



# VII Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar V Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar IV Feira de Empreendedorismo da UNIFIMES

2023

08 A 10 DE MAIO

A Pesquisa e o Desenvolvimento Regional Aliados ao Empreendedorismo



## ESTUDO DE CASO DE PACIENTE HIPERTENSO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Layane Marques de Souza<sup>1</sup>

Guyllherme Saraiva<sup>2</sup>

A Hipertensão Arterial é uma doença crônica não transmissível de alta prevalência, definida por aumento dos níveis pressóricos. O tratamento pode ser medicamentoso e/ou não medicamentoso, e a escolha adequada se dá através de avaliação e anamnese adequada. A mudança do modelo curativo para o preventivo pode ser realizada através da educação em saúde, evitando ou diminuindo os fatores de risco. O objetivo foi a realização de estratificação de risco cardiovascular, orientações terapêuticas e identificação de fatores de risco durante atendimento. Sendo um relato de experiência, descritiva com abordagem qualitativa de atendimento no Centro de Saúde da Família Goiânia Viva no mês de Setembro de 2022. G.R.S., 58 anos, sexo feminino, parda, casada, cuidadora de idosos, mora com esposo hipertenso, renda familiar 2 salários-mínimos, natural de Goiânia – Goiás. Pais falecidos com histórico de câncer. Hipertensa há 2 anos, sedentária, nega tabagismo e etilismo, baixa ingestão de água, alimentação desbalanceada, excesso de carboidratos e gorduras. Antropometria: Peso: 54kg – Altura: 1,49m – Circunferência abdominal: 83cm – P.A. MÉDIA: 170X95 mmHg. Conforme instrumento de risco adicional, possui estratificação de risco cardiovascular moderado, sem fator de risco com hipertensão em estágio 2. Ao diagnóstico foi prescrito Losartana Potássica – 50mg (1.0.0), porém relata que faz uso somente em casos de palpitações, sudorese e cefaleia intensa. O IMC é de 24,32kg/m<sup>2</sup> (eutrófico). Já a Circunferência abdominal é um ponto de atenção para risco cardiovascular ou desenvolvimento de síndrome metabólica. Recordatório alimentar de 24h com consumo de farinha branca, produtos processados e industrializados. Durante atendimento demonstrou não ter consciência de hábitos adequados, bem como sobre a importância do uso do medicamento e fatores de risco que podem agravar seu estado de saúde. Orientado a utilização e a importância do uso do medicamento prescrito continuamente. Readaptações em sua dieta, de carboidratos simples que são pobres em fibras e nutrientes pelos carboidratos complexos por conter fibras e diversos nutrientes e serem absorvidos de forma mais lenta, promovendo maior

<sup>1</sup> Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES) - Campus Trindade. Email: layane\_marques@hotmail.com

<sup>2</sup> Docente do curso de Medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES) - Campus Trindade.



# VII Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar V Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar IV Feira de Empreendedorismo da UNIFIMES

2023

08 A 10 DE MAIO

*A Pesquisa e o Desenvolvimento Regional Aliados ao Empreendedorismo*



de saciedade. Não ultrapassar a ingesta de sódio máxima: 5g de sal de cozinha ou 2g de sódio/dia; fracionar as refeições em 5 a 6 vezes ao dia; verificar o rótulo dos alimentos industrializados. Não consumir temperos e molhos prontos, alimentos embutidos, enlatados e alimentos em conservas e substituir o sal por temperos naturais; evitar pão, bolacha, farinha de mandioca, amido de milho e arroz, batata inglesa, batata doce, aipim, inhame; prefira: alimentos ricos em fibras, como frutas e hortaliça, aveia, cereais, leguminosas, produtos integrais, alimentos desnatados ou do tipo light; ingerir no mínimo 2 litros de água por dia; praticar 150 minutos por semana de atividade física vigorosa, regularmente. Ao estratificar o risco foi possível estabelecer uma conduta clínica mais adequada e evidenciar um prognóstico condizente para a paciente. Portanto, a educação em saúde é a forma mais eficaz de promover saúde e prevenir complicações ocasionadas pelo não controle da hipertensão e a diminuição dos fatores de risco que podem levar a um desfecho prejudicial.

**Palavras-chave:** Hipertensão. Fator de risco. Qualidade de vida.