

A HIPERTENSÃO ARTERIAL NO IMAGINÁRIO POPULAR: O QUE É E COMO EVITAR

Ana Heloisa Mendes (PIBIC/FA/UEM), Mislaine Casagrande de Lima Lopes (Coorientador), Sonia Silva Marcon (Orientador)

E-mail: anaheloisa_mendes01@hotmail.com, mislaine_lima@hotmail.com, soniasilva.marcon@gmail.com.

Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências da Saúde, Maringá, PR.

Ciências da Saúde, Enfermagem em Saúde Pública.

Palavras-chave: Hipertensão Arterial; Letramento em Saúde; Pesquisa Qualitativa.

RESUMO

O objetivo do estudo foi aprender o que a população em geral conhece sobre hipertensão arterial. Trata-se de um estudo descritivo e exploratório, de abordagem qualitativa realizado em Terra Boa - PR. Os dados foram coletados no período de janeiro a maio de 2023 mediante entrevistas semi-estruturadas áudio-gravadas após consentimento. Foram evidenciados resultados satisfatórios sobre os conhecimentos básicos da doença, seu conceito, seus sintomas, fatores e grupos de risco e formas de tratamento.

INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível comum na sociedade, caracterizada pelo aumento dos níveis pressóricos $\geq 140 \times 90$ mmHg. Considera-se pré-hipertensão valores sistólicos de 13 a 13,9 mmHg e diastólicos de 8,5 a 8,9 mmHg. Vários fatores de risco podem levar à existência da patologia, como hábitos de vida e genética (Barroso et. al. 2020).

Para o enfrentamento de doenças crônicas, o Ministério da Saúde por meio da Portaria GM/MS Nº 3.008, de 4 de novembro de 2021 instituiu a Estratégia de Saúde Cardiovascular na Atenção Primária à Saúde (APS), tendo como um dos seus objetivos dar suporte ao desenvolvimento de ações para prevenção e controle das doenças cardiovasculares no âmbito da APS, com ênfase na de Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus. O controle destas doenças depende diretamente de uma boa adesão ao tratamento medicamentosos e não medicamentoso.

Dessa forma, torna-se relevante conhecer como a população entende a HAS para possibilitar novas estratégias de promoção à saúde e prevenção da doença. Assim, este estudo teve como objetivo identificar o conhecimento da população saudável sobre a hipertensão arterial.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo descritivo exploratório, de abordagem qualitativa, realizado no município de Terra Boa-PR. A coleta de dados ocorreu entre janeiro e maio de 2023, com pessoas maiores de 18 anos, residentes da cidade, sem HAS ou que desconheciam o fato de serem hipertensos. Entrevistou-se professores de escolas municipais e frequentadores de uma academia da cidade, a escolha desses participantes se deu pela facilidade de acesso à essa população tendo menor empassos burocráticos.

Foram entrevistadas 19 pessoas utilizando um roteiro semi-estruturado, contendo questões referentes aos dados sociodemográficos, hábitos de vida, condições de saúde e conhecimento sobre a HAS. As entrevistas foram realizadas em local confortável, com esclarecimento das dúvidas, bem como, a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelo participante e pesquisador. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com parecer nº6.224.777/23.

As entrevistas foram áudio-gravadas e conduzidas por uma graduanda de enfermagem, com duração média de 15 minutos. Ao final da coleta, as entrevistas foram transcritas manualmente pelo pesquisador na plataforma *Documentos do Google* e os dados quantitativos foram transcritos na plataforma *Google Planilhas* para posterior análise.

Os dados qualitativos foram submetidos análise de conteúdo, modalidade temática (Minayo, Gomes e Deslandes, 2015), que envolve três etapas: pré-análise com leitura exaustiva dos relatos e organização do material; exploração do material por meio de recortes das unidades de registro com identificação dos temas; por fim houve a interpretação dos dados obtidos e sua correlação com a literatura científica. Após análise dos dados, emergiram duas categorias temáticas, sendo elas descritas a seguir. Para a representação das categorias, serão expostas as falas mais significativas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 19 participantes do estudo, 15 eram professores e/ou estagiários e assistentes de sala de aula e quatro frequentadores de uma academia da cidade que tinham idade entre 18 e 58 anos, sendo 17 mulheres, 15 deles eram casados, 14 desses tinham ensino superior e destes 12 possuem especialização em educação infantil. As demais profissões são auxiliar administrativo, serviços gerais, serviço industrial e técnico de enfermagem.

1. *Conceito e sintomas da HAS no imaginário popular*

Dos entrevistados, alguns conceituaram a HAS como um descontrole pressórico, conhecimento adquirido, muitas vezes, pelo contato com familiares com a patologia ou experiências prévias: “...Quando a pressão está acima do normal que é 12 por 8. (P15)”.

