

UNIVERSIDADE TIRADENTES
DIREÇÃO DA ÁREA DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DE ENFERMAGEM

NAIARA VALESCA SANTOS SILVA
PAULA ABREU NASCIMENTO DE MORAIS

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS: UM ESTUDO BIBLIOGRÁFICO

Aracaju
2015

NAIARA VALESCA SANTOS SILVA
PAULA ABREU NASCIMENTO DE MORAIS

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS: UM ESTUDO BIBLIOGRÁFICO

Artigo científico apresentado á disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II (TCCII), do curso de enfermagem da Universidade Tiradentes - UNIT, como um dos pré-requisitos para obtenção do grau de Bacharel em Enfermagem. Orientadora Prof.^a Esp. Larissa Keylla Almeida de Jesus.

Aracaju
2015

NAIARA VALESCA SANTOS SILVA
PAULA ABREU NASCIMENTO DE MORAIS

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS: UM ESTUDO BIBLIOGRÁFICO

Artigo científico apresentado à disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II (TCCII), do curso de enfermagem da Universidade Tiradentes- UNIT, como um os pré-requisitos para obtenção do grau de Bacharel em Enfermagem. Orientadora Prof.^a Esp. Larissa Keylla Almeida de Jesus.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Esp. Larissa Keylla Almeida de Jesus

Prof. Msc. Lenilson Santos da Trindade

Prof.^a Esp. Manuela de Carvalho Vieira Martins

Aracaju
2015

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS: UM ESTUDO BIBLIOGRÁFICO

NAIARA VALESCA SANTOS SILVA

PAULA ABREU NASCIMENTO DE MORAIS

Orientadora: Prof.^a Esp. Larissa Keylla Almeida de Jesus.

RESUMO

O processo do envelhecimento é considerado a última etapa do desenvolvimento humano. Envelhecer é um acontecimento natural característico da vida do ser humano, e acontece através de mudanças físicas, psicológicas e sociais que se dão de forma exclusiva para cada indivíduo que tem sua vida prolongada. Estima-se que em 2050, aproximadamente 25% da população mundial terá 60 anos ou mais, com uma expectativa de vida para os países desenvolvidos de 87,5 anos para os homens e 92,5 para as mulheres. Esta pesquisa, portanto, objetiva compreender os mecanismos que desencadeiam a pressão arterial elevada em idosos, trata-se de uma investigação feita por meio de estudo bibliográfico disponíveis em base de dados, como Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Departamento de Informática do SUS (DATASUS), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), Ministério da Saúde (Caderno de Atenção Básica, envelhecimento e saúde da pessoa idosa, 2006). Sendo assim, diante de uma população cada vez mais senil é importante conhecer na literatura acadêmica acerca do assunto para que os profissionais busquem conhecimento por meio de especializações a fim de prestar uma assistência segura e capacitada. Portanto, é também de grande valia dar continuidade á pesquisas para investigarem a relação entre hipertensão e envelhecimento, afim de que se possam consolidar mais políticas públicas e criar estratégias para prevenir agravos mais intensos decorrentes da hipertensão arterial.

PALAVRAS-CHAVE: hipertensão arterial; idoso; enfermagem.

NAIARA VALESCA SANTOS SILVA

PAULA ABREU NASCIMENTO DE MORAIS

Orientadora: Prof.^a Esp. Larissa Keylla Almeida de Jesus.

ABSTRACT

The aging process is considered the last stage of human development. Growing old is a characteristic natural event in human life, and it happens through physical, psychological and social changes that occur uniquely for each individual who has prolonged his life. It is estimated that in 2050, approximately 25% of the world population will be 60 or older with a life expectancy for developed countries of 87.5 years for men and 92.5 for women. This research therefore aims to understand the mechanisms that trigger high blood pressure in the elderly, this is an investigation by means of bibliographical study available in the database, such as Latin American Literature and Caribbean Health Sciences (LILACS), Department of SUS (DATASUS), Brazilian Institute of Geography and Statistics (IBGE), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Ministry of Health (Notebook of Basic Care, aging and health of the elderly, 2006). So, faced with an increasingly aged population is important to know the academic literature on the subject for professionals to seek knowledge through specializations in order to provide a safe and skilled assistance. Therefore, it is also of great value will continue research to investigate the relationship between hypertension and aging, so that it can consolidate more public policies and develop strategies to prevent more severe injuries resulting from high blood pressure.

