



Hipertensão em foco

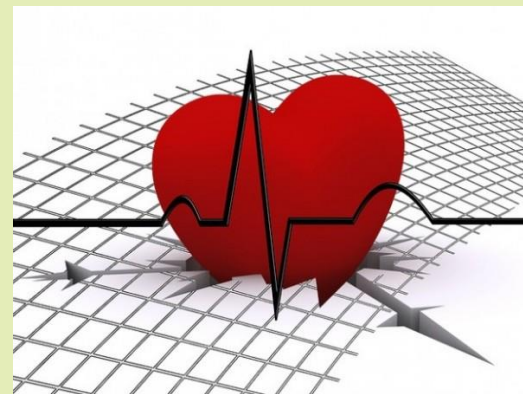
ENFERMEIRO

Unimed 
Belo Horizonte



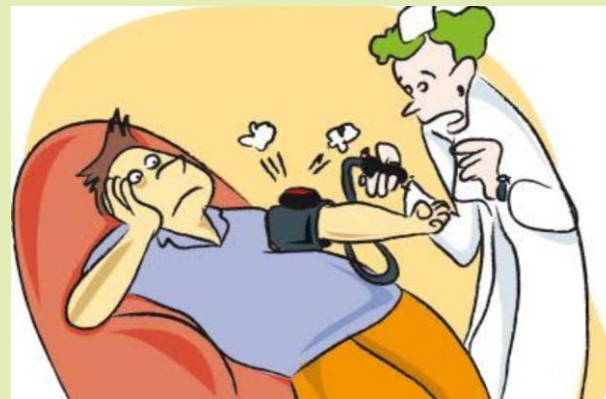
O que é Hipertensão?

- Usualmente chamada de pressão alta, a hipertensão consiste em ter uma pressão arterial (constantemente) igual ou maior que 140/90mmHg;



O que é Hipertensão?

- O coração faz um esforço maior do que o normal para bombear o sangue por todo o corpo;
- É uma das doenças crônicas mais comuns entre a população global;
- É considerada o principal fator de risco para morte precoce, passível de prevenção, em todo o mundo;



O que é Hipertensão?

- Aproximadamente 25% da população adulta e 50% da população acima de 60 anos são hipertensos, segundo o Ministério da Saúde;
- Estima-se que apenas 1 em cada 8 hipertensos mantém a pressão sob controle.



Classificação por valores

Valores de referência da pressão arterial segundo a Sociedade Brasileira de Hipertensão:

- . PA ótima: inferior a 120/80mmHg
- . PA normal: inferior a 130/85mmHg
- . PA alto: maior ou igual a 140/90mmHg



