

CUIDADOS FAMILIARES PARA IDOSOS ACOMETIDOS POR HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA

Gessika Michelly de Araújo Braz¹, Brenda Pinheiro Evangelista², Cinthia Jordânia Pereira Soares³, Francisca Bianca Rodrigues⁴, Helena Feitoza de Oliveira Alves⁵, Úrsula Hérica dos Santos Moura⁶

Resumo: A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) está compreendida como uma Doença Crônica Não Transmissível sendo considerado um sério problema de saúde pública, com elevada prevalência de morbidade e mortalidade cardiovascular, acarreta prejuízos socioeconômicos e danos por invalidez. A HAS se apresenta com maior frequência em idosos, e isso decorre do estilo de vida adotado ao longo da jovialidade. **Objetivo:** Conhecer os principais cuidados da família frente ao idoso hipertenso. **Metodologia:** Revisão bibliográfica realizada com estudos científicos nacionais em destaque sobre o tema, pesquisados junto a Biblioteca Virtual em Saúde e SciELO. **Resultados:** Evidenciou-se a ineficiência dos tratamentos de medicamentos em decorrência do cuidado falho por parte da família e da falta de orientação sobre adoção de hábitos saudáveis, que são essenciais para resultados satisfatórios. **Conclusões:** A partir dos resultados obtidos, pode-se concluir que em idosos as doenças resultam em uma situação de fragilidade, contudo a hipertensão vem acometendo a grande maioria das pessoas desta faixa etária.

Palavras-chaves: Hipertensão. Idosos. Família. Tratamento.

1 FVS Faculdade Vale do Salgado, E-mail: brendapinhoeroeva@gmail.com

2 FVS Faculdade Vale do Salgado, E-mail: bianca825@gmail.com

3 FVS Faculdade Vale do Salgado, E-mail: cinthyasoaresjbe@hotmail.com

4 URCA universidade regional do cariri, E-mail: helenasaude2010@hotmail.com

5 FVS Faculdade Vale do Salgado, E-mail: michelly.enf2017@gmail.com

6 FVS Faculdade Vale do Salgado, E-mail: ursulamoura@fvs.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) está compreendida como uma Doença Crônica Não Transmissível (DANTS), sendo considerado um sério problema de saúde pública, com elevada prevalência de morbidade e mortalidade cardiovascular, acarreta prejuízos socioeconômicos e danos por invalidez. No Brasil a HAS acomete 25% da população, estimando-se um aumento de 60% até 2025 (MOREIRA; MORAES; LUIZ, 2013).

Os principais fatores de risco para a HAS são as doenças cardiovasculares, que afeta não só o sistema circulatório, como também sistemas vitais para o corpo, a HAS se apresenta ainda como um fator risco para as comorbidades e mortalidade (FERREIRA *et al.* 2014).

A HAS se apresenta com maior frequência em idosos, e isso decorre do estilo de vida adotado ao longo da jovialidade, assim como, está intimamente relacionado às alterações do envelhecimento humano. Ressalta-se ainda que, muitos dos pacientes hipertensos não fazem uso de medicação de forma correta, fato este que predispõe o senil a maiores agravos. Desta forma surge a seguinte interrogação: Quais os principais cuidados da família ao idoso hipertenso?

O presente trabalho tem como relevância apresentar à importância do trabalho da enfermagem junto a família do paciente a melhorar o quadro de idosos acometidos de hipertensão e proporcionar qualidade de vida com suas mudanças de hábitos bem como estimular os acadêmicos e profissionais da área da saúde e atentar-se sobre um assunto de suma importância que é bastante discutido e que ainda é um grave problema de saúde pública.

O apoio da família pode minimizar o risco para os desenvolvimentos de outras patologias associadas à hipertensão, estimulando a adesão de medicamentos e mudança de hábitos. O controle dessas está associado à mudança de hábitos de vida: alimentação adequada, exercícios físicos regulares e abandono do tabagismo, essas mudanças não são fáceis de serem adotadas no cotidiano, existe dificuldades no processo de mudança de hábitos, ainda assim essas ações são de caráter preventivo e educativo ainda constitui o centro da estratégia para a redução do agravo.

