ÁREA TEMÁTICA: (marque uma das opções)

( ) COMUNICAÇÃO

( ) CULTURA

( ) DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA

( ) EDUCAÇÃO

( ) MEIO AMBIENTE

(X) SAÚDE

( ) TECNOLOGIA E PRODUÇÃO

( ) TRABALHO

DIA MUNDIAL DE HIPERTENSÃO: 1ª EDIÇÃO

Bruna Justus Scheidt (bruna_justus@hotmail.com)[1]

Geovani Allan Broday (geovanibroday@gmail.com)[2]

Paola Gonçalves Moreira de Oliveira (paolagmoliveira@gmail.com)[3]

Mário Cláudio Soares Sturzeneker (mcssturzeneker@gmail.com)[4]

Resumo: A hipertensão arterial sistêmica é uma das doenças cardiovasculares mais prevalentes do mundo e que tem gerado grande impacto na saúde pública global. O evento do "Dia Mundial da Hipertensão, 1ª edição", teve como objetivo o estímulo à adoção de hábitos de vida saudáveis, através de informações que facilitam a compreensão básica da hipertensão arterial sistêmica, de seus riscos, de sua relação com os hábitos de vida, bem como dos claros benefícios da adoção de hábitos saudáveis. No primeiro dia do evento, fizemos o atendimento de 28 pessoas no Parque Ambiental de Ponta Grossa. Dessas pessoas, 9 foram classificadas como obesas, 11 com sobrepeso e apenas 8 tinham peso adequado ou baixo. Já de acordo com as medidas pressóricas, 9 apresentavam algum grau de hipertensão, 8 tinham pressão arterial elevada e apenas 11 pressão arterial normal ou ótima. Tais achados são semelhantes aos reportados em estudos populacionais nacionais e de outros países, e reforçam a necessidade de intervenção em nossa população para reduzir complicações cardiovasculares. Esse foi o primeiro evento extensionista da Liga de prevenção de diabetes e doenças cardiovasculares, cujo molde servirá para eventos futuros.

[1] Integrante da equipe executadora; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Medicina; bruna_justus@hotmail.com.

[2] Integrante da equipe executadora; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Medicina; geovanibroday@gmail.com.

[3] Integrante da equipe executadora; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Medicina; paolagmoliveira@gmail.com.

[4] Coordenador; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Departamento de Medicina; mcssturzeneker@gmail.com.

Palavras-chave: Hipertensão. Saúde. Cardiovascular.

NOME DO PROGRAMA OU PROJETO

Dia mundial de hipertensão: 1ª edição

PÚBLICO-ALVO

População do município de Ponta Grossa – PR e acadêmicos da área da saúde da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG).

MUNICÍPIOS ATINGIDOS

Município de Ponta Grossa – PR.

LOCAL DE EXECUÇÃO

Parque ambiental de Ponta Grossa e Auditório Principal da Universidade Estadual de Ponta Grossa – Sede Centro.

JUSTIFICATIVA

Hábitos de vida saudáveis, constituem a base do tratamento das doenças cardiovasculares entre as quais se inclui a hipertensão arterial sistêmica. Entretanto, as mudanças nos hábitos de vida da população permanecem um desafio para os envolvidos em promoção de saúde. Portanto, ações como o dia mundial de hipertensão, proporcionam o acesso da população a informações cruciais para a percepção da necessidade dessas mudanças e consequentemente estimulam a adesão às mesmas, bem como envolvem diretamente profissionais e acadêmicos da área de saúde nesse processo de conscientização.

OBJETIVOS

O evento Dia mundial da Hipertensão tem como objetivo central a conscientização da população sobre os riscos relacionados à hipertensão arterial sistêmica, a necessidade das mudanças nos hábitos de vida para a prevenção e tratamento da mesma, o envolvimento de acadêmicos da área de saúde nesse processo, visando a redução do impacto negativo dessa doença na comunidade como resultado final.

METODOLOGIA

No dia 17 de maio de 2019 das 16h às 20h, com a ajuda de 11 alunos do curso de graduação de Medicina da UEPG, 3 profissionais de saúde, colaboradores, do 13º Batalhão de Infantaria Blindada de Ponta Grossa, sob a coordenação do Professor Doutor Mário Cláudio Soares Sturzeneker, foram atendidas 28 pessoas no Parque Ambiental de Ponta Grossa.

Durante o primeiro dia do evento, dia 17 de maio cada pessoa que desejava ser atendida era convidada a se sentar e responder um pequeno questionário antes de ter sua pressão arterial aferida. O questionário foi idealizado para que informações importantes no contexto das doenças cardiovasculares fossem obtidos: peso, altura, idade, uso prévio de medicações anti-hipertensivas, uso exagerado de sal, doença cardíaca prévia, tabagismo, etilismo, dislipidemia, transtornos de humor e história familiar de doenças cardíacas. Após a realização do questionário, caso a pessoa tivesse feito exercício físico de intensidade moderada ou alta, ingerido bebida com cafeína ou tenha se alimentado nas últimas duas horas, ela era orientada a esperar em torno de 30 minutos para ter sua pressão arterial aferida. Após a aferição desse dado vital, o participante do projeto anotava todos os dados na ficha e então a pessoa era liberada com as orientações pertinentes.

No dia 18 de maio de 2019 de 09:30 às 11:30 horas, no auditório central da UEPG – sede central, foram proferidas 4 palestras pelos alunos Ana Paula Fontanela Lesnau, Bruna Justus Scheidt, Bruno Diniz e Geovani Allan Broday. Os temas apresentados pelos alunos foram "Limitações relacionadas ao tratamento da hipertensão arterial, como solucionar?" e "O impacto das mudanças de hábitos de vida na prevenção e tratamento das doenças cardiovasculares".

RESULTADOS

No primeiro dia do evento, foram atendidas 28 pessoas. A média de idade da população atendida no primeiro dia foi de 52,7 anos, sendo a mais jovem de 14 anos e a mais idosa de 77 anos. Doze pessoas relataram uso prévio de medicamentos anti-hipertensivos, 4 relataram uso exagerado de sal, 5 eram tabagistas, 9 eram etilistas, 7 apresentavam dislipidemia, 18 afirmaram ser ansiosos ou estressados e 19 tinham histórico familiar de doença cardiovascular.

O peso e a altura desses indivíduos foram informados, o que permitiu o cálculo do índice de massa corporal (IMC). O IMC serve como parâmetro do estado nutricional do adulto (ANJOS *et al*., 2020), sendo possível caracterizá-lo em 6 estágios. Com base no IMC, esses indivíduos foram classificados como abaixo do peso: 1, peso normal: 7, sobrepeso: 11, obesidade grau I: 5, obesidade grau II: 2 e obesidade grau III: 2 (tabela 1).

Tabela 1 – Classificação dos indivíduos conforme o índice de massa corporal (IMC)

CLASSIFICAÇÃO	**IMC**	**Nº de indivíduos**
Abaixo do peso	Menor que 18,5	1
Peso normal	18,5 – 24,9	7
Sobrepeso	25 – 29,9	11
Obesidade grau I	30 – 34,9	5
Obesidade grau II	35 – 39,9	2
Obesidade grau III (mórbida)	Maior que 40	2

Fonte: Própria autoria.

As aferições dos níveis tensionais foram realizadas conforme as recomendações da mais recente diretriz da Sociedade Europeia de Cardiologia (WILLIAMS *et al,* 2018) e da última diretriz da Sociedade Brasileira de Hipertensão (MALACHIAS *et al*, 2016). Conforme os níveis aferidos, os indivíduos foram classificados como portadores de pressão arterial ótima, normal, normal elevada, hipertensão arterial grau I, II e III, ou hipertensão sistólica isolada (tabela 2) com base na classificação também recomendada pelas diretrizes da Sociedade Europeia de Cardiologia (WILLIAMS *et al,* 2018) e da Sociedade Brasileira de Hipertensão (MALACHIAS *et al*, 2016). Níveis tensionais compatíveis com pressão arterial ótima foram observados em uma pessoa, com pressão arterial normal em 10, com pressão arterial normal elevada em 8, com HAS grau I em 4, com HAS grau II em 2, com HAS grau III em 2 e com hipertensão sistólica isolada em uma pessoa (Tabela 2).