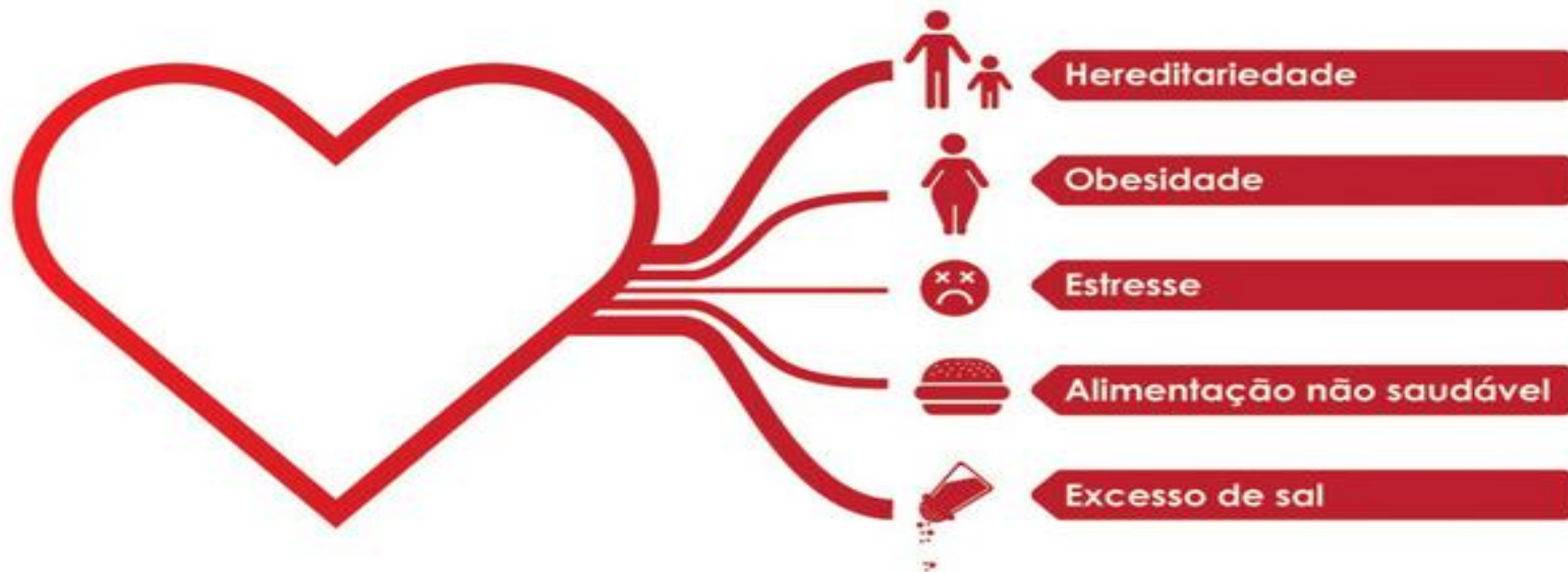
Por que a pressão se eleva?

- A pressão se eleva por vários motivos, mas principalmente porque os vasos sanguíneos (por onde o sangue circula) se contraem;
- Pode ocorrer algum tipo de resistência nas artérias por acúmulo de gordura ou estreitamento;
- Mau funcionamento dos rins ou aumento da frequência cardíaca.



Fatores de Risco

Causas da hipertensão (pressão alta)



Sintomas

- Hipertensão é uma doença silenciosa, ou seja, na maioria das vezes, não causa sintomas!
- Sintomas como dor de cabeça, náuseas e falta de ar podem surgir no caso da doença mal controlada, decorrente de possíveis agravamentos.



Tratamento

Hipertensão é uma doença que não tem cura, mas pode ser controlada!!!

- ▶ 29/09 é o Dia Mundial do Coração. Uma ação preventiva é o melhor presente que podemos oferecer.



Medicações
(mediante
prescrição
médica)



Mudanças no
comportamento
diário



Realizar
exames
preventivos

Fique Atento!

Se não tratada corretamente, a hipertensão pode gerar:

- Acidente Vascular Encefálico (AVE);
- Infarto (IAM);
- Insuficiência cardíaca;
- Angina;
- Insuficiência renal ou paralisia dos rins;
- Alterações na visão.



Exames

- Eletrocardiograma;
- Ecocardiograma;
- Teste ergométrico;
- Holter 24h.



Primeiros Socorros - IAM



Ao surgirem os primeiros sintomas em você:

- **Procure socorro imediatamente pelo 192 (Samu).**
- Não dirija automóvel e evite andar ou carregar peso mesmo que a dor seja mínima.
- Se conseguir engolir sem dificuldades e não for alérgico ao medicamento, tome 2 comprimidos de ácido acetilsalicílico (aspirina).

Primeiros Socorros - IAM



Ao surgirem os primeiros sintomas em outra pessoa:

- **Ligue para o serviço de emergência imediatamente pelo 192 (Samu).**
- Acalme a vítima.
- Afrouxe as roupas e tire os sapatos da pessoa.
- Se a pessoa conseguir engolir sem dificuldades e não for alérgico ao medicamento, dê a ele 2 comprimidos de ácido acetilsalicílico (aspirina)
- Mantenha atenção a respiração e batimentos cardíacos, em caso de parada inicie a RCP.