KEYWORDS: arterial hypertension, elderly, nursing.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 – Distribuição dos artigos seleccionados e analisados sobre a temática Hipertensão arterial em idosos, no período de 2010 a 2014.....	12
--	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

DATASUS - Departamento de Informática do SUS;

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística;

HA – Hipertensão Arterial;

HAS – Hipertensão Arterial Sistêmica;

LILACS - Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde;

P.A.S. – Pressão Arterial Sistêmica;

SCIELO - Scientific Electronic Library Online.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	8
2. METODOLOGIA.....	11
3. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	12
3.1. Envelhecimento	16
3.2. Hipertensão arterial sistêmica.....	17
3.3. Hipertensão arterial no idoso	18
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
5. SOBRE AS AUTORAS	20
REFERÊNCIA.....	21

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial, que vem ganhando um ritmo cada vez mais acelerado na população brasileira, principalmente em razão da rapidez com que declinaram as taxas de fecundidade. O crescimento da população acima de 60 anos está interligado as alterações nos padrões de saúde da mesma (CAMPOLINA, DINI, CICONELLI, 2011).

Estima-se que em 2050, aproximadamente 25% da população mundial terá 60 anos ou mais, com uma expectativa de vida para os países desenvolvidos de 87,5 anos para os homens e 92,5 para as mulheres. Essa informação possui um ponto positivo, pois indica longevidade humana, contudo, é preocupante devido ao crescimento da população idosa ser maior do que os jovens e isso significa a falta de mão de obra no mercado de trabalho e com isso pode afetar a economia dos países (KACHAR, 2010).

O país segue em direção a um perfil demográfico cada vez mais envelhecido, apontando modificações na estrutura etária da população brasileira. Em 2008, para cada grupo de 100 crianças de 0 a 14 anos existiam 24,7 idosos de 65 anos ou mais. Em 2050, o quadro mudará e para cada 100 crianças de 0 a 14 anos existirão 172,7 idosos (IBGE, 2008). Essas projeções são positivas no que concerne à longevidade humana, porém são preocupantes, e o quanto às mudanças estruturais poderão atingir significativamente a economia do país.

De acordo com Dos Santos et al. (2009), com o passar dos anos, o Brasil se torna cada vez mais um país da terceira idade e, precisa dar maior atenção para as necessidades dos senescentes, pois, o envelhecimento não é apenas um processo unitário e não acontece somente de forma simultânea em todo em todo organismo e também não está associado unicamente a uma doença, mas, muitas vezes está ligado a várias, entre elas: a hipertensão arterial sistêmica.

O envelhecimento fisiológico acontece devido os grandes vasos e arteríolas aumentarem a espessura da parede e ocasiona diminuição da luz, pois aumenta o colágeno e reduz o componente elástico e com a perda de elasticidade e distensibilidade as artérias diminuem sua capacitância com a elevação da velocidade da onda de pulso, com a rigidez da parede dos vasos tende a elevar a pressão sistólica e o aumento da velocidade da onda de pulso sustenta a pressão arterial diastólica (GAZONI, 2009).

De acordo com Silva et al. (2011), comenta a possibilidade de associação de Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus é da ordem de 50%, o que, não raro, requer o manejo das duas doenças no mesmo usuário, agravado pelo fato de que sua concomitância potencializa o dano micro e macrovascular decorrente, acarretando alta morbidade cardiocerebrovascular.

A Hipertensão arterial sistêmica (HAS) é um dos principais riscos cardiovasculares e pode resultar em consequências graves a alguns órgãos (coração, cérebro, rins e vasos sanguíneos). Os principais fatores de risco para HAS incluem: hereditariedade, idade, raça, obesidade, estresse, vida sedentária, álcool, sexo, uso de anticoncepcionais e alta ingestão de sódio (CARVALHO et al., 2013).