Ainda, alguns conhecem a hipertensão como o aumento dos níveis pressóricos, mas não sabem relatar exatamente qual o valor considerado ideal: “Pressão alta é acima de 16? É 15 e 9? (A-E)”

Apenas dois entrevistados referiram não possuem familiares com a condição crônica. Há também definições que se entrelaçam com causas e consequências das HA. Assim, observa-se que o conhecimento da população em estudo apresenta lacunas. Esses resultados contrastam com os obtidos no estudo de Berardinelli et. al. (2013) realizado com indivíduos hipertensos sobre seus saberes relacionados à doença, que evidenciaram falhas no conhecimento, desenvolvimento, sinais e sintomas.

Os entrevistados relataram os sintomas mais comuns e conhecidos quando há aumento da pressão arterial: *“...dor na nuca, dor de cabeça, os que eu mais conheço são esses (P7)”*

Uma participante relatou conhecer os sintomas por já ter vivenciado episódios de crises hipertensivas: *“...depende, uns têm dor de cabeça... pelo menos quando eu tive pressão alta, que eu tive pós-parto, eu sentia muitas dores de cabeça, na nuca, muita dor nuca, e minha pressão foi às alturas e não baixava. A dor de cabeça eu me sentia assim, sabe, até com tontura. (P8)”*

O conhecimento mais elaborado sobre a hipertensão arterial, mesmo que em linguagem popular, pode ter relação com a escolaridade dos participantes, pois a maioria dos entrevistados possuem pós-graduação.

2. Causas, grupos de risco e formas de tratamento da HAS

Sobre as causas da HAS, muitos dos entrevistados citaram o estresse do dia a dia, a grande quantidade de trabalho e a ansiedade como fatores importantes para o desenvolvimento da doença: *“...pode ser hereditário e também pode ser desenvolvida com o tempo por falta de atividade física e má alimentação. Também, acho que inclui muito a parte emocional das pessoas. A idade por causa da digestão das pessoas, com a idade a gente começa a ter problemas, porque o organismo começa a ficar mais lento então o processamento também diminui. (P2)”* e *“... Eu acho que as que são sedentárias, as que já tem histórico familiar de hipertensão, as que consomem muito álcool, as comidas calóricas. (A-C)”*

Essas respostas corroboram com os resultados obtidos na pesquisa de Lima et al. (2004), onde os participantes fazem referência problemas emocionais como causa da hipertensão. A conceituação dos fatores e dos grupos de risco para HAS foi satisfatória.

No geral, os participantes responderam que o tratamento para a hipertensão pode ser realizado com medicação e medidas não farmacológicas associadas ou não à medicação: *“... eu acho que assim, com medicamento, a vida tranquila, atividades físicas. (P5)”* e *“Alimentação, exercício físico, uma vida saudável... menos gordura, menos carboidrato. (P1)”*

A maioria citou a mudança do estilo de vida como principal medida profilática para evitar ou postergar o início da hipertensão arterial, a realização de exames e consultas de rotina e diminuição do estresse. Em conformidade com Barroso et. al. (2020) que aponta a dieta e exercícios físicos como principais medidas preventivas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a pesquisa, observou-se que a população em geral tem algum conhecimento sobre a HAS o que pode ser decorrente do fato de ter familiares com a patologia e conceituam a doença como o aumento dos níveis pressóricos e sabe relatar os sintomas mais comuns. Comentaram sobre as medidas não farmacológicas e uso de medicamentos com acompanhamento médico. Vale destacar que a população em estudo possui escolaridade acima de 8 anos, podendo refletir nas respostas e conhecimento sobre a doença, logo outros estudos com populações distintas devem ser realizados para complementar o estudo sobre o conhecimento da HAS.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Fundação Araucária por meio da bolsa PIBIC-AF-IS pelo financiamento deste estudo científico.

REFERÊNCIAS

BARROSO, Weimar Kunz Sebba *et al.* Diretrizes brasileiras de hipertensão arterial-2020. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 116, p. 516-658, 2021.

BERARDINELLI, Lina Márcia Miguéis *et al.* Hipertensão arterial e conhecimento popular: potencializando o cuidado. **Rev. Enfermagem UERJ**, v.21, n.4, p. 446-451, 2013.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Gabinete do Ministro. Portaria nº 3.008, de 04 de nov. de 2021. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-gm/ms-n-3.008-de-4-de-novembro-de-2021-356965606> acesso em 27 de set. de 2023.

LIMA, Márcia Theophilo, BUCHER, Julia Sursis, LIMA, José Wellington de Oliveira. A hipertensão arterial sob o olhar de uma população carente: estudo exploratório a partir dos conhecimentos, atitudes e práticas. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 20 n. 4, p. 1079-1087, 2004.

MINAYO, Maria Cecilia, Deslandes, Suely Ferreira, Gomes, Romeu. Pesquisa Social - Teoria, método e criatividade. **Petrópolis, RJ: Vozes**, 2015.