



Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

**Priscila Juceli Romanoski
Leonilda de Fátima Gonçalves
Matheus Ambrosio**

Área técnica - DAPS



Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

Quadro 1.1 – Principais intervenções que previnem hipertensão arterial

Modalidade	Intervenção NF	Dose	Diferença de PAS obtida
Controle do Peso	Peso/gordura corpórea	Alcançar peso ideal. Esperada diminuição de 1mmHg por cada quilo de peso perdido	- 2/3 mmHg
Dieta saudável	Dieta tipo DASH	Dieta rica em frutas, vegetais, grãos e baixo teor de gordura. Redução de gordura saturada e trans	- 3 mmHg
Redução da ingestão de sódio	Sódio na dieta	Ideal < 2 g ou pelo menos redução de 1,0 g/dia	- 2/3 mmHg
Aumento da ingestão de potássio	Potássio na dieta	3,5 a 5,0 g/dia em dieta rica em potássio	- 2 mmHg
Atividade física	Aeróbia	150 min/semana	-5/7 mmHg
	De resistência dinâmica	8 a 10 exercícios para os principais grupos musculares, 1 a 3 séries, 50 a 80% de 1 RM	
	De resistência isométrica	Exercício de handgrip (preensão de mão) unilateral ou 1 perna, 4 séries, 2 min de contração isométrica, 30% da contração voluntária máximo (CVM), 2-3 min de pausa entre as séries	-4/5 mmHg
Ingestão de álcool	Consumo de álcool	Para quem usa álcool Homens ≤ 2 drinques Mulheres ≤ 1 drinque	-4/5 mmHg

NF: não farmacológica; PAS: pressão arterial sistólica; RM: repetição máxima; mmHg: milímetros de mercúrio. Fonte: Adaptado de Carey et al., 2018.⁶

Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

Material de apoio



<https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MjA2NQ==>



https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacao_alimentar_adultas_hipertensao_v3.pdf



https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf



https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao_cardioprotetora.pdf



GOVERNO DE
SANTA CATARINA
SECRETARIA DA SAÚDE

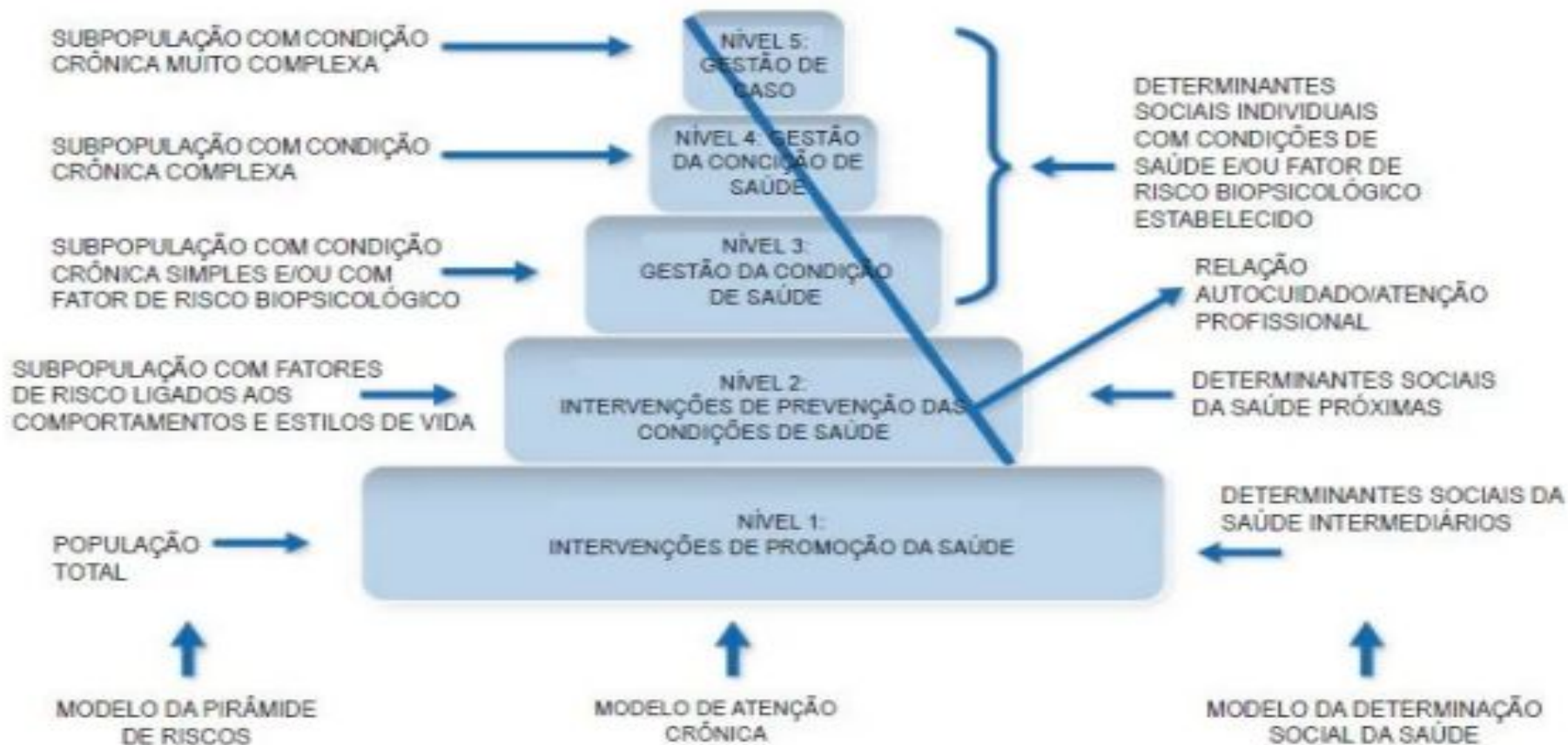
Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

