

# A contribuição das associações de pacientes hipertensos para o controle da hipertensão arterial

Paulo César B. Veiga Jardim

Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Goiás  
Liga de Hipertensão

A hipertensão arterial hoje reconhecida como importante problema de saúde pública, por ser fator de risco cardiovascular de grande prevalência, tem sido nos últimos anos objeto da atenção da academia (representada pelas universidades e pelas sociedades médicas) e das autoridades encarregadas do planejamento das ações relativas à saúde da população.

Este fatos têm levado a ações mais constantes, permitindo um maior grau de conhecimento da população a este respeito, o que acaba por aumentar a solicitação dos indivíduos em busca de melhores cuidados relativos a pressão arterial e outros fatores de risco cardiovascular.

Contradicoratoriamente, a sociedade brasileira vem convivendo com a presença cada vez maior de hábitos de vida prejudiciais à saúde cardiovascular, culminando com alta prevalência de obesidade, dislipidemia, tabagismo e sedentarismo. O grande número de indivíduos portadores de *diabetes mellitus* tipo 2 agrava ainda mais o quadro, pois este, a par de ser também importante fator de risco cardiovascular, cursa comumente em associação, quando não diretamente relacionada, aos fatores acima referidos e todo o conjunto freqüentemente associado à pressão elevada.

Se por um lado o diagnóstico da hipertensão arterial é muito fácil, hoje muito acessível, e o tratamento resulta

em evidentes benefícios, por outro, estamos diante de uma dificuldade que não é exclusiva de países em desenvolvimento como o nosso.

Trata-se do grande desafio, que é a adesão ao tratamento anti-hipertensivo.

Todo indivíduo hipertenso que assume seu tratamento acaba por diminuir em muito os riscos do aparecimento das doenças cardiovasculares. Neste caso a adoção de hábitos de vida mais saudáveis é a primeira garantia do alcance destes objetivos.

O uso de medicamentos, muitas vezes necessários, é outro aspecto já reconhecido de diminuição dos agravos à saúde ocasionados pela hipertensão.

A adoção deste conjunto de medidas, ou seja, uma boa aderência ao tratamento, é o grande fator limitante no sucesso.

Várias são as possibilidades que vão melhorar a adesão às orientações.

A participação ativa do indivíduo no processo que visa mantê-lo saudável, evitando o aparecimento de doenças relacionadas ao aparelho cardiovascular, é condição indispensável para uma efetiva observância aos princípios do tratamento. Aqui se situam as associações de pacientes hipertensos.

No Brasil o aparecimento das associações de hipertensos teve início na cidade de São Paulo, na década de 1990, com a criação da Associação Paulista de Assistência ao Hipertenso (APAH). A iniciativa foi levada a efeito por ação direta do Dr. Carlos Alberto

Machado, que, juntamente com um grupo multiprofissional que atuava junto a hipertensos no PAM-Belém da Secretaria Estadual de Saúde e na Unidade Básica de Saúde do Jardim São Francisco da Secretaria Municipal de Saúde, incentivou um grupo de pacientes a assumir parcela de responsabilidade sobre seu tratamento.

Na concepção inicial da criação da Associação havia explicitamente os objetivos de: a) reduzir o custo de medicamentos; b) promover educação em saúde da população para a importância da prevenção, detecção e controle da hipertensão e finalmente c) diminuir a morbidade e mortalidade por doença cardiovascular.

Quando verificamos nas entrelilhas, o que de fato moveu os interessados (equipe de saúde e pacientes mais esclarecidos) para a criação da associação pioneira foi a necessidade de conseguir uma melhor organização da comunidade, de modo que pudesse exercer seu direito mais que legítimo: O DA CIDADANIA.

Quando o indivíduo passa a atuar de maneira coesa, com objetivos definidos, pode adquirir realmente grande força e assim pressionar as autoridades constituídas para a criação, manutenção e ampliação de projetos e programas que visem o bem comum.

Este é o próprio conceito de cidadania que assim passa a ser exercida de maneira integral, valorizando o homem na sua totalidade.

Após a concretização da primeira associação de pacientes hipertensos, várias outras foram surgindo. Sempre com a mesma filosofia e estimuladas inicialmente pelas equipes de saúde que viam nesta forma de organização uma maneira de garantir a continuidade de seus projetos de utilidade pública.

Na esteira das associações regionais, foi criada a Confederação Nacional dos Portadores de Hipertensão Arterial com o intuito de congregar as diversas associações existentes e estimular a criação de outras para dar efetivamente o caráter nacional a esta organização popular.

E qual a importância destas associações para o controle da hipertensão arterial no Brasil?

É apenas o ponto de partida. Neste momento, são os primeiros passos, a existência de uma entidade oficial, que ainda que incipiente já alerta as autoridades, já sensibiliza.

Ao longo do tempo, com o fortalecimento da instituição, maior será sua força e maiores serão as chances de vitórias objetivas.

Vejamos em quais aspectos as associações poderão efetivamente

contribuir para o melhor controle da hipertensão:

a) participação ativa das associações nos processos de planejamento de saúde, visando dar continuidade e permitir o aperfeiçoamento dos projetos em curso;

b) ação junto aos governos, em todos os níveis, para o fortalecimento das políticas de saúde, que permitam uma melhor organização da estrutura de atendimento (público ou privado) com a preocupação de dar assistência adequada a este aspecto do processo saúde-doença;

c) ação junto aos órgãos públicos e privados no sentido de permitir à população acesso efetivo ao sistema de saúde e que este seja eficiente e humano;

d) ação junto aos órgãos públicos e privados no sentido de tornar universal o acesso aos medicamentos. Seja pelo acesso gratuito, provido pelo poder público, às populações de baixa renda, seja pela prática de preços aceitáveis pela indústria, para aqueles que possuam meios para a aquisição dos mesmos;

e) ação geral no sentido da ampliação, aperfeiçoamento e generalização dos projetos de educação em saúde, objetivando oferecer, à popu-

lação como um todo, as informações necessárias para a adoção de atitudes saudáveis para a manutenção da saúde e a prevenção das doenças cardiovasculares;

f) ação junto aos órgãos planejadores e reguladores da educação no país, para ênfase na busca de ações educativas obrigatórias nas escolas do primeiro e segundo graus, procurando criar uma mentalidade de saúde e de não-doença, como maneira mais efetiva e econômica de promover o bem-estar do cidadão.

O caminho é longo e árduo, os riscos de desvios são inerentes à caminhada. Riscos do uso equivocado das associações com fins políticos menores, riscos do desvio de recursos, quando passarem a existir, para fins menos lícitos, riscos, enfim, inerentes às ações renovadoras e com a participação popular.

Mas a caminhada vale a pena, o que se busca é a criação de uma consciência coletiva na qual o indivíduo exerça seus direitos de reivindicação no sentido mais amplo. Dono de seu destino, participe na construção do processo do exercício pleno da cidadania.

## Referências

1. Nobre F, Pierin A, Mion Jr D. *Adesão ao tratamento: o grande desafio da hipertensão*. São Paulo: Lemos, 2001; 118 p.
2. Jardim PCV, Sousa ALL, Monego ET. Atendimento multiprofissional ao paciente hipertenso. *Rev Medicina Ribeirão Preto* 1996; 29(2/3): 232-8.
3. Cury Jr. AJ, Labbadia EM. Hipertensão arterial e atendimento multiprofissional. Sociedade Brasileira de Clínica Médica - Regional São Paulo (matéria do site [http://www.brasilmedicina.com/especial/clinicam\\_t1s1.asp](http://www.brasilmedicina.com/especial/clinicam_t1s1.asp)).