

# O USO DE DIURÉTICOS NO MANEJO DA HIPERTENSÃO EM PACIENTES COM SOBREPESO

Autoria: ANDRADE, M. E<sup>1</sup>; DAVANSO, G. V. T<sup>2</sup>; RODRIGUES, P. S<sup>3</sup>; SANTOS, R. P<sup>4</sup>; FERREIRA, L<sup>5</sup>.

**Palavras chave:** Hipertensão arterial e diuréticos, sobrepeso, atuação do nutricionista.

## INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial se caracteriza pelo aumento anormal da pressão que o sangue exerce ao circular pelas artérias do corpo, determinada pela força exercida pelo coração para bombear o sangue nas paredes internas das artérias e a resistência dos vasos à essa passagem. Para o indivíduo ser considerado hipertenso o valor da pressão deve ser maior ou igual que 14 por 9 (140/90), representada em milímetros por mercúrio (mmHg) no aparelho chamado esfigmomanômetro. É classificada como uma enfermidade crônica e não transmissível, acometida por questões multifatoriais, dentre eles: causas genéticas, ambientais e sociais, sendo capaz de proporcionar alterações funcionais e estruturais no organismo, aumentando a possibilidade de desencadear outras patologias, como, doenças renais e cardiovasculares, onde o risco de óbito se apresenta mais robusto em pacientes obesos. (RODRIGUES, 2022).

Seu tratamento farmacológico consiste na ingestão de medicamentos que expressam o papel de contribuir para a diminuição da pressão arterial (PA). Os diuréticos são os mais conhecidos e utilizados pela população de indivíduos hipertensos, atuando com o aumento da reabsorção de água e sódio no sistema renal. Classificam-se em: diuréticos tiazídicos, de alça e os poupadores de potássio. (SOUZA; SILVA; MENDONÇA, 2022).

Porém, a hipertensão arterial é uma patologia que geralmente está acompanhada de outros casos clínicos, incluindo obesidade e diabetes. O

<sup>1</sup> Maria Eloisa de Andrade. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana - Pr. 2023. mariaeloisaandrade23@gmail.com

<sup>2</sup> Giovana Vitória Trizotto Davanso. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2023. giovanatrizotto@gmail.com

<sup>3</sup> Pamela Rodrigues. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2023. Pamela\_pampam1@hotmail.com

<sup>4</sup> Rhuan Pablo dos Santos. Acadêmico do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2023. Ruansantospablo0301@gmail.com

<sup>5</sup> Luciano Ferreira. Orientador da pesquisa. Docente Especialista do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2023. luciano.ferreira@fap.com.br

aparecimento dessas enfermidades está relacionado aos hábitos comportamentais, envolvendo principalmente a alimentação e o sedentarismo. (NIGRO; et al., 2021).

A obesidade é o agravo do sobrepeso, se caracteriza pelo excesso de gordura corporal, impactando na saúde do indivíduo. É utilizado o cálculo de IMC para basear o nível da obesidade de acordo com o peso e altura ao quadrado, esse método não define exatamente a quantidade de gordura. O acúmulo de gordura na região abdominal, está associada a um maior risco de desenvolver doenças cardiovasculares. Portanto, além dos valores antropométricos se faz necessário avaliação de circunferência da cintura e circunferência do quadril (CQ) para uma melhor caracterização do paciente. (BEZERRA, 2021).

O papel do profissional da nutrição dentro da equipe multiprofissional, é o de educar o paciente, favorecendo as mudanças de hábitos alimentares. Nesse cenário o nutricionista empregando as estratégias da educação nutricional, torna-se fundamental para a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis. (FERNANDES; DE LIMA PONTES 2020, apud; SILVA, R. A; et al; 2022).

O presente trabalho tem como objetivo principal destacar a função do nutricionista dentro da equipe multiprofissional, mostrar os meios de prevenção das doenças crônicas não transmissíveis através de hábitos alimentares saudáveis, favorecendo a qualidade de vida e diminuindo os riscos de desenvolver outras patologias, que conseqüentemente contribuir para a diminuição de morbimortalidade.

## **METODOLOGIA**

O trabalho desenvolvido seguiu os preceitos do estudo exploratório, por meio de uma pesquisa bibliográfica, que, segundo Gil (2008, p. 50), “ é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído de livros e artigos científicos.

Utilizou-se artigos sobre a temática, acessados nas bases de dados: Google Acadêmico, publicados nos últimos 5 anos (2019 a 2023).

Esta revisão bibliográfica, após intensa e sistemática análise da literatura localizou 72 artigos científicos, dos quais após a leitura dos resumos 63 foram excluídos que não atendiam os requisitos da pesquisa.

Foram utilizados 09 artigos de revisão disponíveis online em texto completo. Os seguintes descritores foram aplicados: Hipertensão em pacientes com sobrepeso, Uso de diuréticos e A atuação do nutricionista na prevenção da hipertensão arterial.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O surgimento da hipertensão arterial pode apresentar-se, excetuando-se os fatores idiopáticos através do estilo de vida do indivíduo, envolvendo principalmente a alimentação. (Moraes et al., 2020; Barroso et al., 2021), relata que as principais causas de risco observada são: obesidade, sedentarismo, estresse crônico, tabagismo, consumo excessivo de álcool, sexo, etnia, dieta rica em sódio, além de causas hereditárias. Dado esses dados, pesquisas nos mostra que em 2021 o número de casos de hipertensão duplicou para 1,28 bilhões, reafirmando assim que mais de um bilhão de pessoas possui hipertensão, totalizando 82% de pessoas com hipertensão no mundo.