Tabela 2 – Classificação da pressão arterial e categorização dos graus de hipertensão

CLASSIFICAÇÃO	SISTÓLICA (mmHg)		DIASTÓLICA (mmHg)	Nº DE INDIVÍDUOS
Ótima	< 120	e	< 80	1
Normal	120 - 129	e/ou	80 - 84	10
Normal elevada	130 - 139	e/ou	85 - 89	8
Grau 1 de hipertensão	140 - 159	e/ou	90 - 99	4
Grau 2 de hipertensão	160 - 179	e/ou	100 - 109	2
Grau 3 de hipertensão	≥ 180	e/ou	≥ 110	2
Hipertensão sistólica isolada	≥ 140	e	< 90	1

Fonte: Própria autoria.

Com base nesses dados, avaliamos que a maioria dos indivíduos da amostra populacional (39,3%) estava com sobrepeso, 17,9% com obesidade grau I, 7,1% com obesidade grau II e 7,1% com obesidade grau III. Além disso, 32,1% desses indivíduos eram hipertensos, 28,6% tinham níveis tensionais limítrofes (pressão normal elevada) e apenas 39,3% tinham níveis tensionais normais ou ótimos.

No Brasil, estima-se que existam 36 milhões de adultos com algum grau de hipertensão arterial e isso contribui direta ou indiretamente com 50% das mortes por causas cardiovasculares (MALACHIAS *et al*, 2016). Já mundialmente, estima-se que existam mais de 1,13 bilhões de hipertensos, sendo a prevalência estimada nos adultos entre 30 – 45% (WILLIAMS *et al*, 2018). Esses dados, brasileiros e mundiais corroboram nosso trabalho, demonstrando que a hipertensão arterial é uma doença altamente prevalente e com grande impacto na saúde cardiovascular, tanto em nosso município, quanto em nosso País e no mundo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O evento do Dia Mundial da Hipertensão, 1ª edição, realizado nos dias 17 e 18 de maio de 2019 foi também o primeiro evento realizado pela Liga de Prevenção de Diabetes e Doenças Cardiovasculares. É de extrema importância que todo aprendizado do meio acadêmico seja passado para a população, para melhor os índices de saúde da nossa região.

Durante os últimos anos, a prevalência mundial de obesidade vem aumentando consideravelmente. Esse excesso de peso é um importante fator de risco cardiovascular, que gera um grande impacto no desenvolvimento da hipertensão arterial sistêmica, seja pela ativação do sistema nervoso autônomo ou por alterações no sistema renina-angiotensina. (LEGGIO *et* al, 2017). Tais doenças crônicas causam um grande impacto na saúde pública do nosso País, com altos custos para os cofres públicos, e, portanto, exigem diagnósticos e tratamentos precoces (MALACHIAS *et al*, 2016).

Logo, os dados obtidos no evento do Dia Mundial da Hipertensão confirmam a necessidade de intervenções na população com intuito de prevenir as doenças cardiovasculares. Intervenções essas que devem ser iniciadas levando a população informações sobre saúde-pública, sobre mudanças de estilo de vida, sobre o impacto das doenças cardiovasculares, assim como foi feito nas duas palestras apresentadas no segundo dia do evento.

APOIO

Universidade Estadual de Ponta Grossa e 13º Batalhão de Infantaria Blindada.

REFERÊNCIAS

ANJOS, L.A.M.; FERREIRA, C. Agreement between self-assessment of body image and measured body mass index in the Brazilian adult population. **Cien. Saúde Coletiva.**, Rio de Janeiro, vol. 25, n. 8, 3027-3036, ago,2020.

WILLIAMS, B.; et al. 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension: The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Cardiology (ESC) and the European Society of Hypertension (ESH), **European Heart Journal**, Volume 39, Issue 33, 01 September 2018, 3021–3104.

MALACHIAS, M.V.B.; et al. 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, Rio de Janeiro, v. 107, n. 3, supl. 3, p. 1-104, set. 2016.

LEGGIO M.; LOMBARDI M.; CALDARONE E.; et al. The relationship between obesity and hypertension: an updated comprehensive overview on vicious twins. **Hypertens Res.** 2017; 40(12): 947-963.