Priscila do Couto Santos

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM JUNTO AO PACIENTE COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE

Além Paraíba

2021

Priscila do Couto Santos

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM JUNTO AO PACIENTE COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE

Monografia de conclusão de curso apresentada ao curso de graduação em Enfermagem da Faculdade de Ciências da Saúde Archimedes Theodoro, Fundação Educacional de Além Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Professor Orientador: Profª. Esp. MSc. Síntique Stoco de Azevedo Silva Gonçalves.

Prof. da disciplina: Prof. MSc. Douglas Pereira Senra.

Além Paraíba

2021

FICHA CATALOGRÁFICA

SANTOS, Priscila do Couto.

Assistência de Enfermagem junto ao paciente com hipertensão arterial sistêmica na atenção básica de saúde/ SANTOS, Priscila do Couto, 2021

Além Paraíba: FEAP/FACE - ALFOR, Graduação, 2021.

Monografia (Bacharel em Enfermagem) - Fundação Educacional de Além Paraíba, FEAP/FACE – ALFOR, 2021.

Prof. da Disciplica: Prof. MSc. Douglas Pereira Senra.

Orientação: Profª. Esp. MSc. Síntique Stoco de Azevedo Silva Gonçalves.

1. Hipertensão Arterial. 2. Diagnóstico. 3. Tratamento. 4. Assistência da Enfermagem.

I. Senra, Douglas Pereira (Prof. Da Disciplina) II. Gonçalves, Síntique Stoco de Azevedo Silva III. Fundação Educacional de Além Paraíba, Bacharel em Enfermagem. III. Assistência de Enfermagem Junto ao Paciente com Hipertensão Arterial Sistêmica na Atenção Básica de Saúde.

Priscila do Couto Santos

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM JUNTO AO PACIENTE COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE

Monografia de conclusão de curso apresentada ao curso de graduação em Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde Archimedes Theodoro, Fundação Educacional de Além Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem e aprovada pela seguinte banca examinadora:

Prof. MSc. Douglas Pereira Senta (Prof. Da Disciplina)
Fundação Educacional de Além Paraíba

Profª. Síntique Stoco de Azevedo Silva Gonçalves (Prof. Orientadora)
Fundação Educacional de Além Paraíba

Prof. Flavio Eduardo Coelho Pires (Prof. Convidado)
Fundação Educacional de Além Paraíba

Além Paraíba
2021

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho ao meu pai, minha mãe e a meu irmão pelo incentivo, apoio, ajuda por todo o trajeto até a conclusão da minha graduação e ao meu namorado, amigos e familiares pelo apoio e motivação.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente gostaria de agradecer a Deus por me da força para continuar quando já não havia mais e por me permitir que eu realize esse sonho em ter uma graduação, sem ele eu não teria capacidade para desenvolver esse trabalho.

Ao meus pais Zélia e Aldair que acreditaram em mim e sempre estiveram ao meu lado me apoiando ao longo de toda a trajetória.

A meu irmão por toda ajuda, apoio, incentivo, pela amizade e atenção dedicada quando sempre precisei.

A meu namorado por todo carinho e apoio prestado e por estar ao meu lado em todos os momentos.

Aos meus familiares por todo apoio e encorajamento.

A minhas amigas Érika, Karoline e Laiz pela ajuda ao longo da graduação e por contribuírem para o meu crescimento.

Aos amigos de outros períodos pela força e ajuda prestada.

Aos funcionários da FEAP pelo apoio e encorajamento.

Aos professores por todo conhecimento passado.

A professora orientadora pela ajuda e orientação nessa monografia.

“Bom mesmo é ir a luta com determinação, abraçar a vida com paixão, perder com classe e vencer com ousadia, pois o triunfo pertence a quem se atreve... A vida é muito para ser insignificante”.

- Charles Chaplin.

RESUMO

SANTOS, Priscila do Couto. **Assistência de Enfermagem junto ao paciente com hipertensão arterial sistêmica na atenção básica de saúde.** Monografia (Bacharel em Enfermagem) – Faculdade de Ciências da Saúde Archimedes Theodoro, Fundação Educacional de Além Paraíba, 2021.

O presente trabalho tem como propósito abordar a assistência de enfermagem, na atenção básica de saúde, aos pacientes com hipertensão arterial, o que representa uma situação potencialmente grave de saúde pública no Brasil e no mundo, com a alta prevalência da população brasileira. Sustenta como hipótese a assistência do enfermeiro frente à hipertensão arterial, bem como a percepção imediata das suas características proporcionando uma assistência adequada. Essa pesquisa tem como objetivo de demonstrar o papel do enfermeiro mediante a assistência prestada ao paciente com hipertensão arterial, orientar sobre a patologia, suas causas, suas complicações e a forma de controle, destacando sobre a importância da mudança do estilo de vida, pois são fundamentais no processo medicamentoso e na prevenção e controle da hipertensão, alimentação adequada, controle do consumo de sal, controle do peso, prática de atividades físicas, tabagismo e consumo excessivo de álcool são fatores de risco que devem ser controlados para a prevenção e/ou tratamento da hipertensão. Para tanto, foi realizado uma revisão bibliográfica de caráter exploratório para mostrar a importância do enfermeiro na assistência na atenção básica de saúde, concluindo que a atuação do enfermeiro é fundamental no atendimento a pacientes no intuito de diminuir a alta prevalência de hipertensão arterial.

PALAVRAS-CHAVE: 1. Hipertensão Arterial; 2. Assistência de Enfermagem.

ABSTRACT

SANTOS, Priscilla do Couto. Nursing care for patients with systemic arterial hypertension in primary health care. Monograph (Bachelor of Nursing) – Faculty of Health Sciences Archimedes Theodoro, Educational Foundation of Além Paraíba, 2021.

This work aims to address nursing care, in primary health care, to patients with arterial hypertension, which represents a potentially serious public health situation in Brazil and in the world, with the high prevalence of the Brazilian population. It supports as a hypothesis the nurse's assistance in relation to arterial hypertension, as well as the immediate perception of its characteristics, providing adequate assistance. This research aims to demonstrate the role of nurses through the care provided to patients with hypertension, provide guidance on the pathology, its causes, complications and the form of control, highlighting the importance of changing their lifestyle, as they are fundamental in the drug process and in the prevention and control of hypertension, adequate nutrition, control of salt consumption, weight control, physical activity, smoking and excessive alcohol consumption are risk factors that must be controlled for the prevention and/or treatment of hypertension. Therefore, an exploratory bibliographical review was carried out to show the importance of nurses in primary health care assistance, concluding that the role of nurses is essential in patient care in order to reduce the high prevalence of arterial hypertension.

KEY WORDS: 1. Hypertension; 2. Nursing Assistance.

LISTA DE TABELAS

TABELA 1..... **17**

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO..... **12**

1. HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA..... **15**
1.1 ENTENDENDO A HIPERTENSÃO ARTERIAL E SUAS CAUSAS..... **15**
1.2 DIAGNÓTICO..... **16**
1.3 TRATAMENTO..... **17**

2. O PAPEL DO ENFERMEIRO MEDIANTE A HIPERTENSÃO A HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTEMICA NA ATENÇÃO BÁSICA..... **19**

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS..... **21**

4. REFERÊNCAS BIBLIOGRÁFICAS..... **23**

INTRODUÇÃO

O tema do presente trabalho está relacionado à Assistência de Enfermagem ao paciente portador de Hipertensão Arterial Sistêmica na Atenção Básica de Saúde.

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) mais conhecida como pressão alta é uma doença crônica de evolução progressiva, é considerada como um problema de saúde pública e tem grande incidência no mundo de hoje, frente as atuais condições do político econômico vigente, assim podendo agravar-se por hereditariedade. Caracterizada por níveis elevados da pressão arterial (PA) que acontece por fatores genéticos, ambientais e relacionados ao estilo de vida. Está associado a alterações funcionais dos órgãos (coração, cérebro, rins, vasos sanguíneos) e alterações metabólicas que podem levar à obesidade com consequência no aumento do risco de doenças cardiovasculares fatais (COSTA, 2010).

No Brasil são cerca de 17 milhões de portadores de Hipertensão Arterial, ou seja, 35% da população de 40 anos e mais. Por ser um numero crescente, seu aparecimento esta cada vez mais precoce e cerca de 4% das crianças e adolescentes também sejam portadoras. A carga de doenças representadas pela mortalidade devido à doença é muito alta e por isso a Hipertensão Arterial é um problema grave de saúde pública no Brasil e no mundo (COSTA, 2010).

Por se tratar de uma doença assintomática, na maioria das vezes, seu diagnóstico e tratamento são retardados levando ao aparecimento de outras doenças associadas, o que aumenta a mortalidade. Junto a isso, estão relacionados também a dificuldade de adesão ao tratamento prescrito, à dieta balanceada e à mudanças nos hábitos de vida, o que faz com que os níveis da pressão arterial se mantenham elevados (MATTOSO, 2014).

Mudanças no estilo de vida são fundamentais no processo medicamentoso e na prevenção e controle da hipertensão. Alimentação adequada, controle do consumo de sal que é de extrema importância, controle do peso, prática de atividades físicas, tabagismo e consumo excessivo de álcool são fatores de risco que devem ser controlados para a prevenção da hipertensão e/ou tratamento (TAVARES; BAVARESCO; AMADO, 2013)

O enfermeiro é o principal responsável pela condução do atendimento dentro do centro de atendimento em grupos considerados de maior risco. Na consulta ao paciente hipertenso deve-se realizar a aferição de pressão arterial (PA), verificação da altura, peso, circunferência da cintura e quadril, e calcular índice de massa corporal (IMC), além de buscar fatores de risco, orientar sobre a doença, uso de medicamento prescrito e hábitos de vida (MALACHIAS, 2016).

Despertou-se o interesse em realizar o trabalho por motivos da alta prevalência de Hipertensão Arterial Sistêmica na população brasileira e mundial, onde a prevenção é essencial ao tratamento e acompanhamento. É relevante devido à necessidade dos profissionais de enfermagem serem aptos a atenderem os pacientes, pois é cada vez mais frequente o aumento do número de diagnóstico da doença, objetivando um atendimento de qualidade.

Diante do exposto a pesquisa apresenta como problemática qual o papel do enfermeiro na prevenção da Hipertensão Arterial?, e tem como objetivo demonstrar o papel do enfermeiro mediante a assistência de enfermagem aos pacientes com Hipertensão Arterial Sistêmica na Atenção Básica de Saúde; Dissertar sobre Hipertensão Arterial Sistêmica e suas complicações; Destacar a importância da mudança do estilo de vida para pacientes com Hipertensão Arterial Sistêmica, orientando-o sobre a patologia, sua causa, complicações e sua forma de controle; Compreender a participação do enfermeiro frente à assistência e o cuidado prestado ao paciente hipertenso; Descrever a assistência do enfermeiro ao paciente hipertenso.

A hipótese a ser sustentada é que o enfermeiro é o profissional responsável por ofertar um atendimento na Atenção Básica, prevenindo assim maiores complicações.

Para a construção desse artigo utilizou-se métodos de pesquisa em (Livros, scielo, google acadêmico, sites e domínio). Teve como abordagem do tema Assistência de Enfermagem Junto ao Paciente com Hipertensão Arterial Sistêmica.

O mesmo foi dividido em 2 capítulos: O primeiro capítulo aborda sobre Hipertensão Arterial Sistêmica associada à suas causas, diagnóstico e tratamento. O segundo capítulo mostra a abordagem do profissional de enfermagem em seu Papel de enfermeiro mediante à Hipertensão Arterial Sistêmica da Atenção Básica.