O primeiro passo é orientar cada paciente em particular sobre o uso correto do seu medicamento, salientando a importância de seguir à risca a prescrição médica, interagir com o mesmo sobre suas dúvidas tentando sempre explicar de forma clara e enfatizar a relação e benefício da mudança do estilo de vida, verificar o uso dos medicamentos conforme solicitado.

Por ser uma doença silenciosa, a maioria dos pacientes não aderem aos tratamentos prescritos. São terapêuticas contínuas e às vezes radicais, causando alteração no estilo de vida, desde a adesão de exercícios físicos em sua rotina, a mudança dos hábitos alimentares. Considerando o crescimento populacional senil brasileiro, o índice de HAS atinge cerca de 50% a 70% do público com essa faixa etária (PINHEIRO, 2016).

A adesão da família ao tratamento tem um papel significativo, pois apóia seus membros familiares em situações de doença, um contexto familiar estruturado faz toda diferença, exercendo importante papel em todo processo de relação com o indivíduo com a sua doença, seu tratamento e adaptação a um novo estilo de vida. Por isso o domicílio é visto hoje, como o espaço onde as pessoas podem ter uma boa qualidade de vida e manter

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

a estabilidade da doença, o auxílio familiar ajuda a manter a boa qualidade de vida saudável, construindo hábitos saudáveis (BARRETO, 2014).

No contexto atual as famílias desempenham uma valiosa colaboração no tratamento e reabilitação dos cuidados ao indivíduo com Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) tanto que é fato a ideia de que os doentes evoluem melhor quando tem o apoio da família. Por outro lado, também é consenso que o fardo ou sobrecarga que a família suporta quando tem um familiar doente crônico em casa é um aspecto a ter em conta e justifica o planejamento de sistemas de apoio aos familiares, paralelamente aos cuidados dos doentes.

2. OBJETIVOS

O presente estudo tem como objetivo conhecer os principais cuidados da família frente ao idoso hipertenso.

3. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica referente à produção científica sobre os cuidados da família frente ao idoso hipertenso, onde a busca dos artigos se deu na base de dados Portal Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) (encontrado 505 artigos) e ScientificElectronicLibrary Online (SciELO) (encontrados 840 artigos) utilizando-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Cuidados Familiares. Hipertensão; Idoso. Inicialmente com o cruzamento dos descritores constituíram-se 10 produções científicas, após os filtros restaram 04 artigos para a análise.

Para tanto, se utilizou dos seguintes critérios de inclusão: artigos em língua portuguesa, de acesso gratuito, publicados nos últimos cinco anos, que contemplassem a temática proposta. Adotaram-se como critérios de exclusão: publicações duplicadas, que não abordasse a temática proposta e texto incompleto. O estudo foi realizado durante o mês de setembro de 2018.

4. RESULTADOS

A Organização Mundial da Saúde (OMS) do ponto de vista populacional e para sistematização de dados de países de primeiro mundo, delimita a idade de 60 anos como de transição dos indivíduos adultos/jovens aos segmentos populacionais de idosos. A princípio é imperativo citar que existem vários critérios para definição do termo idoso. O mais comum baseia-se unicamente em um limite etário, porém outros aspectos devem ser considerados (PINHEIRO, 2016).

O envelhecimento é um processo natural que ocorre de forma progressiva, da reserva funcional dos indivíduos e que normalmente não costuma causar qualquer problema. Porém em condições onde há sobrecarga como exemplo, doenças, acidentes e estresses emocionais podem ocasionar patologias que requerer assistências mais que pode ser revertida por um estilo de vida mais ativo (FERREIRA *et al.* 2014)

O tratamento de paciente com hipertensão arterial sistêmica tem como objetivo diminuir as taxas de mortalidade e morbidade, utilizando para esses tratamentos formas não-medicamentos associadas aos fármacos anti-hipertensivos. Esse tratamento

não medicamentoso é feito através das mudanças de hábitos de vida como: redução peso, diminuição da ingestão de sal e álcool e atividades físicas (PINHEIRO, 2016).

