**NOVAS FRONTEIRAS NO TRATAMENTO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL: ESTRATÉGIAS FARMACOLÓGICAS E NÃO FARMACOLÓGICAS**

Alice Dandara Lima Pinheiro Gonçalves1

Medicina, dandaraalice001@gmail.com

Marisa de Sá Freitas2

Medicina, Marisa.f.sa11@gmail.com

Karla Leticia Santos da Silva Costa3

Medicina, tice\_54@hotmail.com

Julyanna Assunção Monteiro Vilaça4

Medicina, julyannamonteiro@gmail.com

Maria Júlia lima da Nóbrega5

Medicina, julianobregaa1@gmail.com

Fernando Pinheiro Costa Junior6

Medicina, fcjunior1@gmail.com

Dayane Portuguêz de Souza7

Medicina, Dayane.portuguez.souza@gmail.com

Lucas Barros Fonseca8

Medicina, fonseca03lucas@gmail.com

Vitor Figueiredo Aguiar9

Medicina, erasermx@hotmail.com

Gracielly Gomes da Silva10

Medicina, graci.gomesilva@gmail.com

Hendrix Marçal Carvalho Val11

Medicina, hendrix.val@gmail.com

Luis Felipe Saraiva Cruz12

Medicina, luisfelipecruz107@outlook.com

Isabela Vidal Pinheiro13

Medicina. isabelavidalmedicina@gmail.com

Thiago Amorim de Chaves14

Medicina, Thiagochaves391@gmail.com

Douglas Anese15

Medicina, Douglasanese@hotmail.com

**RESUMO:** Introdução: A hipertensão arterial (HA) é uma condição clínica prevalente que afeta milhões de indivíduos em todo o mundo, sendo um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral e insuficiência renal. O controle inadequado da hipertensão continua a ser um desafio significativo para os sistemas de saúde, com muitos pacientes não alcançando os níveis ideais de pressão arterial. Embora existam tratamentos farmacológicos consolidados, como os inibidores da enzima conversora de angiotensina (IECA), bloqueadores dos receptores de angiotensina (BRA) e diuréticos, novas abordagens terapêuticas, tanto farmacológicas quanto não farmacológicas, têm sido exploradas. Objetivos: Revisar as mais recentes inovações no tratamento farmacológico e não farmacológico da hipertensão arterial. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa de artigos científicos, a partir de bases de dados eletrônicas, como PubMed, e Scielo, utilizando os descritores "Hipertensão arterial”, “Tratamento farmacológico”, “Intervenções não farmacológicas”. Foram incluídos estudos publicados nos últimos 10 anos que abordavam o tema, estudos experimentais, revisões sistemáticas e meta-análises. Foram excluídos estudos publicados há mais de 10 anos, estudos que não abordavam o tema da pesquisa, estudos duplicados, de revisão não sistemática e com amostras não humanas. Os dados foram extraídos e analisados de forma qualitativa. Resultados: As inovações farmacológicas no tratamento da hipertensão têm se concentrado no desenvolvimento de novos medicamentos que atuam em mecanismos ainda pouco explorados, como os antagonistas de receptores de mineralocorticoides (finerenona), que têm mostrado benefícios na redução da pressão arterial, além de efeitos protetores sobre os rins e o coração. Outro avanço importante são as terapias combinadas, que associam diferentes classes de medicamentos, proporcionando um controle mais eficaz da pressão arterial com menos efeitos colaterais. Em particular, combinações de inibidores da ECA com bloqueadores de canais de cálcio têm mostrado bons resultados em diversos estudos clínicos. Por outro lado, as abordagens não farmacológicas, como o controle da alimentação e a prática regular de atividades físicas, continuam a ser pilares fundamentais no tratamento da hipertensão. A dieta rica em frutas, vegetais, e pobre em sódio, como a dieta DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), tem demonstrado efeitos significativos na redução da pressão arterial. Além disso, a prática de exercícios aeróbicos, como caminhada e natação, tem um impacto comprovado na diminuição da pressão arterial sistólica e diastólica, além de melhorar a saúde cardiovascular de forma geral. O monitoramento domiciliar da pressão arterial, com o uso de dispositivos automáticos, também tem se mostrado uma estratégia eficaz na detecção precoce de flutuações hipertensivas e no acompanhamento contínuo do tratamento, permitindo ajustes na terapia de forma mais ágil. Outras intervenções, como o manejo do estresse e a qualidade do sono, têm sido reconhecidas como fatores importantes na modulação da pressão arterial, com estudos indicando que a redução do estresse por meio de técnicas de relaxamento pode complementar o tratamento farmacológico. Contudo, apesar dos avanços, a adesão ao tratamento continua sendo um desafio. O uso combinado de terapias farmacológicas e não farmacológicas, quando integrado de forma personalizada ao perfil do paciente, tem mostrado melhores resultados no controle da hipertensão. Conclusão: As novas abordagens terapêuticas no tratamento da hipertensão arterial, tanto farmacológicas quanto não farmacológicas, têm demonstrado grandes avanços no controle da doença. O desenvolvimento de novas classes de medicamentos e a combinação de diferentes terapias farmacológicas oferecem um controle mais eficaz da pressão arterial, com menos efeitos adversos. Por outro lado, intervenções não farmacológicas, como a prática de exercícios físicos, modificações na dieta e o monitoramento domiciliar, são essenciais para a abordagem integral da hipertensão. A combinação dessas estratégias, quando ajustadas às necessidades individuais dos pacientes, é crucial para a melhoria da adesão ao tratamento e redução dos riscos de complicações cardiovasculares. A conscientização sobre a importância do autocuidado e da adesão ao tratamento é fundamental para o sucesso no controle da hipertensão.

**Palavras-Chave:** Hipertensão arterial, Tratamento farmacológico, Intervenções não farmacológicas.

.

**E-mail do autor principal:** dandaraalice001@gmail.com

**REFERÊNCIAS**

FERREIRA, Paola Aparecida Alves; BODEVAN, Emerson Cotta; DE OLIVEIRA, Leida Calegário. Características sociodemográficas associadas à prevalência de hipertensão arterial sistêmica. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, v. 17, n. 1, 2019.

MAGALHÃES, L. B. N. C.; AMORIM, Andrea Monteiro de; REZENDE, Edna Pereira. Conceito e aspectos epidemiológicos da hipertensão arterial. Rev Bras Hipertens, v. 25, n. 1, p. 6-12, 2018.

MARQUES, Aline Pinto et al. Fatores associados à hipertensão arterial: uma revisão sistemática. Ciência & Saúde Coletiva, v. 25, p. 2271-2282, 2020.

QUEIROZ, Maria Gabriely et al. Hipertensão arterial no idoso-doença prevalente nesta população: uma revisão integrativa. Brazilian Journal of Development, v. 6, n. 4, p. 22590-22598, 2020.

RADOVANOVIC, Cremilde Aparecida Trindade et al. Hipertensão arterial e outros fatores de risco associados às doenças cardiovasculares em adultos. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 22, p. 547-553, 2014.