Espera-se que essa pesquisa evidencie que o enfermeiro é um constante educador em saúde e será por suas praticas que seus pacientes e seus respectivos familiares poderão adquirir hábitos de vida saudáveis, com intuito de prevenir possíveis complicações de sua doença.

1. HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA

Esse capítulo tem a intenção de descrever o que é a Hipertensão Arterial Sistêmica, assim como mostrar o seu diagnóstico e o seu tratamento.

1.1 ENTENDENDO A HIPERTENSÃO ARTERIAL E SUAS CAUSAS

Considerada como um problema grave de saúde pública no Brasil e no mundo, a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é um dos mais importantes fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, apresentando altos índices de mortalidade em todos os grupos populacionais. Considerada como uma doença crônica, a hipertensão é uma doença não transmissível e pode ser controlada, no entanto, trata-se de uma doença não curável, sendo assim, necessita de um tratamento por toda vida (DUNCAN; FUCHS, 2013).

A Hipertensão Arterial é uma condição clínica multifatorial determinada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial (PA) 140x90mmHg. Associa-se às alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos alvos (coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos) e, as alterações metabólicas, com aumento do risco de eventos cardiovasculares fatais e não fatais. Um dos problemas da HAS é que, na maioria dos casos, surge de forma assintomática: nesse caso os portadores só percebem sua presença quando algum órgão já esta em estado comprometido (SILVA, 2013).

Sendo assim, é definida como a situação clínica caracterizada por valores elevados da PA, sendo definida como PA sistólica igual ou maior que 140mmHG e/ou PA diastólica igual ou superior a 90mmHG, em crianças, jovens, adultos e idosos sem uso de anti-hipertensivos. No entanto, a diminuição do diagnóstico de HAS somente a partir das cifras pressóricas, devendo-se considerar na identificação dessa doença além dos níveis pressóricos elevados, os fatores de riscos, as lesões em órgãos alvos e a comorbidades associadas, visando prevenir os danos às pessoas (SALLES; TOLEDO; ANTONELLO, 2016).

A causa da Hipertensão Arterial não pode ser identificada, mas, às vezes, ela ocorre como resultado de um distúrbio dos rins ou distúrbio hormonal. Obesidade, sobrepeso, sedentarismo, estresse, tabagismo e quantidades excessivas de álcool e consumo excessivo de sal contribuem para o desenvolvimento da pressão alta e, na grande maioria dos casos, a

doença é herdada devido a fatores genéticos adquirida como resultado de distúrbios adjacentes.

1.2 DIAGNÓSTICO

A hipertensão Arterial, na maioria das vezes, é diagnosticada quando em uma consulta os valores pressóricos estejam elevados. O diagnóstico é baseado, no mínimo, em duas medidas adequadas em pelos menos duas visitas em dias distintos.
A avaliação do paciente hipertenso tem como objetivo confirmar a elevação da pressão arterial, avaliar o estilo de vida, investigar a presença de lesões em órgãos alvos e identificar fatores de risco cardiovascular, diagnosticar doenças associadas e determinar a etiologia da hipertensão (ZEFERINO, 2019).

Recomenda-se que o paciente faça um acompanhamento durante alguns dias, ao menos duas vezes ao dia no mesmo horário para um possível diagnóstico, dessa forma, o mesmo passará por uma anamnese para melhor diagnóstico da HAS, realizando exames físicos e complementares, se necessário.

Para Nobre (2010), a Hipertensão Arterial é diagnosticada pela detecção dos níveis elevados da pressão arterial (PA) pela medida casual. A medida PA deve ser realizada em toda avaliação por médicos de qualquer especialidade e demais profissionais de saúde.

