermeiro na prevenção e controle da hipertensão arterial sistêmica.	REIS et al, 2018.	Analisar a eficácia das terapias não farmacológicas no controle da hipertensão arterial sistêmica (HAS) utilizada pelo enfermeiro.	Estudo de campo, quantitativo descritivo.	BDENF.
Educação em Saúde na Atenção básica: Uma Análise das Ações com Hipertensos.	VASCONCELO S et al, 2017.	Analisar a produção científica sobre educação em saúde voltada à clientela hipertensa no cenário da mudança de Programa Saúde da Família para Estratégia Saúde da Família.	Revisão bibliográfica, do tipo revisão integrativa.	LILACS.
Atividades Educativas sobre Saúde cardiovascular para Idoso a domicílio.	LIMA et al, 2017.	Relatar a experiência sobre o desenvolvimento de atividades educativas referentes à saúde cardiovascular com idosos em seu domicílio.	Estudo descritivo, tipo relato de experiência.	BDENF.

## **1- Estratégia Educativa em Saúde.**

As estratégias educativas em saúde são de suma importância, visto que, tem como principal intuito a melhora na comunicação entre profissionais de saúde e as pessoas, grupos e comunidades, visando estimular o processo de construção de conhecimento, para possam promover mudanças positivas e que sejam refletidas no autocuidado, autonomia, e independência. Dessa forma, o preparo dos profissionais para atender, acolher e cuidar da pessoa idosa é essencial para criar um ambiente de confiança e vínculo, assegurando a promoção da saúde, dando as orientações sobre saúde devem ser ofertadas aos pacientes de forma precisa e detalhada, usando de uma linguagem clara e acessível para o entendimento (LIMA et al, 2017).

Segundo VASCONCELOS et al, 2017, as rodas de conversas em grupos de pessoas, e as oficinas apresenta uma nova perspectiva á educação em saúde, com uso de estratégias ativas, que consigam alcançar os educandos e promovendo conhecimento e mudança de estilo vida. Observa-se que a estratégia educativa em saúde é de suma importância, e nota-se que tem resultados positivos, através de dinâmicas, roda de conversas, palestras que faz com que sejam refletidas no autocuidado, no estilo de vida, evitando complicações e agravos futuros, e melhorando o bem estar do paciente.

## **2- Atuação de Enfermagem em Educação em Saúde**

A ação preventiva em saúde é um fato super importante a ser trabalho na atenção primária, especialmente quando se trata de situações clínicas mais delicadas. A assistência deve ser feita de forma integral, para evitar possíveis fatores de risco que estejam associados ao desenvolvimento da doença. A abordagem integral deve ser realizada de maneira multiprofissional e interdisciplinar. Nesse sentido, a enfermagem exerce um papel essencial no processo de educação em saúde, desde a promoção e prevenção de doenças, esclarecendo também as suas complicações, e possíveis dúvidas (SAMPAIO et al, 2021).

A Enfermagem é uma das principais profissões da área da saúde que assume a responsabilidade das ações do cuidado com os pacientes com doenças crônicas como hipertensão arterial. Nesse sentido, a prática de educação em saúde deve ser realizada nos mais variados contextos. Desde atuação do cuidado na promoção da saúde, na prevenção das esferas primária e secundária, como no controle e tratamento da doença. (COSTA et.al, 2014).

O enfermeiro atua na atenção primária, desenvolvendo o principal papel no acompanhamento do paciente com hipertensão. É responsável por desenvolver a consulta de

enfermagem, onde identificará fatores de risco e irá estabelecer propostas individuais conforme a peculiaridade do paciente. REIS et. al (2018) acredita que o tratamento não farmacológico implementado pelo enfermeiro consiste principalmente na educação em saúde, com intenção de tratar a hipertensão nos âmbitos nutricional, físico, emocional e cultural com o intuito de proporcionar um tratamento eficaz e promover a prática de hábitos saudáveis, a fim de diminuir os principais fatores de risco. Desse modo, a educação em saúde é um dos principais pilares para o controle não farmacológico da hipertensão.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir desta pesquisa, vimos que a educação em saúde é muito essencial para a prevenção de doenças, assim como o papel da enfermagem como educador traz resultados positivos, na qual os idosos confiam no profissional, criando um vínculo que através das orientações, passam a ter conhecimento da doença e mudando o seu estilo de vida, seu pensamento e tendo mais autonomia, independência, e dessa forma, os profissionais devem oferecer essas orientações de forma precisa e detalhada, usando de uma linguagem clara e acessível para o entendimento, para que não haja dúvidas.

