

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO ENTRE PESSOAS ADULTAS COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA

Relatoria: Aline Cristina de Arruda Pereira

Autores: Magda de Mattos
Larissa da Silva Azevedo

Modalidade: Pôster

Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

Tipo: Pesquisa

Resumo:

Introdução: A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma condição clínica multifatorial diagnosticada pela elevação sustentada dos níveis pressóricos ≥ 140 e/ou 90 mmHg, afetando cerca de um terço dos adultos mundialmente e responsável por 2,1% das mortes globais em 2019. Geralmente assintomática, a HAS pode produzir a falsa impressão de saúde, dificultando o autocuidado. Portanto, são necessárias intervenções para promover hábitos saudáveis e prevenir o desenvolvimento de comorbidades. **Objetivo:** Identificar as principais ações de autocuidado que são realizadas pela população adulta com HAS. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada a partir da questão norteadora: Quais são as ações educativas ofertadas para o incentivo do autocuidado entre as pessoas adultas com HA. A busca foi realizada nas bases de dados SciELO, BVS e LILACS a partir dos descritores: Hipertensão, autocuidado e educação em saúde. Nos critérios de inclusão utilizou-se estudos publicados na íntegra, no período de 2014 a 2024 nos idiomas inglês, português ou espanhol. Exclui-se monografias e dissertações. **Resultados:** Foram localizados 25 artigos e selecionado dez que atenderam aos critérios do estudo. Verificou-se que as atividades de cuidado pessoal realizada pelos usuários são: controle pressórico, controle do consumo de sódio, atividades físicas e controle medicamentoso. A maioria das ações em saúde identificadas estão relacionadas aos cuidados com o tratamento medicamentoso. É necessário levar em consideração a influência da melhoria dos hábitos de vida e do incentivo ao autocuidado no processo terapêutico. No contexto das doenças crônicas, o autocuidado é um componente essencial e inseparável do tratamento. Pacientes que o adotam experimentam melhorias significativas nos resultados clínicos, desfrutando de uma melhora na qualidade de vida, menos internações hospitalares e uma maior expectativa de vida. **Considerações finais:** Destaca-se que para melhorar o autocuidado da população adulta com HAS é essencial desenvolver um programa abrangente que inclua educação em saúde personalizada, monitoramento das ações de cuidado pessoal realizadas, incentivo à continuidade, apoio psicológico, engajamento comunitário e avaliação contínua. Desse modo, essas ações combinadas promovem uma gestão eficaz da doença, fornecendo aos usuários as ferramentas e o suporte necessários para controlar adequadamente a pressão arterial e seguir o tratamento medicamentoso corretamente.