



Tema Libre

Indicadores Clínicos de Estilo de Vida Sedentário em Pacientes com Hipertensão Arterial

Rafaella Pessoa Moreira; Nirla Gomes Guedes;
Marcos Venícios de Oliveira Lopes Tahissa Frota Cavalcante; Thelma
Leite de Araújo; Larissa Castelo Guedes Martins

Universidade Federal do Ceará.
Fortaleza, Ceará, Brasil.

Resumen

Introdução: A assistência a pessoas com hipertensão arterial deve incluir, entre outras, a avaliação do diagnóstico de enfermagem Estilo de vida sedentário (EVS) pela importância da atividade física para o controle da doença.

Objetivos: Identificar a prevalência do diagnóstico EVS em pacientes com hipertensão arterial (HA), bem como das características definidoras (CD) e dos fatores relacionados (FR); verificar a associação do EVS com suas CD e FR.

Material e Métodos: Estudo transversal, realizado com 218 indivíduos acompanhados em ambulatório de referência para HA. Dados coletados de novembro/2007 a março/2008, com formulário aplicado em entrevista. Fizeram parte do estudo três expertos que decidiram quanto à presença ou ausência do EVS e de seus indicadores clínicos. Foram utilizados testes estatísticos para associação. O nível de significância adotado no estudo foi 5%.

Resultados e Discussão: População predominantemente feminina (63,3%), aposentada (24,8%), com média de idade de 55,46 anos ($\pm 8,3$). A CD mais frequente foi *Demonstra falta de condicionamento físico* (85,8%), seguida de *Verbaliza preferência por atividade com pouco exercício físico* (51,8%) e *Escolhe rotina diária sem exercício físico* (39,9%). Os FR de maior e menor prevalência foram *Falta de treino para fazer o exercício* (57,8%) e *Conhecimento deficiente sobre os benefícios que a atividade física traz à saúde* (5,0%), respectivamente. A prevalência do EVS foi de 56,4%. Esteve associado com todas as CD e FR ($p < 0,005$), à exceção do *Conhecimento deficiente sobre os benefícios que a atividade física traz à saúde* ($p = 0,263$).

Conclusão: Diante da complexidade do problema do estilo de vida sedentário, são necessárias ações que influenciem o comportamento das populações para a promoção da atividade física, no sentido de diminuir a prevalência de HA, assim como prevenir complicações. Faz-se necessário que os enfermeiros se apropriem desse diagnóstico, em diferentes contextos, facilitando a promoção de intervenções mais efetivas que resultem em menos complicações advindas dessa resposta humana.

Introdução

A identificação de indicadores clínicos, com boa predição para um diagnóstico de enfermagem específico, contribuirá com uma maior acurácia, aumentando, assim, a confiabilidade da inferência diagnóstica [1]. Neste âmbito, o termo indicador clínico tem sido utilizado como sinônimo de características definidoras, evidência clínica e sinais e sintomas [2]. O diagnóstico de enfermagem *Estilo de vida sedentário* foi incluído na *North American Nursing Diagnosis Association – NANDA*, em 2004 e publicado em 2006. O interesse pela validação surgiu em decorrência da falta de etiquetas diagnósticas, nas taxonomias anteriores, que referissem respostas humanas, significativas de um hábito de vida, com atividade física insuficiente [3,4]. A atividade física constitui um dos principais pilares do tratamento não farmacológico de pacientes portadores de hipertensão arterial, além de prolongar a longevidade e proteger contra o desenvolvimento de diversas outras doenças [5]. A assistência a pessoas com hipertensão arterial deve incluir, entre outras, a avaliação do diagnóstico de enfermagem Estilo de vida sedentário (EVS) pela importância da atividade física para o controle da doença.

Objetivos

Identificar a prevalência do diagnóstico EVS em pacientes com hipertensão arterial (HA), bem como das características definidoras (CD) e dos fatores relacionados (FR); verificar a associação do EVS com suas CD e FR.

