12º CONGRESSO INTERNACIONAL EM SAÚDE
CISaúde - 2025
Saúde em tempo de crise: tecnologias emergentes e equidade no acesso
06 a 09 de maio de 2025

Tipo de Trabalho: Resumo Simples
Seção: Medicina

FATORES DE RISCO E ESTILO DE VIDA HIPERTENSOS ADSCRITOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE 1

Leonardo Gaviraghi Bidin[2], Alexandre Luís Froner[3], Bernardo Daltroso Freitas dos Reis[4], Pedro Augusto Schafer da Silva[5], Samuel Altamir da Silva[6], Letícia Flores Trindade[7], Brenda da Silva[8].

[1] Trabalho elaborado nas Unidades de Ensino e Aprendizagem: Saúde coletiva: Diagnóstico da Saúde da Comunidade e Formação Geral e Desenvolvimento Pessoal: Bases do Conhecimento Científico no curso de Medicina da Universidade Regional do Noroeste do Rio Grande do Sul - Unijuí.
[2] Estudante do Curso de Medicina da Unijuí. E-mail: leonardo.bidin@sou.unijui.edu.br.
[3] Estudante do Curso de Medicina da Unijuí. E-mail: bernardo.reis@sou.unijui.edu.br.
[4] Estudante do Curso de Medicina da Unijuí. E-mail: alexandre.froner@sou.unijui.edu.br.
[5] Estudante do Curso de Medicina da Unijuí. E-mail: pedro.schafer@sou.unijui.edu.br.
[6] Estudante do Curso de Medicina da Unijuí. E-mail: samuel.silva@sou.unijui.edu.br.
[7] Enfermeira. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Atenção Integral à Saúde (PPGAIS). Docente do Núcleo dos Cursos da Saúde da Unijuí. E-mail: leticia.flores@unijui.edu.br.
[8] Biomédica. Doutora em Farmacologia pela Universidade Federal de Santa Maria. Docente do Núcleo dos Cursos da Saúde da Unijuí. Pesquisadora do Grupo de Pesquisa em Estudos Epidemiológicos e Clínicos - GPEEC Unijuí. E-mail: brenda.s@unijui.edu.br.

Introdução: As doenças cardiovasculares são condições crônicas não transmissíveis que representam a principal causa de morbimortalidade no mundo, afetando milhões de pessoas anualmente e gerando um grande impacto financeiro nos sistemas de saúde. No Brasil, a hipertensão arterial sistêmica (HAS) afeta cerca de 27,9% da população adulta em 2024, sendo uma das principais causas associadas a eventos cardiovasculares graves como infarto e acidente vascular encefálico (AVC). A HAS é uma condição clínica caracterizada por níveis pressóricos iguais ou superiores a 140/90 mmHg, de forma sustentada. Seus fatores de risco são classificados em dois grupos: modificáveis, relativos ao estilo de vida, como alimentação inadequada, sedentarismo, tabagismo e consumo excessivo de álcool; e não modificáveis, que são próprios do indivíduo, como idade, sexo e hereditariedade. Cada fator de risco contribui a sua maneira para a fisiopatologia da doença, o consumo elevado de sódio e gorduras eleva a resistência vascular periférica; o sedentarismo reduz a eficiência cardiovascular; o tabagismo causa lesões endoteliais e promove vasoconstrição; o álcool em excesso altera a função autonômica; a idade avançada e a genética influenciam na rigidez arterial e nos mecanismos de controle da pressão arterial (PA). De outro lado, a adoção de um estilo de vida saudável, com alimentação balanceada, prática regular de atividade física, abandono do tabagismo e controle do consumo de álcool, tem potencial para reduzir significativamente a carga das doenças cardiovasculares, além de promover melhor qualidade de vida à população. **Objetivos:** Analisar a prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em uma população hipertensa atendida na atenção básica de um município da região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência com

abordagem qualitativa, transversal e descritiva, realizado no contexto das unidades de ensino e aprendizagem do curso de Medicina da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ). A população do estudo foi composta por pacientes hipertensos acompanhados na atenção básica. A coleta de dados ocorreu por meio de entrevistas estruturadas, utilizando um questionário previamente elaborado com foco na caracterização sociodemográfica, clínica e nos hábitos de vida dos participantes relativos aos fatores de risco para doenças cardiovasculares. Os dados foram tabulados e analisados em software *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 2.2*. Os resultados foram expressos por média ± desvio padrão e frequências relativa e absoluta. **Resultados:** A amostra foi composta por 50 indivíduos com diagnóstico de HAS, majoritariamente 32 (64%) mulheres, apresentando uma média de idade de 75 ± 8 anos, que variou de 60 a 69 anos. Observou-se ainda, 23 (46%) com baixo nível de escolaridade e 30 (60%) com renda familiar mensal de até um salário mínimo. Descreveu-se neste estudo, alta prevalência de fatores de risco modificáveis entre os hipertensos, como sedentarismo, alimentação inadequada, excesso de peso e consumo de sal e gorduras acima do recomendado. Além disso, muitos relataram dificuldades no acesso a alimentos saudáveis e na adesão a práticas de autocuidado. A presença de comorbidades como diabetes *mellitus* 8 (16%) e dislipidemias 21 (42%) também foi comum, contribuindo para um maior risco cardiovascular. Quanto aos demais fatores de risco modificáveis, 12 (24%) eram ex-fumantes em média há 33 ± 20 anos, 8 (66,6%) dos ex-fumantes não apresentavam a PA controlada. Entre os ex-fumantes, 2 pacientes (16,2%) pararam de fumar há mais de 40 anos e estão com a PA controlada, o que sugere a importância da interrupção do tabagismo para o tratamento da HAS. A quantidade de cigarros fumados por dia variou, porém destaca-se que 7 (46,6%) dos pacientes fumantes ou ex fumantes fumam ou fumavam 20 cigarros por dia. O sedentarismo esteve presente na maior parte dos entrevistados 27 (54%), sendo que entre estes 18 (36%) não tinham a PA controlada. Dentro desse grupo, 5 (33,3%) deles não apresentavam a PA controlada. Outro fator a ser analisado foi a hereditariedade, onde 29 (58%) pacientes têm histórico familiar de HAS e destes, 24 (48%) não estão com a PA controlada. Em relação aos filhos dos pacientes entrevistados, 31 (62%) não são hipertensos. **Conclusões:** A análise dos dados demonstrou que a prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares entre os pacientes hipertensos da atenção básica é elevada, especialmente os fatores modificáveis como o tabagismo e o sedentarismo. Estas condições comprometem o controle da HAS, pois favorecem o aumento da PA, sobrecarregam o sistema cardiovascular e dificultam a eficácia do tratamento medicamentoso, além de elevarem o risco de complicações cardiovasculares e morte. Desta forma, comprometem diretamente o controle da PA e agravam o prognóstico clínico desses indivíduos. Por fim, a presença simultânea de múltiplos fatores de risco evidencia a importância de ações preventivas e de promoção à saúde, com foco no incentivo a hábitos de vida saudáveis e no fortalecimento da atenção primária como espaço estratégico para o cuidado contínuo e integral. **Palavras-chave:** Hipertensão Arterial Sistêmica; Doenças Cardiovasculares; Tratamento Farmacológico; Fatores de Risco.