A seguir vamos falar sobre:

1. **Estratificação de Risco Cardiovascular**
2. **Estratificação do cuidado à pessoa com HAS na APS**
Gestão de lista

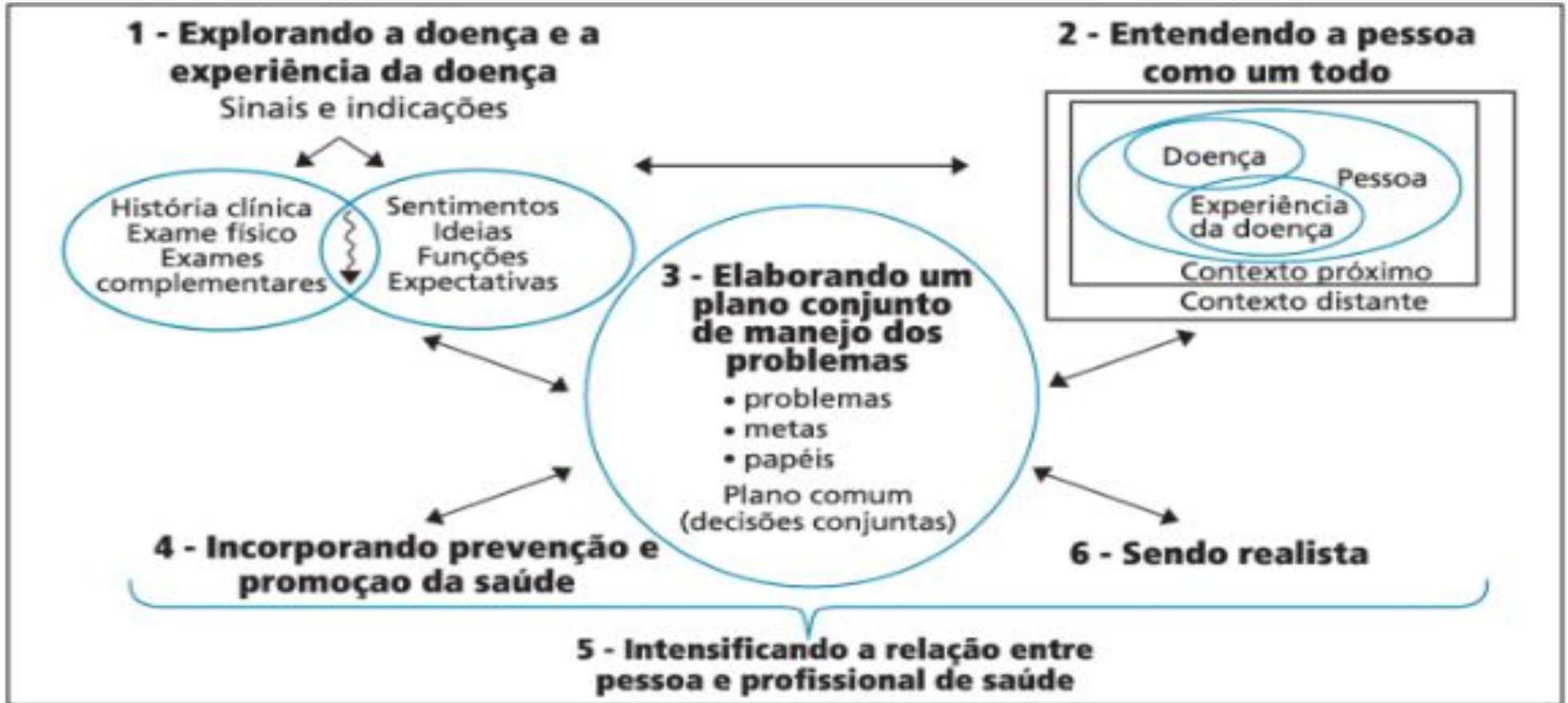


Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial



Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

Equipe Multiprofissional



Eixos da Implementação da Estratégia de Risco Cardiovascular

- Condições de Saúde e Risco da População;
- Condições Socioeconômicas e de Estilo de Vida;
- Condições da Atuação na APS: infraestrutura, equipamento e funcionamento;
- Serviços Disponíveis na Rede de Atuação;