Material e Métodos

Estudo transversal, realizado com 218 indivíduos acompanhados em ambulatório de referência para hipertensão arterial. Dados coletados de novembro/2007 a março/2008, com formulário aplicado em entrevista. Fizeram parte do estudo três expertos que decidiram quanto à presença ou ausência do diagnóstico de enfermagem EVS e de seus indicadores clínicos. Dados compilados no software Excel e analisados pelo programa SPSS versão 15.0. Foram utilizados testes estatísticos para associação. O nível de significância adotado no estudo foi 5%. Todas as recomendações éticas foram cumpridas.

Resultados

A população mostrou-se predominantemente feminina (63,3%) e com média de idade de 55,46 anos ($\pm 8,3$). A CD mais frequente foi *Demonstra falta de condicionamento físico* (85,8%), seguida de *Verbaliza preferência por atividade com pouco exercício físico* (51,8%) e *Escolhe rotina diária sem exercício físico* (39,9%). Os FR de maior e menor prevalência foram *Falta de treino para fazer o exercício* (57,8%) e *Conhecimento deficiente sobre os benefícios que a atividade física traz à saúde* (5,0%), respectivamente. A prevalência do EVS foi de 56,4%. Esteve associado com todas as CD e FR ($p < 0,005$), à exceção

do *Conhecimento deficiente sobre os benefícios que a atividade física traz à saúde* ($p=0,263$).

Discussão

A predominância do gênero feminino também é observada em estudo de base populacional sobre prevalência da hipertensão arterial, realizada com 1968 indivíduos, em que 57% eram mulheres. No mesmo estudo, os autores alertam ainda que o sexo feminino tem 17% a mais de probabilidade de desenvolver hipertensão arterial [6]. Quanto à variável idade [7] ao estudarem a hipertensão arterial e seus indicadores de risco, verificaram uma associação significativa entre portadores de hipertensão arterial e idade, tornando evidente que na sociedade em desenvolvimento, ao lado do aumento da longevidade da população, ocorre uma agregação de outros riscos, que terminam por comprometer a qualidade de vida dos idosos, além de causar sérios prejuízos ao país e ao sistema de saúde como um todo [8]. Em estudo sobre o risco cardiovascular e atividade física [9] asseguram, ainda, que indivíduos sedentários, quando se tornam um pouco ativos reduzem, expressivamente, seu risco cardiovascular, devido aos efeitos benéficos do exercício sobre o sistema cardiovascular e sobre o controle dos demais fatores de risco. Ademais, o exercício físico tem sido utilizado como coadjuvante ao tratamento farmacológico de inúmeras doenças cardiovasculares [10]. Evidências mostram que uma rotina regular de exercícios físicos pode diminuir a pressão arterial, bem como diminuir a mortalidade cardiovascular em até 30%. Ao contrário, indivíduos que escolhem uma rotina diária sem exercício físico apresentam entre 20 a 50% risco maior de desenvolverem hipertensão arterial [11]. Em estudo que analisou o perfil de diagnóstico de enfermagem em pacientes com angina instável, observou prevalência do EVS de 28,07%. Percebe-se que a prevalência identificada na população de portadores de hipertensão arterial foi superior, ratificando a idéia de que o EVS é um importante indicador de risco associado à etiologia de alterações cardiovasculares [12].

Conclusão

Diante da abrangência e da complexidade do problema do estilo de vida sedentário, a alteração desse quadro requer a suplementação e a expansão de ações que influenciem o comportamento das populações para a promoção da atividade física, no sentido de diminuir a prevalência de HA, assim como prevenir complicações. Faz-se necessário que os enfermeiros se apropriem desse diagnóstico, em diferentes contextos, facilitando a promoção de intervenções mais efetivas que resultem em menos complicações advindas dessa resposta humanas.