Primeiros Socorros - IAM



Como realizar a RCP (Ressucitação Cardiopulmonar):

- Mantenha os braços do paciente esticados;
- Use o peso do seu corpo para fazer compressões rápidas e fortes;
- Inicie compressões com a frequência de 100 por minuto (ou seja, 5 compressões a cada 3 segundos), comprimindo o tórax na profundidade de, no mínimo, 5 cm para adultos e crianças e 4 cm para bebês.

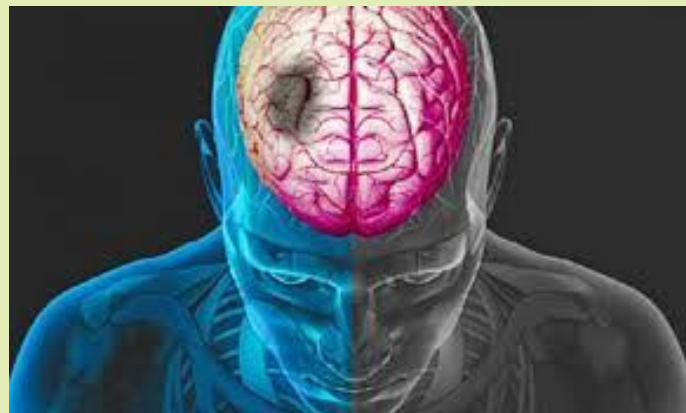


Primeiros Socorros - AVE

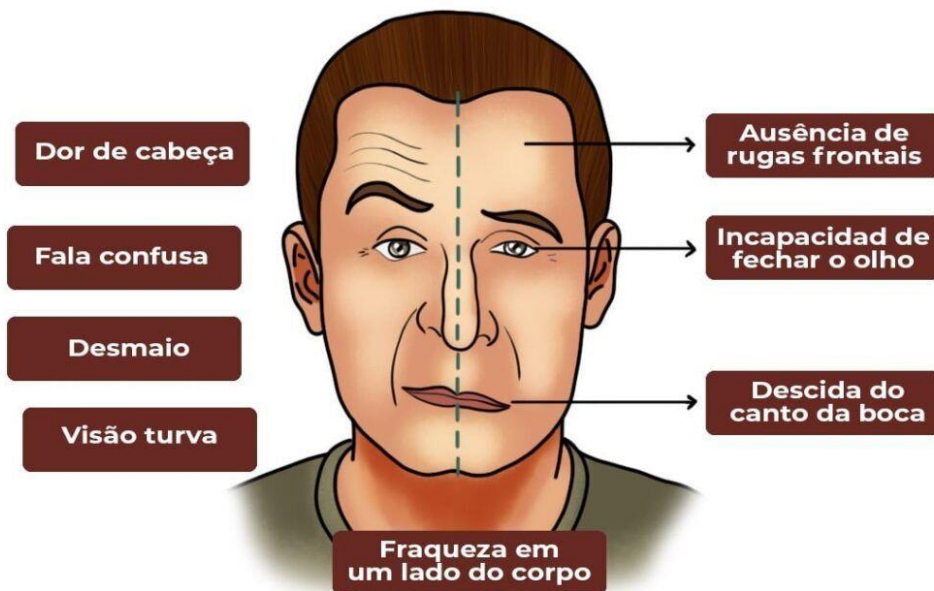


Em caso de AVC é importante que a pessoa que vai prestar o socorro mantenha a calma e chame a ambulância. Em seguida, deve colocar a pessoa que sofreu o AVC de lado, com a cabeça um pouco levantada e apoiada, e verificar se a pessoa está consciente ou não.

Caso a pessoa fique inconsciente e deixe de respirar, é recomendado iniciar as massagens cardíacas.



Primeiros Socorros - AVE



Conclusão

A prevenção é sempre o
melhor remédio!
Se cuide! Cuide de quem
você ama!

Busque a Qualidade de Vida!



**Obrigada pela
oportunidade de estar
aqui com vocês!**

Caso tenham alguma dúvida
ou curiosidade, sobre
qualquer assunto relacionado
a área da saúde, estou a
disposição para ajudar e
responder em meu instagram
@lisaresende.

**ENFERMEIRA ELISA
RESENDE**



Quem tem Unimed tem mais.