Segundo Moraes et. al. (2011), no Brasil, de acordo com o inquérito do Ministério da Saúde, a prevalência de Hipertensão Arterial (HA) é superior a 50% entre a população idosa, o que torna a HA a doença crônica mais frequente nesse segmento da população. A HAS apresenta sintomas discretos, geralmente caracterizados por dor de cabeça, dor no peito, tonturas e fraqueza, no entanto, estes podem ser aliviados através de terapias adequadas, como a prática de atividade física e uso correto de medicamentos anti-hipertensivos.

O enfermeiro tem papel fundamental na promoção da adesão do paciente frente ao tratamento e diminuição dos sintomas da hipertensão, pois o profissional de enfermagem transmite informações sobre a patologia, os riscos, as formas para controlar a P.A.S (pressão arterial sistêmica), além de promover algumas intervenções através de consultas e programas para melhoria da saúde dos idosos (SANTOS, et al., 2012).

É de grande valia também para o tratamento da hipertensão realizar exercícios físicos e em 2011, o Ministério da Saúde lançou o Programa Academia da Saúde, que possui como objetivo desenvolver práticas corporais e atividade física, promoção da alimentação equilibrada, educação em saúde, além de contribuir para modos de vida saudáveis e sustentáveis da população (BRASIL, 2006).

Para Moraes et al. (2011), os programas de exercícios físicos são de grande valia para auxiliar no tratamento da hipertensão, uma vez que ajudam a melhorar as limitações corporais e habilidades físicas, além de estimular os idosos a saírem da rotina e a participarem de grupos sociais que possam incentivar no tratamento.

Portanto, tendo em vista que a Hipertensão Arterial é um problema de saúde pública e ainda necessita de ações de maior aspecto para seu acompanhamento e tratamento, objetiva-se com essa pesquisa, compreender os mecanismos que desencadeiam a pressão arterial elevada em idosos.

2 METODOLOGIA

O estudo em questão caracteriza-se por uma revisão bibliográfica do tipo descritivo exploratório, tendo como tema: Hipertensão arterial em idosos: um estudo bibliográfico.

Trata-se de uma investigação feita por meio de estudo bibliográfico disponível em base de dados como Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Departamento de Informática do SUS (DATASUS), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), BRASIL (Ministério da Saúde - Caderno de Atenção Básica, envelhecimento e saúde da pessoa idosa, 2006). Foi utilizada a referência do ano de 2006 por conter as informações necessárias para a pesquisa e também por não haver uma edição mais nova relacionada ao tema.

Como critério de inclusão utilizaram-se estudos publicados de 2010 a 2014. Para o levantamento dos artigos, as palavras-chaves utilizadas foram: “saúde do idoso”, “hipertensão” e “idoso hipertenso”. A escolha dos artigos foi realizada mediante as leituras dos resumos, no intuito de confirmar a temática abordada.

Como critério de exclusão: artigos que estavam fora dos anos de publicação escolhidos para o estudo, artigos que não abordavam o tema escolhido e que não estavam disponíveis na íntegra gratuitamente. Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica não foi necessário submeter à pesquisa ao Comitê de Ética e pesquisa. Contudo, as pesquisadoras comprometeram-se com os direitos autorais dos artigos utilizados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

No presente estudo inicialmente foram levantados 30 artigos na base de dados, após leituras detalhadas foram escolhidos de acordo com o tema. Para aprofundamento e discussão do tema foram selecionados 18 artigos aos quais correspondiam ao assunto escolhido. Em seguida os artigos foram eleitos por similaridade no conteúdo para uma consequente interpretação e discussão.

No quadro a seguir estão dispostos o referencial teórico dos artigos selecionados que estão agrupados de acordo com a fonte, autores ano e título.

Quadro 1. Distribuição dos artigos selecionados e analisados sobre a temática Hipertensão arterial em idosos, no período de 2010 a 2014.

FONTE	AUTORES	ANO	TÍTULO
Rev. Kairós Gerontologia	RABELO D. F. et al.	2010	Qualidade de vida, condições e auto-percepção da saúde entre idosos hipertensos e não-hipertensos.
Revista Rene	ROMERO A. D. et al.	2010	Características de uma população de idosos hipertensos atendidos numa Unidade de Saúde da Família.
Rev. Bras Fisioterapia	MORAES W. M. et al.	2011	Programa de exercícios físicos baseados em frequência semanal mínima: efeitos na pressão arterial e aptidão física em idosos hipertensos.
RBPS Fortaleza	SILVA D. B. et al.	2011	Associação entre hipertensão arterial e diabetes em Centro de Saúde da Família.
Rev. Rene	SANTOS J. C. et al.	2012	Adesão do idoso ao tratamento de hipertensão arterial e intervenções de enfermagem.
Rev. Bras. Geriatria e Gerontologia	ESPERANDIO E. M. et al.	2013	Prevalência e fatores associados à hipertensão arterial em idosos de municípios da Amazônia Legal, MT.