A aferição da PA em crianças é recomendada em todas as avaliações clínicas, após os 3 anos de idade, a interpretação dos valores da PA obtidos em crianças e adolescentes, deve levar em conta a idade, peso, sexo e altura, vale destacar que eles também podem apresentar hipertensão de consultório e efeito do avental branco. Em idosos, as alterações próprias do envelhecimento determinam aspectos diferentes na PA, a maior ocorrência desses efeitos são do avental branco, hipotensão e a presença de arritmias como a fibrilação podem dificultar a medição da PA nos idosos. Em obesos, são necessário manguitos mais largos e longos para não haver superestimação da PA, quando não houver manguito disponível para a aferição, pode-se fazer a medida no antebraço e o pulso auscultado deve ser o radial, porem há restrições e é recomendado o uso de manguitos apropriados. Em gestantes, recomenda-se que a aferição da PA desse ser realizada com os mesmos equipamentos e com a mesma técnica realizada em adultos (NOBRE, 2010).

Cabe destacar sobre a importância de fazer o diagnóstico correto da HAS, uma vez que se trata de uma condição crônica, ela acompanhará o paciente por toda a vida. Deve-se evitar acompanhar, com finalidade diagnóstica de HAS, a PA em situações de estresse físico e emocional, pois os valores podem se elevar.

De acordo com os valores pressóricos obtidos, podemos classificar a PA em normotensão, PA limítrofe e hipertensão arterial sistêmica. A tabela a seguir mostra a classificação dos níveis de pressão arterial no adulto acima de 18 anos (FLORES; BAUER, 2013):

TABELA 1

Pressão Diastólica	Pressão Sistólica	Classificação
< 120	< 80	Ótima
< 130	< 85	Normal
130 – 139	85 – 89	Limítrofe
140 – 149	90 – 99	Hipertensão Estágio I
160 – 169	100 – 109	Hipertensão Estágio II
≤ 180	≤ 110	Hipertensão Estágio III

FONTE - Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica.pdf. Acesso em: 30 jun 2021

1.3 TRATAMENTO

A abordagem terapêutica da HAS fundamenta-se em tratamento medicamentoso e não medicamentoso. A mudança no estilo de vida com junto a mudança de um plano alimentar saudável e prática de atividades físicas é essencial para o tratamento da Hipertensão Arterial. Para realizar o tratamento é necessário que o comportamento do paciente esteja de acordo com as orientações estabelecidas pelos profissionais de saúde, uma vez que essas orientação estão ligadas à terapia medicamentosa e as mudanças no estilo de vida (COSTA; ARAUJO, 2014).

A adesão também se relaciona com a aceitação e reconhecimento da doença, para que possa haver a adaptação as condições de saúde e a identificação do fatores de risco, de vida saudade e do autocuidado. O objetivo do tratamento é reduzir a morbidade de pacientes que apresentam altos riscos cardiovasculares, como pacientes diabéticos e insuficiência cardíaca.

A mudança de hábitos de vida saudáveis para todas as pessoas é essencial para a prevenção e desenvolvimento de hipertensão arterial, além de favorecer a redução dos valores da PA, apresenta diminuição dos riscos da Hipertensão Arterial e da Aterosclerose, como também aumenta a eficácia do tratamento medicamentoso. Veja exemplo de alguns hábitos que fazem que fazem parte da terapia não medicamentosa para o controle da Hipertensão Arterial Sistêmica e, também servem como métodos de prevenção (DOHMANN, 2013).

-Consumo moderado de sal;
-Dieta equilibrada e rica em frutas, verduras, cereais integrais e legumes;
-Redução do consumo de álcool;
-Prática regular de atividades físicas;
-Fumantes devem abandonar o cigarro;
-Reduzir e manter o peso ideal;
-Controlar a diabetes;
-Reduzir níveis de estresse.

Essas mudanças reduzem a pressão arterial, aumenta a eficácia da terapia medicamentosa, além de diminuir o risco de doença cardiovascular.

2. O PAPEL DO ENFEMEIRO MEDIANTE À HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA ATENÇÃO BÁSICA

Para melhor compreensão da temática, esse capítulo discorre sobre o papel do enfermeiro mediante a hipertensão arterial sistêmica na atenção básica.

