

V SEMANA DO CONHECIMENTO

**CONSTRUINDO CONHECIMENTOS
PARA A REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES**

1 A 5 DE OUTUBRO DE 2018



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

Resumo

Relato de Caso

IMPORTANCIA DO NUTRICIONISTA E ENFERMEIRO NO CUIDADO DE PACIENTES COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA (HAS).

AUTOR PRINCIPAL: Raquel Debon.

CO-AUTORES: Joane Diomara Coleone.

ORIENTADOR: Ana Carolina Bertoletti de Marchi.

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo.

INTRODUÇÃO

O elevado consumo de sódio advindo do sal dietético e de produtos processados e ultraprocessados, aliado ao crescimento exponencial da prevalência do excesso de peso e obesidade na população brasileira, em todas as faixas etárias, favorece o surgimento e agravamento dos quadros de hipertensão arterial sistêmica (HAS), dislipidemias, doenças cardiovasculares, intolerância à glicose, câncer de estômago, osteoporose, litíase renal e até mesmo de tireoidites autoimunes, devido ao consumo excessivo de sal iodado, dentre outras. Atualmente, a quantidade de sal consumida no Brasil, por pessoa, chega a ultrapassar 12 g/dia (SCHERER; VIEIRA, 2010). Os últimos dados da Pesquisa de Orçamento Familiar demonstraram uma inadequação no consumo de sódio pela população. A disponibilidade domiciliar de sódio no Brasil foi de 4,7 g/pessoa/dia (2.000 kcal) correspondendo ao dobro da quantidade máxima recomendada pela Organização Mundial da Saúde de 2 g/dia (5 g de cloreto de sódio) (MCMANUS; MANT,2018).

DESENVOLVIMENTO:

Trata-se de uma revisão da literatura com busca nas bases de dados Scielo e o portal da Biblioteca Virtual em Saúde – BVS e Science Direct. Resultados: A HAS e as doenças cardiovasculares estão entre as principais causas de morbimortalidade no Brasil e no mundo e uma intervenção focada somente na redução do consumo de sal para 3 g diários pode impactar numa redução do número de casos de acidente vascular cerebral (43%) e infarto agudo do miocárdio (14%). O tratamento não medicamentoso



V SEMANA DO CONHECIMENTO

**CONSTRUINDO CONHECIMENTOS
PARA A REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES**

1 A 5 DE OUTUBRO DE 2018



inclui a intervenção nutricional e apresenta eficácia comprovada na prevenção e no controle da hipertensão arterial. As modificações no estilo de vida isoladamente podem ser suficientes para pacientes com PA levemente elevada e devem sempre ser recomendadas para pacientes recebendo drogas anti-hipertensivas, pois podem reduzir a dosagem dos anti-hipertensivos necessários para alcançar o controle da PA. As principais modificações no estilo de vida recomendadas na prevenção e tratamento da hipertensão incluem atividade física regular, cessação do tabagismo, perda ponderal nos indivíduos com excesso de peso corporal e modificações dietéticas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

As iniciativas na área de Educação Alimentar e Nutricional nas ações políticas para redução do consumo de sódio devem ser valorizadas de modo que as ações educativas façam parte de um contexto mais amplo de promoção da saúde, o que irá interferir na transformação duradoura de hábitos alimentares das populações de risco.

REFERÊNCIAS

MC MANUS, R. J.; MANT, J. Hypertension: New US blood-pressure guidelines-who asked the patients. *Nature Reviews Cardiology*, v. 15, n. 3, p. 137–138, 2018.
SCHERER, F.; VIEIRA, J. L. DA C. Estado nutricional e sua associação com risco cardiovascular e síndrome metabólica em idosos. *Revista de Nutrição*, v. 23, n. 3, p. 347–355, jun. 2010.

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa):

ANEXOS