REFERÊNCIAS

- 1- PARKER, L.; LUNNEY, M. Moving beyond content validation of nursing diagnosis. *Nurs. Diag.*, v. 9, n. 4, p. 144-150, 1998.
- 2- CHANG, B. L.; UMAN, G. C.; HIRSCH, M. Predictive power of clinical indicators for self-care deficit. *Nurs. Diag.*, v. 9, n. 2, p. 71-82, 1998.
- 3- GUIRAO-GORIS, J. A.; PINA, M. P.; CAMPO, P. M. Validación del contenido diagnóstico de la etiqueta diagnóstica enfermera "sedentarismo". *Enfermería Clín.*, v. 11, n. 4, p. 135-140, 2000.
- 4- NORTH AMERICAN NURSING DIAGNOSIS ASSOCIATION - NANDA. Diagnósticos de enfermagem da NANDA: definições e classificação 2005-2006. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- 5- BADELL, L. C.; COTILLA, L. L.; CARMONA, J. R. La actividad física en la rehabilitación del paciente hipertenso. Propuesta de un sistema de ejercicios. *Revista digital. Maio*, 2005.
- 6- COSTA, J. S. D.; BARCELLOS, F. C.; SCLOWITZ, M. L.; SCLOWITZ, I. K. T.; CASTANHEIRA, M.; OLINTO, M. T. A.; MENEZES, A. M. B.; GIGANTE, D. P.; MACEDO, S.; FUCHS, S. C. Prevalência de hipertensão arterial em adultos e fatores associados: um estudo de base populacional urbana em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. *Arq. Bras. Cardiol.*, v. 88, n.1, p. 59-65, 2007.
- 7- JARDIM, P. C. V. B.; GONDIM, M. R. P.; MONEGO, E. T.; MOREIRA, H. G.; VITORINO, P. V. O.; SOUZA, W. K. S. B.; SCALA, L. C. N. Hipertensão arterial e alguns fatores de risco em uma capital brasileira. *Arq. Bras. Cardiol.*, v. 88, n.4. p. 452-457, 2007.
- 8- BAIK, I.; ASCHERIO, A.; RIMM, E. B.; GIOVANNUCCI, E.; SPIEGELMAN, D.; STAMPFER, M. J.; WILLET, W. C. Adiposity and mortality in men. *Am. J. Epidemiol.*, v. 152, n. 3, p. 264-270, 2000.
- 9- FORJAZ, C. L. M.; TINUCCI, T.; BARTHOLOMEU, T.; FERNANDES, T. E. M.; CASAGRANDE, V.; MASSUCATO, J. G. Avaliação do risco cardiovascular e da atividade física dos frequentadores de um parque da cidade de São Paulo. *Arq. Bras. Cardiol.*, v. 79, n. 1, p. 35-42, 2002.
- 10- VANZELLI, A. S.; BARTHOLOMEU, J. B.; MATTOS, L. N. J.; BRUM, P. C. Prescrição de exercício físico para portadores de doenças cardiovasculares que fazem uso de betabloqueadores. *Rev. Soc. Cardiol. Est. São Paulo*, v. 15, n. 2, p. 10-16, 2005.
- 11- DIOGUARDI, G. S.; PASSARELLI JÚNIOR, O.; BORELLI, F.; AMODEO, C. Hipertensão e esportes. *Rev. Soc. Cardiol. Est. São Paulo*, v. 15, n. 3, p. 197-202, 2005.
- 12- BADELL, L. C.; COTILLA, L. L.; CARMONA, J. R. La actividad física en la rehabilitación del paciente hipertenso. Propuesta de un sistema de ejercicios. *Revista digital. Maio*, 2005.
- 12- FORTES, A. N. Diagnósticos de enfermagem em pacientes com angina instável internados em um hospital especializado. 2007. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2007.

Publicación: Octubre 2011

Preguntas, aportes y comentarios serán respondidos por los autores a través de la lista de **Enfermería Cardiovascular**.

Llene los campos del formulario y oprima el botón "Enviar".

Ver mensajes: [Septiembre](#) - [Octubre](#)

Preguntas, aportes o comentarios:

Nombre y apellido:

País:

Dirección de E-Mail:

Confirmación Dirección de E-Mail: