

O ENFERMEIRO COMO EDUCADOR: CONSCIENTIZAÇÃO E ACOMPANHAMENTO DE PACIENTES HIPERTENSOS

Jaqueline Aparecida Rodrigues da Costa¹, Márcia Féldreman Nunes Gonzaga², Janaina Daniel Ouchi³, Rodrigo Boscarior², Renato Vasques⁴, Jacqueline Sardela Covos⁴

Resumo

A enfermagem é imprescindível quando se fala em educação em saúde, o presente estudo teve por **Objetivo:** demonstrar a importância do enfermeiro como educador em saúde e seus cuidados para com pacientes hipertensos e propensos a esse risco. **Materiais e Método:** Foi realizada uma revisão bibliográfica relacionada ao tema usando as bases de dados PubMed, Scielo, Google Acadêmico, Ministério da Saúde, BVS e Biblioteca Física da Faculdade Anhanguera de Sorocaba, foram usadas fontes dentro do período de 2005 a 2023. **Resultados:** Através desse estudo foi apresentada a fisiopatologia da Hipertensão Arterial que é uma doença caracterizada por níveis de pressão arterial iguais ou superiores a 140/90 mmHg, os possíveis agravos e a relevância da prevenção, a importância do enfermeiro na assistência para com pacientes hipertensos ou propensos ao risco, buscando-se evidenciar o eixo da prevenção. **Conclusão:** Mediante ao apresentado concluiu-se que o profissional enfermeiro tem papel fundamental no cuidado e prevenção a Hipertensão Arterial, desde a conscientização até a assistência direta, sendo assim, grande aliado nessa causa.

Descritores: hipertensão; prevenção; cuidados; enfermeiro.

Abstract

Nursing is essential when talking about health education, this study have **objective:** demonstrate the importance of nurses as health educators and their care for hypertensive patients prone to this risk.

Materials and Method: A bibliographical review related to the theme was carried out using the databases PubMed, Scielo, Google Scholar, Ministry of Health, VHL and Physical Library of Faculdade Anhanguera de Sorocaba, sources within the period from 2005 to 2023 were used. **Results:** In this study, the pathophysiology of Arterial Hypertension was presented, which is a disease characterized by blood pressure levels equal to or greater than 140/90 mmHg, the possible injuries and the relevance of prevention, the importance of nurses in assisting hypertensive patients or patients prone to risk, seeking to highlight the axis of prevention. **Conclusion:** Based on what was presented, it was concluded that the professional nurse has a fundamental role in the care and prevention of Hypertension, from awareness to direct assistance, thus being a great ally in this cause.

Descriptors: hypertension; prevention; care; nurse.

1. Bacharel de Enfermagem da Faculdade Anhanguera de Sorocaba
2. Dr. Docente do curso de Enfermagem da Faculdade Anhanguera de Sorocaba
3. Coord. M^a Docente do curso de Enfermagem da Faculdade Anhanguera de Sorocaba
4. Ms. Docente do curso de Enfermagem da Faculdade Anhanguera de Sorocaba

Introdução

Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível (DCNT) que se caracteriza por níveis pressóricos elevados por elevação persistente da pressão arterial (PA), ou seja, PA sistólica (PAS) maior ou igual a 140 mmHg e/ou PA diastólica (PAD) maior ou igual a 90 mmHg. Está presente na vida de grande parte da população mundial, exige cuidados medicamentosos e mudança no estilo de vida para que se haja um controle. Apesar de ser tão presente, muitas das vezes ela cai no esquecimento pela própria população que não prioriza uma vida saudável (BARROSO *et al.*, 2021).

No que diz respeito aos diagnósticos de enfermagem para os pacientes com hipertensão ou pré-hipertensão, a maioria se volta para um conhecimento deficiente sobre a patologia ou aos seus cuidados, Geralmente essa morbidade não apresenta sintomas (assintomática), Uma das ações do enfermeiro é realizar a consulta de enfermagem, abordagem dos fatores de riscos, ações educativas,

treinamento para os técnicos e auxiliares de enfermagem, dentre outros muitos outros cuidados (LIMA, 2017).

O profissional enfermeiro é um grande aliado ao combate e controle da hipertensão pois está próximo da população e da comunidade, podendo compreender e implementar estratégias para passar o conhecimento e a informação necessária ao seu público-alvo. Trabalhando em conjunto, o profissional e a população, existem maiores chances de eficiência (SECRETARIA DA SAÚDE, 2023).