Neste sentido, os profissionais da saúde e em especial a enfermagem, deve continuar e oferecer desde atuação do cuidado na promoção da saúde, na prevenção das esferas primária e secundária, como no controle e tratamento da doença, como também oficinas, palestras, ações educativas em saúde para as pessoas, e comunidade, a fim de evitar surgimento de doenças, como também complicação da mesma.

Todavia, acredita-se que esta pesquisa pode contribuir para a formação de novos profissionais da saúde e para futuras pesquisas, uma vez que proporciona o conhecimento de alguns fatores como a Hipertensão Arterial, comunicação de profissional à paciente, a importância da educação em saúde, a promoção e prevenção de doenças, e desse modo, são primordial para a redução de novos casos de HAS, e suas complicações, resultando em uma melhor qualidade de vida para os idosos. Portanto, conclui-se que a educação em saúde é necessária para o entendimento das pessoas e comunidade para prevenir doenças, e desse modo, novos trabalhos voltado a esse tema é importante, pois contribuem para a elaboração de planos de ação voltados ao cuidado integral ao idoso.

## **REFERÊNCIAS**

AFONSO. L. M. et al. Educação em saúde e estratégias utilizadas para prevenção e controle da hipertensão arterial com idosos. **Revista Baiana Saúde Pública**, 01 de junho de 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1129917>. Acesso em: 4 de julho de 2021.

BARROSO, W. K. S. et al. Definição, Epidemiologia e Prevenção Primária. **Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020**. Disponível em: [https://adad56f4-85f5-461a-ad4d-33669b541a69.usrfiles.com/ugd/adad56\\_951a57abb60a4205928d6da79f0d572d.pdf](https://adad56f4-85f5-461a-ad4d-33669b541a69.usrfiles.com/ugd/adad56_951a57abb60a4205928d6da79f0d572d.pdf). Acesso em: 5 de julho de 2021.

COSTA. Y. F. et al. O papel educativo do enfermeiro na adesão ao tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica: revisão integrativa da literatura. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, 2014. Disponível em: [http://www.saocamillo-sp.br/pdf/mundo\\_saude/155566/A12.pdf](http://www.saocamillo-sp.br/pdf/mundo_saude/155566/A12.pdf). Acesso em: 13 de julho de 2021.

LIMA. P. A. et al. A atividades educativas sobre a saúde cardiovascular para idosos em domicílio. **Revista de Enfermagem UFPE online**, Recife, novembro, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/15022/24748>. Acesso em: 4 de agosto de 2021.

PIZZANI. L. et al. A arte da Pesquisa Bibliográfica na Busca do Conhecimento. **Revista Digital Biblioteconomia e Ciência da Informação**, Campinas, 2012. Disponível em: [https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/rdbci/article/view/1896/pdf\\_28](https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/rdbci/article/view/1896/pdf_28) Acesso em: 4 de agosto de 2021.

Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011 – 2022. **Ministério da Saúde**, 2011. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano\\_acoes\\_enfrent\\_dcnt\\_2011.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf). Acesso em: 5 de julho de 2021.

REIS. L. L. M. et al. Métodos não farmacológicos utilizados pelo Enfermeiro na prevenção e controle da Hipertensão Arterial Sistêmica. **Revista Nursing**, 2018. Disponível em: [Setembro2018/Metodos\\_ao\\_farmacologicos.pdf](Setembro2018/Metodos_ao_farmacologicos.pdf). Acesso em: 21 de julho de 2021.

SANTANA, R. F. et al. Adesão Terapêutica em Idosos Hipertensos: Revisão Integrativa. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, 2018. Disponível em: <http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/1938/1902>. Acesso em: 5 de julho de 2021.

SAMPAIO S. M. L. et al. Promoção da saúde de pacientes hipertensos: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Health Review**. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/26176/20773>. Acesso em: 21 de julho de 2021.

VASCONCELOS. M. I. O. et al. Educação em saúde na Atenção Básica; Uma análise das das Ações com Hipertensos. **Revista de APS – Atenção Primária à Saúde**, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15943/8283>. Acesso em: 5 de agosto de 2021.