Rev. Bras. medicina de família e comunidade	MENDES G. S. MORAES C. F. GOMES L.	2014	Prevalência de Hipertensão Arterial Sistêmica em idosos no Brasil entre 2006 e 2010.
Arquivos de ciências do esporte	ALVES C. B. et al.	2014	Pressão arterial de idosos que praticam atividades físicas em um grupo de envelhecimento saudável.
Rev. de Enfermagem	JACINTO L. A. T et al.	2014	Doença arterial coronariana e suporte familiar em idosos.
Rev. Bras. Promoção Saúde	DE ANDRADE A. O. et al.	2014	Prevalência da Hipertensão Arterial e fatores associados em idosos.

Fonte: SILVA N. V. S.; DE MORAIS P. A. N. (2015).

Inicialmente analisou-se os artigos selecionados e com base nesta análise, onde foi visto que, abordam o envelhecimento como um fenômeno mundial, que vem ganhando um ritmo cada vez mais acelerado na população mundial. Segundo Jacinto et al. (2014), a população brasileira está envelhecendo de forma acentuada. Neste mesmo estudo eles apontam que de acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) a expectativa de vida atual é de 74,6 anos.

De acordo com Alves et al. (2014), o envelhecimento é um processo que vem chamando a atenção dos profissionais de saúde, pois estima-se que em 2025 sejam 1,2 bilhões de pessoas acima de 60 anos, sendo que em 2050 este número dobrará, com 80% das pessoas idosas morando em países em desenvolvimento. Com o processo de envelhecimento as probabilidades de ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) aumentam como, a HAS e a preocupação em relação à capacidade funcional dos idosos surgem como novo destaque.

Com o envelhecimento ocorrem mudanças fisiológicas que propiciam o surgimento da HAS, pois, a pressão sistólica e a pressão de pulso define-se como adequados preditores de eventos nos idosos, devido as artérias e os vasos sofrerem dilatação na espessura da parede, ou seja, há uma redução da luz com o aumento do colágeno e diminui o componente elástico, e com a perda da elasticidade e distensibilidade, as artérias diminuem a capacitância com velocidade elevada da onda de pulso, e assim, a rigidez da parede dos vasos proporcionam um

aumento da pressão sistólica e o aumento da velocidade da onda de pulso sustenta a pressão arterial diastólica dentro dos padrões normais ou pode diminuir (GAZONI, 2009).

Santos et al. (2012) comenta que a relação entre HAS e o risco de doenças cardiovasculares é contínua, graduada, consistente e independe de outros fatores de risco. Quanto maior o valor da pressão arterial, maior é a chance de infarto agudo do miocárdio, insuficiência cardíaca, acidente vascular cerebral e doença renal.

Conforme Esperandio et al. (2013), em 2007, cerca de 70% das mortes no Brasil foram atribuídas às DCNT, especialmente as doenças cardiovasculares, uma das causas mais frequentes de mortalidade entre os idosos. A hipertensão arterial é um importante fator de risco cardiovascular modificável. Devido a sua alta prevalência e sua relação causal com todas as doenças cardiovasculares, a HAS é o principal fator de risco para a mortalidade em todo o mundo, revelando-se como importante problema de saúde pública.

Outro ponto importante observado na análise dos artigos diz respeito à escolaridade do idoso e o desenvolvimento da hipertensão arterial sistêmica. Quanto menor o tempo de educação formal, maior a prevalência de HAS. Esse fato evidencia a desigualdade em saúde, pois indivíduos com menor instrução tem acesso precário ao sistema de saúde, recebem menos informações e não compreendem a importância do problema e da adesão ao tratamento da HAS (MENDES et al., 2014).

Diante desta análise, Romero et al. (2010) comenta que o baixo nível socioeconômico e cultural é um fator que dificulta o tratamento e controle efetivo da pressão arterial, não obstante estudos mais recentes têm questionado essa relação, indicando a necessidade de ampliar os conceitos inerentes às ligações entre o social, o econômico, o cultural e saúde-doença.

De acordo com Faquinello e Marcon (2011) descrevem que em momentos críticos, como por exemplo, os casos de doenças crônicas degenerativas e psicossociais, que as atividades de cuidado realizadas pelos familiares, vizinhos e amigos são de importância significativa para o apoio e auxílio aos indivíduos doentes. Entende-se por essa importância da presença familiar, o fato de que na velhice os idosos acabam desenvolvendo limitações físicas e condicionantes da própria idade. Além de necessitarem de ajuda com os medicamentos e dieta especial, muitas vezes necessárias.

A HAS pode acometer qualquer faixa etária, mas se verifica na população idosa um número mais elevado, devido às mudanças orgânicas que o envelhecimento proporciona. Sabe-se que, ao longo do envelhecimento, surgem alterações morfológicas (artérias enrijecidas), metabólicas e psíquicas que contribuem para o aumento da pressão arterial (DE ANDRADE et al., 2014).

Sabe-se que o envelhecimento é um processo ativo e evolutivo que causa várias alterações no organismo, sejam elas morfológicas ou psicológicas, levando então a diminuição da capacidade funcional e ao desenvolvimento de DCNT, como a hipertensão. Diante dessa abordagem encontra-se nas literaturas que a HAS é uma doença altamente prevalente na população idosa e é um fator determinante de morbimortalidade, porém, quando controlada adequadamente, reduz significativamente as limitações funcionais e a incapacidade (SILVA et al., 2011).

3.1 Envelhecimento

O envelhecimento pode ser compreendido como um processo natural, de diminuição progressiva de reserva funcional dos indivíduos – senescência - o que, em condições normais, não costuma provocar qualquer problema. No entanto, em condições de sobrecarga como, por exemplo, doenças, acidentes e estresse emocional, pode ocasionar uma condição patológica que requeira assistência - senilidade (BRASIL, 2006).

Romero et al. (2010), aponta que uma importante consequência do envelhecimento da população mundial é a eclosão das doenças cardiovasculares, que constitui a causa mais frequente de óbito entre os idosos. A hipertensão arterial tem evolução lenta e silenciosa cujo plano terapêutico, requer a adoção de hábitos cotidianos saudáveis e o cumprimento rigoroso da prescrição de medicamentos.

Alterações na composição corporal no idoso é um processo fisiológico que pode variar entre os indivíduos. As principais alterações referem-se à massa muscular e ao padrão de distribuição de gordura corporal. A obesidade tem sido descrita como fator de risco que compromete a qualidade de vida dos idosos. Pessoas com excesso de peso têm maior probabilidade de desenvolver hipertensão arterial. O envelhecimento propicia alterações estruturais e funcionais no sistema cardiovascular, predispondo ao desenvolvimento da HAS (ESPERANDIO et al., 2013).

3.2 Hipertensão Arterial Sistêmica

A Hipertensão Arterial Sistêmica é um problema de saúde pública no Brasil e no mundo, pois nos últimos 20 anos mostrou prevalência superior a 30%, e no período de 2003 a 2008, 44 estudos em 35 países revelaram uma prevalência global de 37,8% em homens e 32,1% em mulheres (DE ANDRADE et al., 2014).

Por ser um importante problema de saúde pública, a hipertensão desencadeia custos elevados com seu tratamento. Por ser muitas vezes assintomática, há dificuldades para que os indivíduos procurem os serviços de saúde para o diagnóstico e adesão ao tratamento. Soma-se ainda a falta de estrutura dos sistemas de saúde para atender a essa população e as escassas ações preventivas para reduzir os fatores de risco (MENDES et al., 2014).

Moraes et al. (2011), descreve a HAS como sendo uma síndrome multicausal e multifatorial caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial, associada a lesão de órgãos-alvo e um dos principais fatores de riscos para doença arterial coronariana, acidente vascular cerebral, infarto do miocárdio, insuficiência cardíaca e insuficiência renal crônica, aumentando consideravelmente o risco de mortalidade cardiovascular.

No cenário brasileiro e mundial, a hipertensão arterial sistêmica tem se destacado devido à alta incidência e prevalência. Essa doença ocorre quando o sangue circula com alta pressão nos vasos, igual ou acima de 140x90mmHg. Seu desenvolvimento é multifatorial; dentre os fatores, estão: idade, sexo, etnia, sobrepeso/obesidade, ingestão de sal, ingestão de álcool, sedentarismo, fatores socioeconômicos e genéticos (DE ANDRADE et al., 2014).

3.3 Hipertensão Arterial no Idoso

Entre a hipertensão arterial e o idoso existe uma linha tênue. A condição crônica que mais afeta os idosos é a hipertensão arterial. Acredita-se que a qualidade de vida dos afetados por esta doença é influenciada tanto por fatores médicos objetivos, quanto pela auto percepção da saúde. A hipertensão arterial é uma doença de natureza multifatorial com alta prevalência na população idosa, tornando-se um fator determinante nas elevadas taxas de morbidade e mortalidade desses indivíduos. (RABELO et al., 2010).

O maior desafio na atenção à pessoa idosa é conseguir contribuir para que, apesar das progressivas limitações que possam ocorrer, elas possam redescobrir possibilidades de viver sua própria vida com a máxima qualidade possível. Essa possibilidade aumenta na medida em que a sociedade considera o contexto familiar e social e consegue reconhecer as potencialidades e o valor das pessoas idosas, parte das dificuldades das pessoas idosas está relacionada a uma cultura que as desvaloriza e limita (BRASIL, 2006).

O suporte da família tanto em aspecto fisiológico como emocional independente da presença de doença ou não, gera efeitos positivos para o idoso, pois a busca do envelhecimento saudável é um processo da atualidade, e se reveste de maior importância no sentido de oferecer aos idosos maior autonomia, qualidade de vida, para além do cuidado de doenças preexistentes (JACINTO et al., 2014).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A importância em conhecer o cenário atual sobre a saúde do idoso é fundamental para a sociedade, uma vez que, esse segmento populacional é o que mais cresce nos últimos anos e atualmente nosso país não possui suporte adequado para lidar com a estatística de idosos apresentada no estudo.

Evidencia-se de uma forma geral, uma preocupação entre os estudiosos no que diz respeito ao envelhecimento saudável, qualidade de vida e doenças que mais atingem a população idosa. Desta forma, o desenvolvimento de estratégias para lidar com esse tipo de clientela é essencial e constitui-se pela necessidade, principalmente de profissionais capacitados para compreender o processo do envelhecimento.

Portanto, com os resultados da pesquisa percebe-se que a HAS é um fator que acompanha a vida do idoso, tendo em vista que é um problema de saúde pública e ainda necessita de ações de maior aspecto para seu acompanhamento e tratamento, por fim, objetiva-se com essa pesquisa, compreender os mecanismos que desencadeiam a pressão arterial elevada em idosos e criar estratégias para prevenir agravos mais intensos decorrentes da hipertensão.

6 SOBRE AS AUTORAS

Naiara Valesca Santos Silva é graduanda do curso de enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: nai_valesca@hotmail.com; Paula Abreu Nascimento de Moraes é graduanda do curso de enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: loira10006@hotmail.com; Larissa Keylla Almeida de Jesus é Enfermeira Especialista em Urgência e Emergência pela Universidade Tiradentes – UNIT, docente do curso de Enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT, orientadora e coautora deste trabalho. E-mail: larissakeyllaa@gmail.com.

COLABORADORES

Lenilson Santos da Trindade é mestre em Biotecnologia Industrial, docente do curso de Enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT, participou da redação e revisão crítica do artigo.

Manuela de Carvalho Vieira Martins é especialista em residência multiprofissional em saúde coletiva, docente do curso de Enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT, participou da redação e revisão crítica do artigo.

