



Nelson Dinamarco
Editor-chefe da Revista
Brasileira de Hipertensão
Arterial - Gestão 2022-2023



José Carlos Ayoub
Coeditor da Revista Brasileira
de Hipertensão Arterial
Gestão 2022-2023



Luis Cuadrado Martin
Coeditor da Revista Brasileira
de Hipertensão Arterial
Gestão 2022-2023



Emilton Lima Junior
Coeditor da Revista Brasileira
de Hipertensão Arterial
Gestão 2022-2023



Lucélia Magalhães
Presidente da DHA-
Sociedade Brasileira
de Cardiologia
Gestão 2022-2023

"HOMO LUDENS" E O TRIÂNGULO VIRTUOSO

São constrangedores alguns dados epidemiológicos em hipertensão. O estudo de GELDSETZER, em 2019, identificou que na América Latina e Caribe (espaço geográfico em que estamos inseridos) somente um a cada cinco pacientes hipertensos está com sua pressão arterial controlada e dentro da meta pressórica recomendada. Estes números explicam o porquê que o Ministério da Saúde contabiliza no Brasil uma média diária de 388 mortes por hipertensão arterial. Para entendermos a dimensão deste número é como se um avião Boeing 747 caísse todos os dias em nosso país, matando todos os seus ocupantes. Muitas destas mortes poderiam ser evitadas se estes hipertensos estivessem com seus níveis pressóricos controlados.

Quais estratégias poderíamos considerar para atuar sobre este cenário e mudarmos o curso desta nefasta história?

Consigo identificar três elementos fundamentais, dois de sustentação levando ao objetivo, para isto chamei de "Triângulo Virtuoso". Na base deste triângulo equilátero temos em cada vértice um elemento: 1. Adesão ao Tratamento (paciente) e 2. Inércia Terapêutica (médico) no ápice do triângulo, nosso objetivo maior que é o atingimento da meta pressórica, resultado da sinergia dos elementos da base deste triângulo.

O interessante artigo de revisão de FURTADO publicado nesta edição da nossa revista, apresenta uma estratégia, educacional e lúdica, bastante eficaz para melhorar a adesão ao tratamento dos pacientes hipertensos. Por meio de recursos tecnológicos, estimulamos o envolvimento do paciente no controle da sua hipertensão arterial.

Estratégias educativas têm se mostrado muito efetivas na melhora da adesão ao tratamento. FAROUMANDI, em sua publicação em 2020, nos traz resultados de que estratégias educacionais sobre a hipertensão arterial, melhoram em até 29% o controle pressórico em pacientes sob tratamento medicamentoso. A "gameificação" atavicamente faz parte da nossa identidade humana mais do que imaginamos, muito do que aprendemos e executamos socialmente, de início experimentamos de maneira lúdica ao longo do nosso desenvolvimento. HUIZINGA, em seu livro *Homo Ludens*, nos leva a uma reflexão do impacto de estratégias lúdicas em nosso aprendizado e na modificação de nossos comportamentos. Ao estar efetivamente envolvidos e corresponsabilizados em ações com objetivo de atingir o controle pressórico efetivo – meta pressórica, por meios educacionais e lúdicos, aumentamos, em muito, a chance do sucesso no tratamento do principal fator de risco cardiovascular que é a Hipertensão Arterial.

"Diga-me e eu esquecerei; ensina-me e eu poderei lembrar; envolva-me e eu aprenderei." Benjamin Franklin

Emilton Lima Júnior
Prof. Ambulatório de Cardiometabolismo - Hospital de Clínicas - UFPR