

ANÁLISE DE FATORES ASSOCIADOS EM IDOSOS HIPERTENSOS CADASTRADOS NO PROGRAMA HIPERDIA DA CIDADE DE CAXIAS DO SUL-RS.

Gabriela Mognon ^a, Rafael Tondin^a, Joana Zanotti ^a

^a Centro Universitário da Serra Gaúcha

Informações de Submissão

Joana Zanotti, endereço: Rua Os Dezoito
do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS -
CEP: 95020-472

Palavras-chave:

Hipertensão. Idoso. Estilo de Vida Sedentário. Obesidade.

INTRODUÇÃO: O envelhecimento da população é um fenômeno que têm provocado diversas alterações na sociedade e esse impacto deverá ser ainda maior no futuro, estima-se que em 2020 a população idosa representará 15% dos brasileiros. (MARIN, 2012). Com o envelhecimento, acontecem diversas mudanças fisiológicas e funcionais, que tornam os idosos mais vulneráveis a doenças crônicas, e entre elas está a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) (TAVARES, et al, 2011). A HAS é um dos problemas de saúde com maior prevalência no mundo (ZAITUNE, et al, 2006). A falta de controle da hipertensão está associada com diversas complicações em idosos como doença arterial coronariana, doença cérebro vascular, insuficiência cardíaca e insuficiência renal, e também é responsável por 40% dos casos de aposentadoria precoce e devido a esse contexto, os idosos hipertensos devem ter prioridade no atendimento da atenção básica de saúde visando um controle adequado (MARIN, 2012). Desta forma, este trabalho tem como objetivo descrever os principais fatores associados com a HAS em idosos. **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:** Com as diversas mudanças ocorridas no estilo de vida da população em relação a hábitos alimentares e o sedentarismo, houve um grande aumento na incidência de doenças cardiovasculares (DCV's). Dentre as estas, a HAS é um importante fator de risco para complicações cardíacas. Em todo o mundo são estudadas novas estratégias de controle e prevenção da HAS, embora seja uma doença crônica e precise de acompanhamento e tratamento por toda a vida do indivíduo (RADOVANOVIC, et al, 2014). Um estudo recente realizado por Schwingshackl, et al (2017), constatou que o modo mais eficaz para controle da HAS foi a dieta DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*). Diversos estudos

demonstraram grande relação entre o aumento de peso e aumento da pressão arterial (PA) e como contraprova a perda de peso também está relacionada com a diminuição da PA. A prática de atividade física também é essencial para o tratamento da HAS, juntamente com o tratamento de obesidade (CARLUCCI, et al, 2013). **MATERIAL E MÉTODOS:** O estudo realizado foi do tipo epidemiológico descritivo, com dados secundários. A amostra de dados obtida para o estudo foi de 421 idosos residentes na cidade de Caxias do Sul, que tiveram seus dados coletados de janeiro a dezembro de 2012, através do sistema HiperDia, que é um sistema de cadastramento e acompanhamento de portadores de hipertensão arterial atendidos na rede ambulatorial do Sistema Único de Saúde – SUS. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** No presente estudo, a HAS se apresentou mais ocorrente no sexo feminino (57,5%). Foram encontrados resultados semelhantes em um outro estudo realizado na cidade de Blumenau (SC), onde foi encontrado uma maior prevalência de hipertensão (70,4%) nas mulheres. (SANTA HELENA, et al, 2010). A grande maioria (39,9%) da amostra estudada apresentava idade entre 60 a 64 anos, o processo de envelhecimento desencadeia diversas mudanças fisiológicas. Segundo um estudo realizado por Mastroeni et al. (2010), as principais alterações se referem ao padrão de distribuição de gordura corporal e a diminuição da massa muscular aumentando assim a probabilidade de desenvolver HAS. Aproximadamente metade da amostra de idosos do estudo apresentava excesso de peso (48,9%), outro estudo realizado na cidade de Belém (PA), mostrou associação direta entre o excesso de peso e a HAS, o risco para hipertensão arterial em obesos aumentou em até 6,3 vezes se comparados com pessoas eutróficas (BORGES, et al, 2005). Pode-se observar que 34% da amostra de hipertensos era sedentária, estudos na literatura nos mostram que a HAS está diretamente associada com o sedentarismo. Um estudo realizado na cidade de Blumenau (SC) mostrou que a prevalência de hipertensão é 74% maior nas pessoas que não praticam atividade física do que nas pessoas que praticam atividade física pelo menos 3x por semana. (SANTA HELENA, et al, 2010). **CONCLUSÃO:** A hipertensão arterial se mostrou mais prevalente em idosos do sexo feminino, com idade entre 60 e 64 anos. Dentre os principais fatores de risco, existem também as variáveis como excesso de peso e sedentarismo e é apontada como fator de risco para doenças cardiovasculares. Por isso, mesmo que as políticas públicas devam atender a todos, idosos devem ter certa atenção tanto na prevenção como no tratamento da hipertensão a fim de evitar diversos problemas de saúde causados a partir dessa doença.

REFERÊNCIAS

BORGES, H. P.; CRUZ, N. C.; MOURA, E. C. Associação entre hipertensão arterial e excesso de peso em adultos, Belém, Pará, 2005. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, v. 91, n.2, 2005.

CARLUCCI, E. M. S.; GOUVÊA, J. A. G.; OLIVEIRA, A. P.; SILVA, J. D.; CASSIANO, A. C. M.; BENNEMANN, R. M. Obesidade e sedentarismo: fatores de risco para doença cardiovascular. Com. Ciências Saúde, v.24, n.4, p.375-384, 2013.

MARIN, M. J. S.; SANTANA, F. H. S.; MORACVICK, M. Y. A D.; Percepção de idosos hipertensos sobre suas necessidades de saúde. Rev Esc Enferm USP, v.46, n.1, p.103-110, 2012.

MASTROENI, M. F.; MASTROENI, S. S. B. S.; ERZINGER, G. S.; MARUCCI, M. F. N. Antropometria de idosos residentes no município de Joinville-SC, Brasil. Rev Bras GeriatrGerontol, v. 13, n.1, 2010.

RADOVANOVIC, C. A. T.; SANTOS, L. A.; CARVALHO, M. D. B.; MARCON, S. S. Hipertensão arterial e outros fatores de risco associados às doenças cardiovasculares em adultos. Rev. Latino-Am. Enfermagem, v.22, n.4, p.547-553, 2014.

SANTA HELENA, E. T.; NEMES, M.I.B.; ELUF-NETO, J. Avaliação da Assistência a Pessoas com Hipertensão Arterial em Unidades de Estratégia Saúde da Família. Saúde Soc, v. 19, n.3, 2010.

SCHWINGSHACKL, L.; CHAIMANI, A.; HOFFMANN, G.; SCHWEDHELM, C.; BOEING, H. Impact of different dietary approaches on blood pressure in hypertensive and prehypertensive patients: protocol for a systematic review and network meta-analysis. BMJ Open, v.7, n.4, 2017.

TAVARES, D. M. S.; MARTINS, M. P. F.; DIAS, F. A.; DINIZ, M. A. Qualidade de vida de idosos com e sem hipertensão arterial. Rev. Eletr. Enf. V.13, n.2, p.211-218, 2011.

ZAITUNE, M. P. A.; BARROS, M. B. A.; CÉSAR, C. L. G.; CARANDINA, L. GOLDBAUM, M. Hipertensão arterial em idosos: prevalência, fatores associados e práticas de controle no Município de Campinas, São Paulo, Brasil. Cad. Saúde Pública, v.22, n.2, p.285-294, 2006.