Trabalhando nesse eixo educativo e preventivo pode-se tanto realizar a manutenção dessa condição patológica, quanto prevenir potenciais agravos, já que a hipertensão proporciona riscos aumentados para outras doenças cardiovasculares (RIBEIRO *et al.*, 2012).

O presente trabalho teve justamente por objetivo entender como o enfermeiro pode atuar no cuidado e prevenção da hipertensão arterial, tanto na parte assistencial como educativa. Demonstrando que entendendo os meios e estratégias de atuação do enfermeiro na questão da hipertensão, os resultados podem ser cada vez melhores.

Materiais e Método

Foi realizada uma revisão bibliográfica na qual foram buscados artigos científicos, cartilhas, manuais e livros nas bases de dados PubMed, Scielo, Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Biblioteca Física da Faculdade Anhanguera de Sorocaba, com enfoque no tema abordado. Os artigos científicos selecionados são dos últimos 5 anos, período de 2018 a 2023. Foram encontrados 128 artigos, fizemos a leitura exhaustiva de todos os resumos e selecionamos 13 como critério de inclusão, que tratavam a questão da Hipertensão Arterial de um modo geral e não apenas direcionado para uma faixa etária como os demais. Como critério de exclusão, utilizamos a leitura minuciosa dos artigos encontrados, assim excluímos os artigos que não estavam no idioma em português. Já para os livros foi considerado o período de 2005-2023 devido fidedignidade e qualidade do material encontrado. Descritores: hipertensão; prevenção; cuidados; enfermeiro.

Desenvolvimento teórico

Fisiopatologia da hipertensão arterial

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível (DCNT) caracterizada por níveis pressóricos elevados e persistentes, com pressão arterial (PA) sistólica maior ou igual a 140 mmHg e PA diastólica maior ou igual a 90 mmHg (BARROSO *et al.*, 2021).

De acordo com as Diretrizes Brasileiras de Hipertensão (2020), deve-se usar a técnica correta para obter uma medida de PA fidedigna e para que se faça um diagnóstico assertivo, salientam que é necessário aferir a PA em duas ocasiões diferentes e em ambas o paciente não deve estar sob o efeito de anti-hipertensivos.

Existem vários mecanismos fisiológicos para a regulação da pressão arterial (PA), alterações que atrapalhem o funcionamento desses podem levar a alterações nos valores pressóricos e desequilíbrio no funcionamento da circulação de um modo geral. Além das questões fisiológicas, tem-se também a questão de fatores externos como, por exemplo, o estilo de vida que pode alterar a PA (SILVA; SOUZA., 2004).

De acordo com Guyton e Hall (2017), o sistema nervoso autônomo faz papel fundamental na questão da circulação, ele faz parte do controle da mesma, podendo regular a pressão arterial a curto prazo. O sistema nervoso simpático é o protagonista que tange a circulação e dentre as funções que exerce estão o aumento da frequência cardíaca, aumento da força e volume do bombeamento.

Sabendo-se que o sistema nervoso autônomo, principalmente a parte simpática, tem grande importância sobre a circulação sanguínea, é correto afirmar que sua disfunção tem impacto sobre a pressão arterial.

Os rins também são protagonistas no sistema circulatório, podendo atuar na regulação da pressão arterial a longo prazo

“O sistema rim-líquidos corporal, para o controle da pressão arterial atua lenta, mas poderosamente, como se segue: se o volume sanguíneo aumenta e a capacitância vascular não é alterada, a pressão arterial se elevará também. Essa elevação faz com que os rins excretem o volume excessivo, normalizando, assim, a pressão.” (GUYTON & HALL, 2017, 3ª ed., p. 227)

Um mecanismo renal importante para regulação da pressão arterial é o sistema renina-angiotensina-aldosterona. Guyton e Hall (2017) explicam que quando há queda na pressão arterial os rins liberam a enzima Renina no sangue, essa enzima ativa o angiotensinogênio e converte ele em angiotensina I, no momento em que a angiotensina I chega aos pulmões ela é convertida em Angiotensina II pela enzima conversora de angiotensina (ECA); a angiotensina II age como vasoconstritora e faz com que o sangue diminua a pressão de filtração nos rins; juntamente age a aldosterona que faz com haja reabsorção de sódio e conseqüentemente aumenta o volume de sangue circulante no restante do corpo, gerando aumento da pressão arterial.