Eixos da Implementação da Estratégia de Risco Cardiovascular

Planejamento

Eixos	Atividades priorizadas	Meta	Parceiros intersetoriais	Responsável	Materiais necessários	Prazo
Promoção da Saúde e Prevenção						
Educação em Saúde						
Cuidado						
Gestão						
Pesquisa						

Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

Estratificação da população com HA

1. Busca ativa em populações alvo - familiares, amigos, etc.
2. Monitoramento dos fatores de risco;
3. Ações de prevenção de agravos para população alvo;
4. Pacto de autocuidado prolongado;
5. Acesso a acompanhamentos de exames;



Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

OPAS



Organização
Pan-Americana
da Saúde



Organização
Mundial da Saúde
Américas

Início / HEARTS nas Américas / Calculadora de risco cardiovascular

Calculadora de risco cardiovascular

O RCV pode ser calculado pelo médico ou enfermeiro seguindo o esquema abaixo ou através da Calculadora para Estratificação de Risco Cardiovascular lançada pela Atualização da Diretriz Brasileira De Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose - 2017 e Diretriz Brasileira de Prevenção de Doença Cardiovascular em Paciente com Diabetes – 2017 disponível no link abaixo:

<https://www.paho.org/pt/hearts-nas-americas/calculadora-risco-cardiovascular>



ACESSE NO SEU
NAVEGADOR

BAIXAR VERSÃO
IOS

BAIXAR VERSÃO
ANDROID



GOVERNO DE
**SANTA
CATARINA**
SECRETARIA DA SAÚDE

Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

Levando em consideração a sugestão da Linha de cuidado e que os resultados de exames o classifiquem com ALTO risco cardiovascular com possibilidade de elaboração de Plano e acompanhamento na APS qual seria a conduta de periodicidade de consulta?

RISCO	CONSULTAS		
	Médico	Enfermeiro	Dentista
Baixo	Anual (1x por ano)	Anual (1x por ano)	Anual (1x por ano)
Moderado	Semestral (2x por ano)	Semestral (2x por ano)	Anual (1x por ano)
Alto	Quadrimestral (3x por ano)	Quadrimestral (3x por ano)	Anual (1x por ano)

Fonte: 1- Secretaria de Estado da Saúde de Santa Catarina. Linha de Cuidado à Pessoa com Hipertensão Arterial Sistêmica. 2019
2- Barroso WKS, Rodrigues CIS, Bortolotto LA, et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. Arq Bras Cardiol. 116(3):516-658. 2021.



GOVERNO DE
SANTA CATARINA
SECRETARIA DA SAÚDE



Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial



A Linha de Cuidado promove a integração de ações e serviços de saúde promovendo atenção de forma contínua, integral, de qualidade, responsável e humanizada.

Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

A Nova Clínica

- Da cura para o cuidado
- Da queixa-problema para o plano de cuidado
- Da atenção centrada na doença e no indivíduo para a atenção centrada na pessoa e na família
- O equilíbrio entre atenção programada e não programada
- Da atenção uniprofissional para a atenção multiprofissional
- Compartilhamento da atenção dos generalistas e dos especialistas - ferramentas como telessaúde - comunicação
- Equilíbrio entre a atenção presencial e a não presencial
- Incremento do cuidado compartilhado interprofissional
- Fortalecimento do autocuidado apoiado

Fonte: Mendes





Agradecemos sua participação!

Telefone 48 - 3664 7276

linhasdecuidadodaps@saude.sc.gov.br



Atenção Integral à Pessoa com Hipertensão Arterial

REFERÊNCIAS

BARROSO WKS, RODRIGUES CIS, BORTOLOTTI LA, et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. Arq Bras Cardiol. 116(3):516-658. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Saúde da Família. Linha de cuidado do adulto com hipertensão arterial sistêmica [recurso eletrônico] Brasília : Ministério da Saúde, 2021.

SANTA CATARINA. Secretaria de Estado da Saúde de Santa Catarina. Linha de Cuidado à Pessoa com Hipertensão Arterial Sistêmica. Florianópolis, 2019.

