

# EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PACIENTES COM HIPERTENSÃO

## Health education for patients with hypertension

Evelyn Odete Quintão Zacarias Siqueira - Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga  
Muriel Costa Amaral - Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga  
Priscila Faria Franco - Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga  
Maria Luiza Alves Guerra - Afya Ciências Médicas  
Hugo Henrique de Menezes Vieira - Afya Ciências Médicas  
Enzo Cardoso Maia - Afya

**Introdução:** A hipertensão arterial, também conhecida como pressão alta, é uma condição médica comum que pode levar a complicações graves, como doenças cardíacas e derrames, se não for tratada adequadamente. A educação em saúde é fundamental para ajudar os pacientes a entenderem sua condição, aderirem ao tratamento e adotarem mudanças no estilo de vida para controlar a pressão arterial. **Materiais e Métodos:** Foi realizada uma revisão de literatura entre 2018 e 2023 nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS. Os descritores utilizados foram “educação em saúde”, “hipertensão” e “adesão ao tratamento”. Foram incluídos artigos originais, revisões sistemáticas e estudos observacionais que abordassem estratégias de educação em saúde para pacientes hipertensos. Publicações sem metodologia clara foram excluídas. **Resultados e Discussão:** A educação em saúde para pacientes com hipertensão deve ser contínua e personalizada, abordando aspectos como a importância da adesão ao tratamento medicamentoso, a prática regular de atividades físicas, a adoção de uma dieta saudável, a redução do consumo de sal e a cessação do tabagismo. A educação em saúde pode ser realizada por meio de sessões educativas em grupo, materiais informativos, apoio psicológico e uso de tecnologias de saúde, como aplicativos móveis e plataformas online. O acompanhamento regular é essencial para ajustar o tratamento e reforçar as orientações de saúde. **Conclusão:** A educação em saúde para pacientes com hipertensão é essencial para melhorar a adesão ao tratamento e promover mudanças no estilo de vida que ajudam a controlar a pressão arterial. Uma abordagem multidisciplinar e contínua, com foco na individualização das orientações e no apoio ao paciente, é crucial para alcançar esses objetivos.

**Palavras-chave:** Educação em saúde, hipertensão, adesão ao tratamento, estilo de vida saudável.

### REFERÊNCIAS:

DE LIMA FILHO, Carlos Antonio et al. Educação em saúde como estratégia prestada por enfermeiros a pacientes com hipertensão na perspectiva dos cuidados primários. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 2, p. 1027-1037, 2023.

DE OLIVEIRA, Susiany Ferreira et al. Ações de educação em saúde de enfermeiros da equipe de saúde da família na assistência ao indivíduo com hipertensão arterial sistêmica: revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 12, p. e142111233989-e142111233989, 2022.