Por ter um papel significativo na regulação da pressão arterial, o rim deve estar saudável

para exercer essa função. Quando há alguma interferência nesse órgão, a pressão também será alterada. É válido ressaltar que Guyton e Hall (2017) descrevem que quantidades excessivas de angiotensina II circulantes no sangue, podem ajustar o mecanismo a manter a pressão arterial sempre acima do normal, o que acaba sendo um risco potencial para desencadear elevação crônica da pressão. Em se tratando dos fatores de risco para desenvolver Hipertensão Arterial, tem-se vários e dentre eles Barroso *et. al.* (2020) citam: genética, idade, sexo, etnia, sobrepeso/obesidade, ingestão de sódio e potássio, sedentarismo, álcool, fatores socioeconômicos.

As causas são múltiplas e pode haver mais de uma causa envolvida para cada caso. Smeltzer e Bare (2005) apontam que a hipertensão pode ter uma ou mais das seguintes causas:

Atividade do sistema nervoso simpático associado à disfunção autonômica. Incremento da reabsorção renal de cloreto de sódio e água associado à variabilidade genética na forma como os rins processam o sódio, aumento da atividade do sistema renina-angiotensina-aldosterona o que leva a um aumento do volume de fluido (SILVA; LIMA., 2006).

Aumento da resistência vascular extracelular e sistêmica; Diminuição da vasodilatação arteriolar relacionada à disfunção endotelial vascular; A resistência à ação da insulina, que pode ser um fator comum entre hipertensão, diabetes mellitus tipo 2, hipertrigliceridemia, bem como a obesidade e intolerância à glicose (BLANCO, 2014).

Os riscos da hipertensão e a prevenção de agravos

A Hipertensão Arterial pode desencadear diversas outras doenças e agravos. Segundo Barroso *et. al.* (2020) “por se tratar de condição frequentemente assintomática, a HA costuma evoluir com alterações estruturais e/ou funcionais em órgãos-alvo, como coração, cérebro, rins e vasos”. Dentre os agravos/complicações da Hipertensão Arterial relacionados aos órgãos-alvos destacam-se:

coração: doença arterial coronária (DAC), insuficiência cardíaca (IC), fibrilação atrial (FA) e morte súbita; cérebro: acidente vascular encefálico (AVE) isquêmico (AVEI) ou hemorrágico (AVEH), demência; rins: DRC que pode evoluir para necessidade de terapia dialítica; e sistema arterial: doença arterial obstrutiva periférica (DAOP) (BARROSO *et.al.*, 2020, p. 528).

E não são somente os hipertensos estão susceptíveis a essas complicações, os pré-hipertensos já possuem um risco aumentado. Barroso *et.al.* (2020) salientam “mesmo ainda considerados como não hipertensos, deveriam ser melhor avaliados e estratificados”

Quadro 5.4 – Classificação dos estágios de hipertensão arterial de acordo com o nível de PA, presença de FRCV, LOA ou comorbidades

FR, presença de LOA ou doença	PA (mmHg)			
	Pré-hipertensão PAS 130-139 PAD 85-89	Estágio 1 PAS 140-159 PAD 90-99	Estágio 2 PAS 160-179 PAD 100-109	Estágio 3 PAS > 180 PAD > 110
Sem FR	Sem risco adicional	Risco baixo	Risco moderado	Risco alto
1 ou 2 FR	Risco baixo	Risco moderado	Risco alto	Risco alto
≥ 3 FR	Risco moderado	Risco alto	Risco alto	Risco alto
LOA, DRC estágio 3, DM, DCV	Risco alto	Risco alto	Risco alto	Risco alto

PA: pressão arterial; FR: fator de risco; PAS: pressão arterial sistólica; PAD: pressão arterial diastólica; LOA: lesão em órgão-alvo; DRC: doença renal crônica; DM: diabetes melito; DCV: doença cardiovascular.

Fonte: Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial, 2020.

Para prevenir esses agravos a melhor escolha é a mudança no estilo de vida (MEV), porém sua adesão é um tanto difícil e requer uma mobilização de diversas áreas:

As mudanças no estilo de vida (MEV) são de difícil implementação, e a sociedade como um todo deve participar deste esforço. São importantes programas contínuos de educação em saúde dirigidos a alunos de escolas profissionalizantes; alunos de primeiro e segundo graus; equipes de instituições; empresas; e comunidade. (BARROSO *et. al.*, 2020, p. 232)

