

## HIPERTENSÃO ARTERIAL NA TERCEIRA IDADE

Karina Ramos Duarte<sup>1</sup>, Andreia Kelly Rodrigues Cordeiro de Almeida<sup>2</sup>

**Resumo:** *O processo de envelhecimento populacional é um fenômeno de ocorrência mundial podendo ser definido como o aumento proporcional de indivíduos idosos dentro de uma população. Aproximadamente 17 milhões de pessoas no Brasil são portadoras de hipertensão arterial. Esta patologia é um dos maiores problemas de saúde no mundo, se tratando principalmente da população idosa. Nesta pesquisa foi feito um levantamento bibliográfico com objetivo de analisar os fatores contribuintes para a hipertensão arterial. A hipertensão arterial associa-se a uma gama de fatores e doenças sendo capaz de influenciar diretamente na saúde do indivíduo. Fatores socioeconômicos e étnicos relacionam-se de forma complexa com a saúde e, sobretudo, o acesso ao tratamento da hipertensão arterial. Além disso, vícios como tabagismo e alcoolismo, associados à não prática de exercícios físicos elevam os riscos de vida do hipertenso.*

**Palavras-chave:** *idosos, hipertensão, terceira idade.*

**Abstract:** *The aging population is a global phenomenon occurring can be defined as a proportional increase of elderly individuals within a population. Approximately 17 million people in Brazil are suffering from high blood pressure. This pathology is one of the biggest health problems in the world, dealing mainly in the elderly population. This research was done a literature review in order to examine the contributing factors for high blood pressure. Hypertension is associated with a range of factors and diseases being able to directly influence the health of the individual. socioeconomic and ethnic factors are related in complex ways with health and, above all, access to treatment of hypertension. Also, vices such as smoking and alcoholism, not associated with physical exercise increase the risk of life of hypertensive patients.*

---

1 Graduando em Fisioterapia - FACISA/UNIVICOSA- email: karinarduarte1@hotmail.com

2 Professora do Curso de Fisioterapia - FACISA/UNIVICOSA- email: andreia@univicosa.com.br

**Keywords:** *elderly, hypertension.*

## Introdução

O processo de envelhecimento populacional é um fenômeno de ocorrência mundial podendo ser definido como o aumento proporcional de indivíduos idosos dentro de uma população. Tal processo deve-se, principalmente, ao decréscimo na fecundidade juntamente ao ganho em expectativa de vida e declínio das taxas de mortalidade da população. (CARVALHO et al., 2008).

Pesquisas indicam que em 2020 o Brasil será o sexto país em números de idosos ultrapassando 30 milhões de pessoas. De acordo com Veras (2009), boa parte dos 650 mil idosos adicionados a população brasileira anualmente sofre de doenças crônicas e limitações funcionais, fazendo se necessário uma maior atenção aos cuidados da saúde do idoso.

Aproximadamente 17 milhões de pessoas no Brasil são portadoras de hipertensão arterial. Esta patologia é um dos maiores problemas de saúde no mundo, se tratando principalmente da população idosa. (BRASIL, 2006).

Trata-se de uma doença silenciosa, crônica não transmissível, que pode causar graves problemas cardíacos, renais e vasculares. Esses problemas podem acarretar em infarto do miocárdio, acidente vascular encefálico, insuficiência cardíaca. (MINAS GERAIS, 2006).

A terceira idade merece uma atenção maior dos profissionais de saúde devido ao aparecimento de morbididades de que tendem a manifestar nessa faixa etária, sendo assim a hipertensão arterial pode interferir na qualidade de vida destes indivíduos. (LIMA, 2003).

Este trabalho tem como objetivo analisar os fatores contribuintes para hipertensão arterial em idosos.

## **Materiais e Métodos**

O presente estudo foi realizado a partir do levantamento bibliográfico no período de 2000 a 2012, consultando artigos de periódicos nacionais, internacionais e eletrônicos nas bases de dados: diretório e Scielo.

Foram utilizadas para a busca de artigos as seguintes palavras-chaves em português e inglês respectivamente: envelhecimento populacional, doenças crônicas, hipertensão arterial, idosos, fatores de risco.

Foi realizada, a partir da apresentação do histórico e evolução científica do tema, características do envelhecimento populacional e hipertensão arterial na terceira idade, caracterizando o trabalho de revisão bibliográfica.

