**Assistência de enfermagem a pessoas portadora de hipertensão arterial sistêmica: relato de experiência**

 Micaeli Honório Andreão Silva1 Emanuele Rocha Da Silva2

 Valkíria Teixeira de Carvalho Véras3

Carla Adriana da Silva Gouveia 4

Uirassú Tupinambá Silva De Lima5

Thycia Maria Cerqueira de Farias6

**Introdução:** Hipertensão Arterial Sistêmica é uma condição clínica multifatorial que é confirmada a partir de duas ou mais aferições em que a sistólicas esteja maior que 140 mmHg e a diastólica maior que 90 mmHg. É um fator de risco para o desenvolvimento de outras doenças como a insuficiência cardíaca1. No Brasil, as doenças cardiovasculares são responsáveis por mais de 250.000 mortes por ano, e a hipertensão arterial sistêmica (HAS) participa de quase metade delas2. Ressalta-se a relevância do cuidado da enfermagem no decorrer do tratamento buscando conhecer e exercer práticas de fortaleçam a confiança do paciente e a orientação, sobre as mudanças do hábitos de vida que pode ser prejudiciais, acompanhando-o juntamente com apoio da família, buscando não só o cuidado mais a promoção, prevenção e reabilitação1. A fim de proporcionar o cuidado integral adequado, destacando-se a importância da Sistematização da Assistência a Enfermagem (SAE), na qualidade da assistência. **Objetivo:** Apresentar um plano de ação para pessoas com hipertensão quanto ao tratamento e controle da doença. **Metodologia:** relato de experiência, realizado por estudantes do curso de Enfermagem – CESMAC, durante uma atividade na disciplina de Semiologia Aplicada à Enfermagem I. **Resultados:** A sistematização da assistência de enfermagem foi planejada a partir dos problemas observados nas pessoas envolvidas nesse relato de experiência, orientando-as através de um plano de ação sobre: controlar a pressão através de dieta com restrição de sal e associado ao uso do medicamento anti-hipertensivo, aumentar a prática diária de exercícios físicos, redução do peso corporal, evitar o uso de álcool e tabaco, monitorar níveis pressóricos pelo menos uma vez dia ou quando necessário e orientar quanto a importância de manter os níveis pressóricos controlados, encaminhar ao serviço de nutrição, melhorar a autoestima, ensinar aos portadores/família sobre o autocuidado. **Conclusão:** Este relato de experiência resulta na culminância como também na importância de uma sistematização da assistência de enfermagem planejada para o tratamento da Hipertensão Arterial, evitando o desenvolvimento de outras doenças e melhoras na qualidade de vida desse paciente.A enfermagem abrange um conjunto de ações que minimizam o sofrimento dessas pessoas de forma humanizada e sistematizada de modo a aprimorar a qualidade da assistência prestada.

**Descritores**: Hipertensão Arterial, Educação em Saúde, Assistência de Enfermagem.

1. GONÇALVES, APAA; PERREIRA, OS; OLIVEIRA, VC; MARCHETE, RA. **A sistematização da assistência de Enfermagem (SAE) no atendimento domiciliar ao paciente portador de hipertensão e insuficiência cardíaca.** Revista saúde em foco. Edição nº9 ano 2017 . Disponível em:http://www.unifia.edu.br/revista\_eletronica/revistas/saude\_foco/artigos/ano2017/068\_sistema\_ass\_enfermagem\_sae.pdf. Acesso em: 24 de Abril de 2019.

2. LONGO, MAT; MORTELLI, A; ZIMMERMANN, A. **Hipertensão arterial sistêmica: Aspectos Clínicos e análise farmacológica no tratamento dos pacientes de um setor de psicogeriatria do Instituto Bairral de psiquiatria no município de Itapira, SP**. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v14n2/v14n2a08.pdf. Acesso em: 24 de Abril de 2019.