Barroso *et. al.* (2020) descrevem que é importante para o estilo de vida manter um controle do peso corporal se mantendo no peso normal de acordo com o IMC; ter uma dieta saudável, com enfoque na redução da ingestão de sódio e gorduras saturadas, investindo mais em verduras, legumes e frutas; ingestão de alimentos ricos em potássio e pobres em sódio; sair do sedentarismo e abraçar atividades físicas como hábito; cuidar da saúde mental; e controle do tabagismo

O enfermeiro na assistência a pacientes hipertensos e educação em saúde

Como já visto anteriormente, a Hipertensão Arterial é uma doença que pode ser evitável e prevenível, portanto é importante trabalhar nessa questão de evitar e prevenir para garantir uma qualidade de vida. O enfermeiro é um dos profissionais que está mais próximo da população e por isso pode agir na promoção da saúde e prevenção.

O local mais propício para conseguir atingir o público-alvo com a promoção de saúde e prevenção é a Atenção Primária à Saúde (APS), Gomes *et. al.* (2021) diz “a evolução das doenças crônicas pode ser controlada e os agravos minimizados, se o sistema de saúde estiver organizado para o atendimento desse público, sendo a Atenção Primária à Saúde (APS) o locus primordial para esse cuidado.”

Smeltzer e Bare (2005) citam como principais e mais comuns diagnósticos de enfermagem para o paciente hipertenso: “Conhecimento deficiente no tocante a relação entre o regime de

tratamento e o controle do processo patológico; e, Falta de adesão ao regime terapêutico relacionada com os efeitos colaterais da terapia prescrita”.

Tendo em vista esses diagnósticos, fica evidente a missão do enfermeiro como educador no processo de cuidar. É importante ressaltar que o cuidado é tanto para os pacientes já diagnosticados com hipertensão quanto para os propensos ao desenvolvimento dessa doença.

As teorias de enfermagem são grandes aliadas na elaboração e aplicação de cuidados, a Teoria da Adaptação de Sister Callista Roy, por exemplo, é um importante apoio no manejo de pacientes com hipertensão arterial. Cavalcante *et. al.* (2021) abordam essa teoria aplicada:

A Teoria da Adaptação de Roy compreende a pessoa como um sistema de adaptação holístico em constante exposição a estímulos que interferem em sua vida, sendo os cuidados de enfermagem uma forma de produção de estímulos e respostas que ajudam o indivíduo na manutenção de sua saúde e na adaptação diante de seu processo saúde-doença [...] conforme a teoria, os cuidados de enfermagem a pessoa com HAS devem promover estímulos que favorecem o autoconhecimento do paciente e a educação em saúde para o autocuidado (CAVALCANTE *et al.*, 2021, p.403)

Cavalcante *et. al.* (2021) também abordaram a Teoria do Déficit de Autocuidado de Orem, que acaba se relacionando perfeitamente com os principais diagnósticos de enfermagem para o paciente hipertenso.

Através da implementação dessa teoria, os cuidados prestados pelo enfermeiro possibilitam a manutenção de aspectos que mais necessitam de autocuidado, o que se revela como relevante por qualificar e individualizar a assistência no sentido de empoderar o hipertenso em seu autocuidado como ser capaz de tomar decisões adequadas para manter, restaurar ou melhorar sua saúde (CAVALCANTE *et al.*, 2021, p. 403)

A atuação multiprofissional é importante para melhores resultados, Barroso *et. al.* (2020) também descrevem sobre esse efeito positivo “A atuação multiprofissional tem sido utilizada com sucesso em serviços de atenção primária, secundária e terciária à saúde”. Existem ações comuns a todos os integrantes da equipe e específicas para cada profissional.

Barroso *et. al.* (2020) listam as principais ações do enfermeiro no tratamento com o paciente hipertenso, dentre elas estão: acolher e descobrir juntamente ao usuário os obstáculos do cotidiano que atrapalham seu cuidado, e buscar um caminho para superá-los; capacitar e incentivar ao autocuidado; promover estratégias para promover e avaliar a adesão dos pacientes ao tratamento; visitas domiciliares.

O enfermeiro tem diversas ferramentas para agir nesse âmbito, porém quando se olha para realidade nem sempre se tem sucesso. O estudo de Lima *et. al.* (2021) traz um pouco da realidade dos enfermeiros:

Todos os enfermeiros entrevistados afirmaram que uma das principais ferramentas utilizadas para prevenir a HAS é a educação em saúde, fazendo uso de palestras, rodas de conversas, busca ativa de pacientes com fatores de risco, dentre outras ferramentas de educação. É notório que as ações de educação em saúde realizada pelos enfermeiros não atingem totalmente toda a população adscrita. Uma vez que uma equipe é responsável por um número relativamente alto de famílias e atingir diretamente cada uma delas torna-se um pouco difícil (LIMA *et. al.*, 2021, p. 6)

Com isso pode-se perceber que o enfermeiro é protagonista na questão educação a saúde e assistência, é capaz de levar o conhecimento e tem ferramentas para isso, porém existe uma massa de fatores, assim como os citados anteriormente, que podem impedi-lo de obter sucesso nas ações.