## **Resultados e Discussões**

De acordo com Péres (2003), hipertensão arterial e doenças associadas a essa são as grandes causadoras do número elevado de internações hospitalares. Esses valores podem ser justificados pela resistência ao tratamento e, na maioria das vezes, pela falta de informação apropriada sobre a patologia, sendo estes os indivíduos que apresentam níveis pressóricos não controláveis.

Pinckering et al, (2005) encontraram uma maior prevalência de hipertensão arterial em idosos que tinham uma baixa escolaridade agregada a nível socioeconômico mais baixo, podendo essa prevalência ser justificada pelo menor acesso a saúde e pouca informação sobre autocuidado.

Segundo Fagard (2005), indivíduos sedentários apresentam uma chance maior de desenvolverem hipertensão quando comparados a indivíduos ativos. Sendo assim, indica-se a prática regular de exercícios físicos para os hipertensos, sendo os exercícios aeróbicos mais eficientes quando o intuito é reduzir as pressões sistólicas e diastólica. Estes idosos fisicamente ativos tendem a ter uma menor taxa de mortalidade se comparados a idosos hipertensos sedentários.

De acordo com Silva (2011) os idosos afrodescendentes tendem a ter

uma maior prevalência e gravidade quanto à hipertensão arterial, sendo isso associado a fatores socioeconômicos e étnicos.

Hábitos como o tabagismo e o uso de bebidas alcoólicas podem influenciar de forma negativa na vida do indivíduo. O consumo exagerado de bebidas alcoólicas, como vinhos, cervejas entre outros tendem a elevar os níveis pressóricos, sendo que este aumento está associado à frequência de ingestão e a quantidade ingerida. O tabagismo além de prejudicial à saúde, também interfere de forma negativa na vida do hipertenso. (BOMBELLI et al., 2005).

### **Conclusão**

A hipertensão arterial associa-se a uma gama de fatores e doenças sendo capaz de influenciar diretamente na saúde do indivíduo. Fatores socioeconômicos e étnicos relacionam-se de forma complexa com a saúde e, sobretudo, o acesso ao tratamento da hipertensão arterial. Além disso, vícios como tabagismo e alcoolismo, associados a não prática de exercícios físicos elevam os riscos de vida do hipertenso.

### **Referências Bibliográficas**

BOMBELLI M, SEGA R, FACCHETTI R, et al. Prevalence and clinical significance of a greater ambulatory versus office blood pressure in a general population. J Hypertens 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília; 2006.

CARVALHO, J. A. M., RODRÍGUEZ-WONG, Laura L. A transição da estrutura etária da população brasileira na primeira metade do século XXI. Cad. saúde pública, v. 24, n. 3, p. 597-605, 2008.

FAGARD RH. Physical activity, physical fitness and te4h incidence of hypertension. J Hypertendion 2005.

LIMA-COSTA, M. F., BARRETO, S. M., GIATTI, L. Condições de saúde, capacidade funcional, uso de serviços de saúde e gastos com medicamentos da população idosa brasileira: um estudo descritivo baseado na pesquisa nacional por amostra de domicílios. Cad Saúde Pública, v. 19, n. 3, p. 735-43, 2003.

MINAS GERAIS. Secretaria de Estado de Saúde. Atenção à Saúde do Idoso. Belo Horizonte: SAS/MG, 2006. 186 p.

PERES, D. S., MAGNA, J. M.; VIANA, L. A. Portador de hipertensão arterial: atitudes, crenças, percepções e práticas. Rev. Saúde Pública, São Paulo, v. 37, n. 5, p. 1- 12, out. 2003.

PINCKERING, T. G. et al. Recommendations for blood pressure measurement in humans and experimental animals. Part 1: Blood pressure measurement in humans. A statement for professionals from the subcommittee of professional and public education of the American Heart Association Council on High Blood Pressure Research. Hyperrenson, Dallas, v45, n. 1, p. 142-161,2005.

SILVA, Jorge Luís Lima; SOUZA, Solange Lourdes de. Fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica versus estilo de vida docente. Revista Eletrônica de Enfermagem, v.6, n.3, 2004.

VERAS, R. P., CALDAS, C. P. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. Ciênc saúde coletiva, v. 9, n. 2, p. 423-32, 2009.