REFERÊNCIAS

- ALVES C. B. et al., **Pressão arterial de idosos que praticam atividades físicas em um grupo de envelhecimento saudável.** ACES. 2014. Disponível em: www.uftm.edu.br. Acesso em 06 abr. 2015, 18:15:21.
- BRASIL. **Ministério da Saúde, Cadernos de Atenção Básica; 16, série A. Normas e Manuais Técnicos**, 58 p., 2006. Disponível em: <http://www.medlearn.com.br>. Acesso em 17 mai. 2015, 11:32:10.
- CAMPOLINA A. G., DINI P. S., CICONELLI R. M. **Impacto da doença crônica na qualidade de vida de idosos da comunidade em São Paulo.** Ciência & Saúde Coletiva, 2011. Disponível em: www.scielo.br. Acesso em 02 mai. 2015, 14:20:32.
- CARVALHO M. V. et al., **A influência da hipertensão arterial na qualidade de vida.** Arq Bras Cardiol. 2013. Disponível em: www.scielo.br. Acesso em 05 abr. 2015, 12:41:35.
- DE ANDRADE A. O. et al., **Prevalência da hipertensão arterial e Fatores associados em idosos.** Rev Bras Promoç. Saúde. 2014. Disponível em: ojs.unifor.br. Acesso em 12 abr. 2015, 12:17:24.
- DOS SANTOS F. H., ANDRADE V. M., BUENO O. F. A. **Envelhecimento: um processo multifatorial.** Psicologia em Estudo. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br>. Acesso em 06 abri. 2015, 15:32:17.
- ESPERANDIO E. M. et al., **Prevalência e fatores associados à hipertensão arterial em idosos de municípios da Amazônia Legal, MT.** Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. 2013. Disponível em www.scielo.br. Acesso em 10 abr. 2015, 16:45:12.
- FAQUINELLO P. MARCON S. S. **Amigos e vizinhos: uma rede social ativa para adultos e idosos hipertensos.** Rev Esc Enferm USP. 2011. Disponível em: www.scielo.br. Acesso em 05 abr. 2015, 10: 31:12.
- GAZONI F. M. et al., **Hipertensão sistólica no idoso.** Rev Bras Hipertens. 2009. Disponível em: departamentos.cardiol.br. Acesso em 12 jun. 2015, 08:14:06.
- IBGE. **Indicadores sociodemográficos e de saúde no Brasil 2008.** Disponível em: www.ibge.gov.br. Acesso em 05 de abri. 2015, 14:29:14.
- JACINTO L. A. T. et al., **Doença arterial coronariana e suporte familiar em idosos.** Rev enferm UERJ. 2014. Disponível em www.facenf.uerj.br. Acesso em 05 abr. 2015, 10:13:25.
- KACHAR V. **Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital.** Revista Kairós Gerontologia. 2010. Disponível em: revistas.pucsp.br. Acesso em 05 abri. 2015, 10:15:23.
- MENDES G. S., MORAES C. F., GOMES L. **Prevalência de hipertensão arterial sistêmica em idosos no Brasil entre 2006 e 2010.** Rev Bras Med Fam Comunidade. 2014. Disponível em: www.rbmf.org.br. Acesso em 12 abr. 2015, 11:12:32.

MORAES, W. M. et al., **Programa de exercícios físicos baseado em frequência semanal mínima: efeitos na pressão arterial e aptidão física em idosos hipertensos.** Rev. Bras. Fisioter. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br>. Acesso em 27 abr. 2015, 10:15:28.

RABELO, D. F. et al., **Qualidade de vida, condições e auto percepção da saúde entre idosos hipertensos e não hipertensos.** Revista Kairós Gerontologia. 2010. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br>. Acesso em 22 mai. 2015, 09:28:19.

ROMERO A. D. et al., **Características de uma população de idosos hipertensos atendida numa unidade de saúde da família.** Rev. Rene. Fortaleza. 2010. Disponível em: www.revistarene.ufc.br. Acesso em 12 abr. 2015, 13:35:12.

SANTOS, J. C. et al., **Adesão do idoso ao tratamento para hipertensão arterial e intervenções de enfermagem.** Rev. Rene. 2012. Disponível em: <http://www.revistarene.ufc.br>. Acesso em 02 mar. 2015, 08:25:17.

SILVA D. B. et al., **Associação entre hipertensão arterial e diabetes em centro de saúde da família.** RBPS. 2011. Disponível em: <http://ojs.unifor.br>. Acesso em 02 mai. 2015, 09:40:11.