Resultados e discussão

Foram buscadas fontes que tratassem as questões de fisiopatologia, fisiopatologia integrada aos cuidados de enfermagem e materiais que descrevessem a importância do enfermeiro no que diz respeito ao paciente hipertenso e os pacientes propensos a desenvolver a hipertensão arterial. Para a fisiopatologia e fisiopatologia integrada aos cuidados de enfermagem foram selecionados livros do acervo físico da faculdade dentro do período de 2005 a 2020, dos quais foram sintetizadas as informações e como resultado foram descritos os mecanismos fisiológicos de regulação da pressão arterial, fatores que levam a desenvolver a fisiopatologia e principais diagnósticos de enfermagem relacionado ao paciente hipertenso.

Para se investigar os riscos e prevenção de agravos foi usada a cartilha das Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial realizada pelo Departamento de Hipertensão Arterial da Sociedade Brasileira de Cardiologia (DHA-SBC), pela Sociedade Brasileira de Hipertensão (SBH) e Sociedade Brasileira de Nefrologia (SBN), lançada no ano de 2020, que pelas buscas concluiu-se que é a mais recente. Como resultados ela traz que os principais agravos são relacionados a lesões de órgãos-alvo como coração, cérebro, rins e vasos; já no que diz respeito a prevenção de agravos um dos principais métodos é a mudança do estilo de vida.

Para buscar evidências recentes sobre o papel assistencial e educativo do enfermeiro nesse âmbito foram buscados artigos dos últimos 5 anos, período de 2018 a 2023. A maioria retornou resultados que sugeriram que o enfermeiro tem papel importante, e dentre suas missões estão

acompanhar os pacientes hipertensos e colocar em prática a educação em saúde, e o principal local onde pode desenvolver isso é na atenção básica e saúde da família. Porém devido à grande demanda de funções e pouca adesão da população, o enfermeiro, na maioria das vezes, não consegue realizar essas práticas.

Conclusão

Após as discussões presentes nesse estudo, verificou-se que o enfermeiro se demonstra importantíssimo na questão do combate a hipertensão e assistência ao paciente hipertenso. São inúmeras as estratégias que podem ser usadas por esse profissional nesse âmbito, podendo-se usar de teorias de grandes nomes da história da enfermagem.

Afinal evidenciou-se que o enfermeiro tem um suporte teórico muito rico para usar em suas estratégias para promoção de saúde, prevenção e assistência, sendo que a educação em saúde se demonstrou grande aliada no combate a hipertensão pois através dela é possível levar a informação e capacitar o paciente para o autocuidado.

Logo também ficou notório que existem obstáculos que podem atrapalhar o desempenho do enfermeiro em suas atividades, como a questão da exacerbada quantidade de pacientes por equipe aumentando proporcionalmente as demandas, o que faz com que o profissional tenha um tempo muito limitado para desenvolver atividades educativas.

Diante disso é importante buscar desde já a valorização da enfermagem em condições justas de trabalho, com demandas que possam ser atendidas por inteiro e que permitam que o enfermeiro coloque em prática por completo ações de educação em saúde e prevenção.

Através desse estudo se demonstra indispensável que desde a formação acadêmica o futuro enfermeiro aprenda sua importância como educador em saúde, afinal, a prevenção é uma excelente estratégia para diminuir agravos. Assim se torna essencial a capacitação de enfermeiros em formação e já formados, para darem prioridade a educação em saúde, promoção da saúde e prevenção.

