

RESUMO - FISIOTERAPIA

A ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA EM PACIENTES COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA CLÍNICA MÉDICA

Hernando De Costa Grilo (hernando@udf.edu.br)

Fabício Vieira Cavalcante (cleverson.fernandes@udf.edu.br)

Karina Magalhães Alves Da Mata (karinamata59@yahoo.com.br)

Cleverson Rodrigues Fernandes (cleversonfernandes@univ.Edu.br)

Introdução: A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma condição crônica multifatorial caracterizada pela elevação persistente da pressão arterial, impactando diretamente o sistema cardiovascular e aumentando o risco de eventos como infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral. No ambiente da clínica médica, muitos pacientes hipertensos apresentam redução da capacidade funcional, sedentarismo, ansiedade e intolerância ao esforço. A fisioterapia atua como estratégia terapêutica não farmacológica essencial, integrando exercício físico, educação em saúde e intervenções humanizadas que valorizam o indivíduo em sua totalidade.

Objetivo: Analisar e sintetizar os benefícios da fisioterapia na reabilitação e controle clínico de pacientes com hipertensão na clínica médica,

considerando aspectos fisiológicos, funcionais e psicossociais.

Métodos: Foi realizada uma revisão narrativa da literatura nas bases PubMed, SciELO, PEDro e Google Scholar, incluindo estudos publicados entre 2015 e 2024. Selecionaram-se ensaios clínicos, revisões sistemáticas e diretrizes internacionais que abordassem intervenção fisioterapêutica em adultos com HAS em contexto hospitalar e ambulatorial. Foram excluídos estudos com populações pediátricas ou relacionados a hipertensão secundária de origem rara. A análise priorizou efeitos sobre pressão arterial, capacidade funcional, bem-estar psicológico e marcadores de risco cardiovascular.

Resultados: A literatura demonstra que exercícios aeróbicos supervisionados, como caminhada, cicloergometria e treinamento intervalado moderado, promovem redução significativa da pressão arterial sistólica e diastólica, especialmente quando realizados de forma contínua. Exercícios resistidos de baixa a moderada intensidade mostraram melhorar a força muscular e a tolerância ao esforço, contribuindo para maior independência funcional. Técnicas respiratórias, como respiração diafragmática e treino de relaxamento, auxiliaram na redução da atividade simpática, contribuindo para controle pressórico e menor ansiedade. Intervenções educativas, especialmente aquelas centradas no paciente, aumentaram a adesão ao tratamento, favorecendo mudanças de estilo de vida. De forma humanizada, o fisioterapeuta desempenhou papel crucial no acolhimento, escuta ativa e construção de autonomia, elementos fundamentais para adesão terapêutica em doenças crônicas.

Conclusões: A fisioterapia representa uma ferramenta eficaz e indispensável no cuidado do paciente com hipertensão na clínica médica, ampliando o controle pressórico, reduzindo fatores de risco e promovendo funcionalidade e bem-estar físico e emocional. A integração de exercícios prescritos de

maneira individualizada, técnicas respiratórias e educação em saúde reforça o papel da fisioterapia como componente essencial no manejo interdisciplinar da hipertensão. Uma prática humanizada, que considera o contexto de vida, limitações e particularidades do paciente, potencializa os resultados clínicos e fortalece o autocuidado.

Palavras-chave: : fisioterapia; hipertensão arterial sistêmica; reabilitação; exercício terapêutico; clínica médica; promoção da saúde.