Após dado o diagnóstico de hipertensão é de extrema relevância a atuação de uma equipe multiprofissional a qual pode ser composta por um médico cardiologista, enfermeiro, nutricionista, psicólogo, educador físico, assistente social e também não menos importante o agente comunitário. Para que assim seja dado uma maior atenção para o tratamento. (ACOSTA; et al., 2021).

O nível elevado de gordura corporal aumenta os riscos da patologia, o que amplia as possibilidades de desenvolver doenças cardiovasculares especialmente quando há um maior acúmulo de gordura na região abdominal, desse modo, pode ocorrer a diminuição de riscos através da alimentação sendo orientada pelo nutricionista.

O estudo “Medidas Hipertensivas em Escolares: Risco da Obesidade Central e Efeito Protetor da atividade Física Moderna- Vigorosa”, contou com 336 crianças e adolescentes, com a faixa etária entre 11 e 17 anos. Onde foi aferido peso, estatura, circunferência abdominal e a pressão arterial, após a

coleta desses dados foi calculado o escore Z do índice de massa corporal (IMC-Z), já o nível de atividade física foi avaliado pelo Questionário Internacional de Atividade Física em crianças com PA sistólica ou PA diastólica acima do percentil 95, de acordo com sexo, altura e idade ou acima de 120/80mmHG obteve diagnóstico de hipertensos. A pesquisa apresentou os seguintes resultados: Hipertensão arterial em 40,5% do público estudado, sobrepeso em 31,1% e obesidade em 12,5%, sendo 13,4% com superior circunferência abdominal. Determinando que crianças insuficientemente ativas faz parte do 40,3%, já crianças que são fisicamente ativas apresentaram menor risco de pressão arterial diastólica elevada. (FRANCO, 2020).

Os diuréticos de alça são indicados para pacientes com hipertensão complicada, porém podem causar efeitos adversos como: hipotensão, hipocalcemia, hipovolemia, surdez, hipomagnesemia; e diurese. Segundo Carvalho (2022), os diuréticos de alça elevam a eliminação de cálcio e magnésio e diminuem a eliminação de ácido úrico. Os tiazídicos são recomendados para a insuficiência cardíaca leve e hipertensão com efeitos indesejáveis em: diurese, disfunção erétil e hipocalcemia. Pouparadores de potássio são utilizados para insuficiência cardíaca leve e hipertensão resistente, causando em certos casos: hipercalemia, ginecomastia e acidose metabólica.

## **CONCLUSÃO**

Conclui-se que a prevenção e o tratamento da hipertensão em indivíduos com excesso de peso são desafios significativos para a saúde pública. O trabalho dos nutricionistas desempenha um papel fundamental nesse processo, ajudando os pacientes a adotarem hábitos alimentares saudáveis e contribuindo para a redução dos fatores de risco relacionados às doenças cardiovasculares. A abordagem que envolve diversos profissionais e o uso adequado de medicamentos, como os diuréticos, são fundamentais para controlar a hipertensão arterial e melhorar a qualidade de vida desses indivíduos.

## REFERÊNCIAS

ACOSTA, Beatriz Suffert et al. Atuação do nutricionista: uma revisão bibliográfica sobre a importância do profissional na atenção primária à saúde. In: **Congresso Internacional em Saúde**. 2021.

BONOTO, Luiz Carlos Mendes; OLIVEIRA, Luiz Gustavo de. A importância da implantação do teste de troponina de alta sensibilidade como marcador cardíaco em hospitais da aeronáutica de segundo escalado. **Revista Sau Aer**, p. 17-23, 2020. Disponível em:

[https://www2.fab.mil.br/dirs/phocadownload/revista\\_set2020/artigo\\_original.pdf](https://www2.fab.mil.br/dirs/phocadownload/revista_set2020/artigo_original.pdf). Acesso em: 10 abril 2022.

DA SILVA, Rafael Antunes et al. A atuação do nutricionista na prevenção da hipertensão arterial: uma revisão de literatura The nutritionist's performance in the prevention of arterial hypertension. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 5, n. 3, p. 8147-8157, 2022.

FRANCO, Roberto Jorge da Silva. A atividade física no presente pode ser a receita para evitar os males da obesidade e hipertensão no futuro. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 115, p. 50-51, 2020.

JUNIOR, Sadi Antonio Pezzi et al. Combate à hipertensão arterial: Importância da prevenção e do cuidado. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 4, p. e56211427794-e56211427794, 2022.

NIGRO, Ana Helena Lancellotti et al. Medicamentos utilizados no tratamento da obesidade: revisão da Literatura. 2021.

RODRIGUES, Valéria Vieira et al. Efeitos anti-hipertensivos da Alpinia Zerumbet (Colônia): uma revisão da literatura. 2022.

SILVA, Wilna Karla da; SOUZA, Cleide Fernandes de. O uso dos medicamentos Anti-Hipertensivos Diuréticos no tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica. 2022.

SWEIS, R. N.; JIVAN, A. Myocardial Infarction: Practice Essentials, Background, Definitions. **Manual MDS**. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/profissional/doen%C3%A7as-cardiovasculares/doen%C3%A7a-coronariana/infarto-agudo-do-mioc%C3%A1rdio-iam>. Acesso em: 14 mar. 2022.