ACOMPANHAMENTO LONGITUDINAL E HIPERTENSÃO ARTERIAL

**INTRODUÇÃO:** Segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) os valores de referência para pressão arterial são: 129x84 mmHg. É importante ressaltar que o estilo de vida é essencial no controle de doenças cardíacas, sendo uma dieta balanceada, diminuição da ingestão de carboidratos e bebidas alcoólicas, além da realização de exercício físico regular, medidas não medicamentosas de auxílio no controle de hipertensão. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** A metodologia utilizada foi a visita domiciliar para acompanhamento das medidas de pressão arterial (PA) e os valores aferidos foram de 140x96 mmHg, demonstrando medidas superiores as preconizadas pela SBC. Destaca-se que a paciente já fazia uso de Losartana Potássica e diagnosticada hipertensa. Foi realizada também, a aferição das medidas antropométricas e obtivemos o IMC de 36, o que configura obesidade grau I. Ademais, foi realizada uma nova visita onde, novamente, os valores pressóricos estavam alterados, 180x100 mmHg. A paciente não havia realizado a aferição frequente da pressão arterial para acompanhamento, a médica da Unidade Básica de Saúde (UBS) havia alterado a dosagem da medicação e mesmo com os valores pressóricos altos, a paciente não relatou nenhuma sintomatologia associada. Encaminhou-se a paciente para a UBS para realização de medicação adicional (Capitropil), além do agendamento de consulta para melhor avaliação de suas necessidades. **DISCUSSÃO:** Foi observado, ao longo do estudo que o acompanhamento longitudinal de doenças crônicas e a manutenção dos valores pressóricos dentro da faixa de normalidade são de extrema importância e devem ser feitos por meio do acompanhamento médico, monitoramento dos valores pressóricos e adequação medicamentosa. **CONCLUSÃO:** Por fim, esse estudo demonstrou que as medidas não medicamentosas, como a prática de atividades físicas regular por 150 min ou 3 vezes por semana, associado a melhora dos hábitos alimentares com menor teor de sódio e carboidratos, são medidas efetivas para a diminuição e controle da PA.

**REFERÊNCIAS:**

Barroso, Weimar Kunz Sebba et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. Arquivos brasileiros de cardiologia, v.116. Acesso em 15/04/2022, disponível em <http://departamentos.cardiol.br/sbc-dha/profissional/pdf/Diretriz-HAS-2020.pdf>.

**PALAVRAS CHAVE:** hipertensão arterial, acompanhamento, longitudinal.