O enfermeiro como integrante da equipe de saúde deve assumir a responsabilidade das ações do cuidado para a promoção da saúde e prevenção de riscos e agravos dessa doença, como no controle e acompanhamento do portador de HAS. Por meio do conhecimento, seu papel de educador, tem a possibilidade de instrumentalizar o portador da doença para o tratamento melhorando sua qualidade de vida (CAMARGO; ANJOS; AMARAL, 2013).

No dia a dia do enfermeiro, a consulta de enfermagem esta ligada ao processo educativo e deve motivar a pessoa em relação aos cuidados necessários para manutenção de sua saúde. Na prática, representa importante instrumento estímulo à adesão de ações na Atenção Básica à saúde e é fundamental no acompanhamento de pessoas portadoras de HAS. A equipe de enfermagem deve enfatizar mudanças no estilo de vida do portador de HAS, pois os fatores de risco são significantes para o agravo cardiovasculares como também para o desencadeamento da Hipertensão Arterial (SALLES; SAMPAIO, 2014).

É indicado que o enfermeiro realize consultas individuais ou ações educativas coletivas para incentivar a mudança do estilo de vida para estimular adoção hábitos saudáveis para toda a população desde à infância, respeitando-se as características regionais, culturais, sociais e econômicas dos indivíduos. Portanto, o papel do enfermeiro como pratica social em ações individuais e coletivas, se faz relevantes nas intervenções sobre os fatores de riscos modificáveis para a HAS (ALMEIDA, 2014).

Cabe ao enfermeiro esclarecer e orientar o portador de Hipertensão Arterial, informações sobre a doença, abordando as possíveis complicações da doença, o tratamento e seus benefícios, deixando com que o paciente seja capaz de se auto cuidar. Alguns métodos adotados pela equipe de enfermagem dispõem estratégias divertidas, para o esclarecimento do assunto de difícil compreensão. A equipe de enfermagem desempenha um papel importante em favorecer a adesão de praticas de saúde estabelecidas pelo portador de HAS (BEZERRA; RIBEIRO 2017). O enfermeiro deve atuar diretamente na promoção à saúde, na prevenção de

riscos e agravos de portadores de HAS, como também na orientação da equipe sob sua responsabilidade para o manejo dos casos de HAS no cotidiano dos serviços.

Na Atenção Básica, é possível que o enfermeiro lance mão de ferramentas, como o Programa Hiperdia, com o intuito de auxiliar o paciente no controle da hipertensão. O programa é destinado ao cadastramento e acompanhamentos dos portadores de hipertensão e diabetes, que são atendidos na Atenção Básica de Saúde. O enfermeiro como membro do grupo realiza consultas, onde ele investiga os fatores de riscos e hábitos de vida, afere a pressão arterial, além de orientar sobre a doença. Além disso, é competência do enfermeiro acompanhar o tratamento dos pacientes hipertensos, encaminhar ao médico quando necessário. Nesse caso, o cuidado do enfermeiro ao paciente hipertenso é muito importante para contribuir com a prevenção, controle afetivo e o retardo da complicação da doença (LEITE; MEDEIROS, 2010).

Para Backes e Erdmann (2010), o enfermeiro deve ser um agente facilitador para que os indivíduos, famílias e grupos desenvolvam competências para um agir consciente no cuidado à saúde, e que a equipe desenvolva competências para um agir consciente no cuidado à saúde, e que a equipe desenvolva ações interdisciplinares em uma atenção integra ao indivíduo.

Assim, o paciente deve ser avaliado e monitorizado, constantemente, pelo enfermeiro após iniciar o tratamento, o que aumenta a eficiência do processo assistencial e resulta em um melhor planejamento e execução dos cuidados da enfermagem. A assistência de enfermagem em pacientes hipertensos caracteriza-se pelo sentido nos aspectos de prevenção, destacando a educação em saúde com ênfase no conhecimento da doença e na mudança do estilo de vida.