Referências bibliográficas

- BLANCO, YANUEL GALLARDO. Estratégia de implementação do Protocolo de Hipertensão Arterial, nas áreas indígenas de amarante do maranhão, por A equipe multidisciplinares da área de abrangência. **Universidade Federal de São Pablo**, 2014. Disponível em: https://ares.unasus.gov.br/acervo/bitstream/ARES/20849/1/41407_YANUEL%2520GALLARDO%2520BLANCO.pdf. Acesso 28 jun 2023.
- Barroso WKS, Rodrigues CIS, Bortolotto LA, Mota-Gomes MA, Brandão AA, Feitosa ADM, Machado CA, et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. **Arq. Bras. Cardiol.** 2021;116(3):516-658. [online]. 2021, v. 116, n. 3, pp. 516-658. DOI:<https://doi.org/10.36660/abc.20201238> Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abc/a/Z6m5gGNQCvrW3WLV7csqbqh/?lang=pt> Acesso em: 24 mar. 2023.
- CAVALCANTE, F. M. L.; OLIVEIRA, I. K. M.; CAMPOS, M. P.; SOUSA, F. W. M.; Tatiane de Sousa PAIVA, T. S.; BARROS, L. M. Teorias de enfermagem utilizadas nos cuidados a hipertensos. **Enferm Foco.** 2021;12(2):400-6. Disponível em: <http://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2021/09/teorias-enfermagem-utilizadas-cuidados-hipertensos.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2023.
- GOMES LABEGALINI, C. M.; AGUIRRE, H. C.; PERUZZO, H. E.; COSTA BORIM CHRISTINELLI, H.; DE SOUZA, R. R.; SILVA MARCON, S.; RAMOS COSTA, M. A. Health care for hypertensive and diabetic people: nurses' perception. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 21, 17 Oct. 2022. Disponível em: DOI:<https://doi.org/10.4025/ciencuidsaude.v21i0.61580>. Acesso 29 jun 2023.
- GUYTON, A.C. e Hall J.E.– Tratado de Fisiologia Médica. Editora Elsevier. 13ª ed., 2017.
- LIMA, A. K. L.; NEVES, J. C.; CARDOSO, S. P.; SILVA, A. A.; OLIVEIRA, L. S.; RODRIGUES, R. L.; PEREIRA, J. F. dos S.; SOARES, R. D.; PEREIRA, A. D.; AROUCHA, L. A. G. Atuação da enfermagem na prevenção da hipertensão arterial. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 5, p. e7373, 30 maio 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/7373>. Acesso em: 15 mar. 2023.
- LABEGALINI, C. M. G.; AGUIRRE, H. C.; PERUZZO, H. E.; CHRISTINELLI, H. C. B.; SOUZA, R. R.; MARCON, S. S.; COSTA, M. A. R. Atendimento de saúde a pessoas hipertensas e diabéticas: percepção de enfermeiros. **Ciênc. cuid. saúde** ; 21: e61580, 2022. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1404240>. Acesso em: 04 mar. 2023.
- LIMA, JORGE LUIS, Hipertensão arterial sistêmica: Diagnósticos e prescrições de enfermagem. Disponível em: <https://www.professores.uff.br/jorge/wp-content/uploads/sites/141/2017/10/22has1.pdf>. Acesso em 28 jun. 2023.
- RIBEIRO, Amanda Gomes; COTTA, Rosângela Minardi Mitre; RIBEIRO, Sônia Machado Rocha. The promotion of health and integrated prevention of risk factors for cardiovascular diseases. **Ciência & saúde coletiva**, v. 17, n. 1, p. 7, 2012. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000100002>. Acesso em 29 jun. 2023.

SECRETARIA DO ESTADO DE SAÚDE: BRASIL. MS. Governo do Estado reforça os cuidados para Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial. Categoria: **Rede de Atenção às Pessoas com Doenças Crônicas**. 2023. Disponível em: <https://www.saude.ms.gov.br/governo-do-estado-reforca-os-cuidados-para-prevencao-e-combate-a-hipertensao-arterial/>. Acesso 29 jun 2023.

SILVA, JORGE LUIZ LIMA; LIMA, RODRIGO PEREIRA. Orientações quanto a prevenção da hipertensão arterial sistêmica. E seus agravos: alguns apontamentos.

Informe promoção da saúde, v.2, n.2.p.13-15. 2006. Disponível em:

https://www.professores.uff.br/jorge/wp-content/uploads/sites/141/2017/10/orient_prev_has.pdf.

Acessado 28 jun.2023.

SILVA, Jorge Luis Lima; SOUZA, Solange Lourdes de - Fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica versus estilo de vida docente. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 06, n. 03, 2004. Disponível em <http://www.revistas.ufg.br/index.php/fen>. Acesso em 28 jun 2023.

SMELTZER, Suzanne C. *et al.* **PLT Tratado de enfermagem médico-cirúrgica. Brasil**. Rio de Janeiro: GUANABARA KOOGAN S.A., 2005.