Segundo Bezerra (2015) dentre as doenças prevalentes no idoso a hipertensão vem aumentando cada vez mais, a mesma é definida como um aumento da pressão arterial sistólica maior ou igual a 140 mmHg e uma pressão arterial diastólica maior ou igual a 90 mmHg, em indivíduos que não façam o uso de nenhum medicamento anti-hipertensivos. Por ser uma doença que na maioria das vezes é silenciosa, traz consigo ainda a não adesão por parte dos pacientes aos tratamentos prescritos. Essas terapêuticas são contínuas e por vezes radicais mudando completamente as condições e o estilo de vida, desde sua alimentação até a inserção de práticas de atividades físicas.

Na população considerada como a melhor idade, a taxa de idosos hipertensos é maior que 60%, o diagnóstico correto e a persistência dos pacientes no acompanhamento são os principais fatores que ocasionam esse aumento e tem importância para atingir a meta ideal do tratamento. As alterações sofridas no estilo de vida e uso medicamentoso fazem parte da adesão correta do tratamento pelo paciente (PINHEIRO, 2016).

Para minimizar o sofrimento dos idosos hipertensos, a relação familiar tem um papel muito importante dentro dessa rede de apoio e ajuda no tratamento, e se destacam buscando o direito a habitação, segurança, renda, alimentação, saúde, educação, lazer e cultura, visto que para o idoso sentir-se seguro e amparado pela sua família é algo benéfico e traz qualidade de vida.

5. CONCLUSÃO

A partir dos resultados obtidos, pode-se concluir que em idosos as doenças resultam em uma situação de fragilidade, contudo a hipertensão vem acometendo a grande maioria das pessoas desta faixa etária. Diante disso cabe a família estar a cuidar, acompanhar, orientar e ensinar a maneira certa dos hábitos saudáveis, fazendo com que o idoso realize todas as etapas do tratamento com êxito para melhorar a qualidade de vida.

A realização do cuidado da família junto ao idoso mesmo ele não apresentando nenhuma limitação, pois além de prevenir a ocorrência de complicações, ele pode apresentar dificuldade para seu auto cuidado. Os familiares devem realizar atividades que objetivam a estimular mudança de hábitos, cuidado com a medicação, visando a manutenção dos níveis pressóricos em valores apropriados para idade.

I Semana Universitária da URCA/UDI

*26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri*

6. REFERÊNCIAS

BEZERRA, C. G. R. **Senilidade e os riscos para automedicação**. (Monografia). 2015. 32 f. Curso Bacharelado em Enfermagem. Faculdade Vale do Salgado. Icó-CE, 2015.

FERREIRA, R. A.; BARRETO, S.; GIATTI, L. **Hipertensão arterial referida e utilização de medicamentos de uso contínuo no Brasil: um estudo de base populacional**. Cad. Saúde Pública vo.30 n.4 Rio de Janeiro Apr. 2014.

NUNES, M. I.; SANTOS, M.; FERRETI, R. E. L. - **Enfermagem em geriatria e gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012b.

MOREIRA, J. P. L.; MORAES, J. R.; LUIZ, R. R.. A prevalência de hipertensão arterial sistêmica autorreferida nos ambientes urbano e rural do Brasil: um estudo de base populacional. **Cad Saúde Pública**, 2013; 29(1): 6272.

PINHEIRO, T. C. **A Família frente à Saúde Mental dos Idosos no Centro de Atenção Psicossocial**. (Monografia). 2016. 52 f. Curso Bacharelado em Enfermagem. Faculdade Vale do Salgado, Icó – CE, 2016.

BARRETO, M. S.; MARCON, S. S. **Participação Familiar no Tratamento da Hipertensão Arterial na Perspectiva do doente**. Florianópolis, 2014.