Dessa forma, o enfermeiro é destacado como um importante profissional que deve auxiliar os pacientes com hipertensão arterial e orienta-lo sobre os cuidados em relação a doença, pois cuidar de um paciente hipertenso impõe desafios que evidenciam a importância do profissional de enfermagem na prevenção da HAS, pois, a partir do seu trabalho de promoção e prevenção, possibilita a diminuição das ocorrências de doenças, como a hipertensão.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Hipertensão Arterial Sistêmica é uma doença prevalente e com alta conseqüência social, a identificação precoce do paciente hipertenso e o tratamento são de grande importante. A HAS exige varias mudanças no estilo de vida, impondo uma dieta balanceada, controle na ingestão do álcool, suspensão do hábito de fumar, controle do peso, realização de atividade física regular, para melhor eficácia do tratamento.

De acordo com o que foi estudado para a elaboração dessa pesquisa bibliográfica, conclui-se que os enfermeiros podem estimular a prática do autocuidado. As práticas educativas devem atender às necessidades individuais e familiares para maior adesão ao tratamento não medicamentoso e ao medicamentoso, por parte do portador de HAS. O enfermeiro pode contribuir de forma significativa para a melhoria nas condições de saúde e qualidade de vida do portador de HAS.

O estudo contribui para o conhecimento da complexidade do problema da adesão, por profissionais enfermeiros, além disso, a sensibilização para o tratamento deve ser constante no cotidiano do paciente portador de hipertensão arterial, sejam portadores, familiares ou os profissionais que as acompanham.

Isso mostra a importância do profissional de enfermagem no cuidado do paciente com HAS, uma vez que a doença esta relacionada a problemas de saúde que envolve sedentarismo, sobrepeso, obesidade, além dos riscos cardiovasculares, destaca-se a efetivação do processo de enfermagem como um dos métodos a ser seguido, principalmente na atenção básica, no qual é possível analisar que o enfermeiro tenta incentivar o autocuidado para a melhoria do estilo de vida, usando as técnicas da educação em saúde como uma das principais estratégias de conscientização da mudança de hábitos, garantindo uma vida mais saudável e confortável.

Portanto, o enfermeiro deve buscar por atualizações sempre, tornando o enfermeiro um multiplicador do saber, dando mais segurança a ele próprio na prestação do atendimento, como também ao paciente, demonstrando a importância do autocuidado ao tratamento e do controle contra a HAS.

Conforme demonstrado nesse trabalho, a enfermagem busca sempre prestar o cuidado visando um atendimento de qualidade na assistência, demonstrando empatia com o paciente e seus familiares, usando as técnicas da educação em saúde como uma das principais estratégias de conscientização da mudança de hábitos, garantindo uma vida mais saudável e confortável.

4. REFERENCIAS

ALMEIDA, Lucas Bruno Matias de; SALLES, Anna Luisa de Oliveira; SAMPAIO, Carlos Eduardo. **O enfermeiro e a questão da adesão do paciente ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica.** [*S. l.*], 1 dez. 2014. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/37193-145220-3-PB.pdf. Acesso em: 30 out. 2021.

AMADO, Daniel Miele; BAUER, Mariana da Sila; BAVARESCO, Caren Silva; DUNCAN, Bruce Bartholow; FLORES, Rui; FUCHS, Flavio Danni; SILVA, Daniel Demetrio Faustino da; TAVARES, Angela Maria Vicente. **Caderno de Atenção Básica: Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica - hipertensão arterial sistêmica.** [*S. l.*], 1 dez. 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica.pdf. Acesso em: 30 jun. 2021.

AMARAL, Maronita Ferreira do; ANJOS, Flávia Roberta dos; CAMARGO, Rosangela Andrade Aukar de. **Estratégia saúde da família nas ações primárias de saúde ao portador de hipertensão arterial sistêmica.** [*S. l.*], 26 set. 2013. Disponível em: https://www.reme.org.br/artigo/detalhes/892. Acesso em: 30 jun. 2021.

ANTONELLO, Ivan Carlos; MALACHIAS, Marcus Vinicius Bolivar; SALLES, Gil Fernando; TOLEDO, Juan Yugar. **Arquivo Brasileiro de Cardioliogia: 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial.** [*S. l.*], 3 set. 2016. Disponível em: http://publicacoes.cardiol.br/2014/diretrizes/2016/05_HIPERTENSAO_ARTERIAL.pdf. Acesso em: 30 jun. 2021.

ARAUJO, Ocione Cristina de; COSTA, Yasmin Fernandes. **O papel educativo do enfermeiro na adesão ao tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica.** [*S. l.*], 1 dez. 2014. Disponível em: http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/155566/A12.pdf. Acesso em: 20 ago. 2021.

BACKES, Dirce Steim; ERDMANN, Alacone Lorenzini. **O papel profissional do enfermeiro no Sistema Único de Saúde: da saúde comunitária à estratégia de saúde da família**. [*S. l.*], 27 jan. 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/B4YNT5WFyKmn5GNGbYBhCsD/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 25 set. 2021.

BEZERRA, Ana Lucia Queiroz; RIBEIRO, Luana Cassia Miranda. **Protocolo de Enfermagem na Atenção Primária à Saúde no Estado de Goiás.** [*S. l.*], 1 dez. 2017. Disponível em: http://www.corengo.org.br/wp-content/uploads/2017/11/protocolo-final.pdf. Acesso em: 1 set. 2021

COSTA, Altamiro Reis da. **VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão.** [*S. l.*], 1 jul. 2010. Disponível em: https://repositorio.bc.ufg.br/bitstream/ri/18157/5/Artigo%20-%20Fernando%20Nobre%20-%202010.pdf. Acesso em: 30 jun. 2021.

DOHMANN, Hans Fernando Rocha. **Manejo Clinico da Hipertensão em Adultos: Versão Profissional.** [*S. l.*], 1 dez. 2013. Disponível em: http://www.rio.rj.gov.br/dlstatic/10112/4446958/4111924/GuiaHA.pdf. Acesso em: 25 jul. 2021.

LAGO, Vivian Miranda; OLIVEIRA, Micheli Rodrigues de. **A Atuação do enfermeiro e da equipe multidisciplinar no controle da hipertensão arterial sistêmica através da educação em saúde**. [*S. l.*], 1 jun. 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/7042-Artigo-76820-1-10-20210426.pdf. Acesso em: 1 out. 2021.

LEITE, Maria Clerya Alvino; MEDEIROS, Ana Lucia de França. **Atuação do Enfermeiro no Controle da Hipertensão Arterial em Unidades de Saúde da Família.** [*S. l.*], 30 jan. 2010. Disponível em: https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/5832/5089. Acesso em: 25 nov. 2021.

MATTOSO, Priscila Pinato**. A Hipertensão Arterial Sistêmica na Atenção Básica.** [*S. l.*], 1 dez. 2014. Disponível em: https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/10291/1/PI%20Priscila.pdf. Acesso em: 30 jun. 2021.

NOBRE, Fernando. **VI Diretrizes Brasileira de Hipertensão**. [*S. l.*], 17 nov. 2010. Disponível em: http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2010/Diretriz_hipertensao_associados.pdf. Acesso em: 28 nov. 2021.

ZEFERINO, Helton de Souza; **Linha de Cuidado a Pessoa com Hipertensão Arterial: Ministério da Saúde.** [*S. l.*], 1 dez. 2019. Disponível em: https://saude.sc.gov.br/index.php/documentos/informacoes-gerais/atencao-basica/linha-de-cuidado-ab-aps/linha-de-cuidado-a-pessoa-com-hipertensao-arterial-sistemica/16393-linha-de-cuidado-a-pessoa-com-hipertensao-arterial-sistemica/file. Acesso em: 30 jul. 2021.