

Sociedade Brasileira de Hipertensão

Nelson Dinamarco
Presidente

Andrea Pio Abreu
Vice-Presidente

Andreia Cristiane Carrenho Queiroz
Primeira Secretária - afastada

Márcia Regina Simas Torres Klein
Secretária em exercício

Decreto de Utilidade Pública Federal pela Portaria nº 25 de 08/01/2001

Sandra Lia do Amaral Cardoso
Tesoureira

Decreto de Utilidade Pública Estadual pela Portaria nº 46.459 de 28/12/2001

Elizabeth Silaid Muxfeldt
Diretora Científica

Decreto de Utilidade Pública Municipal pela Portaria nº 42.816 de 29/01/2003

Andrea Pio Abreu
Diretora de Relações Institucionais

Kátia De Angelis Lobo D'Avila
Presidente Anterior

CAMPANHA MENOS PRESSÃO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO – SBH - 2026

“CONTROLANDO JUNTOS A HIPERTENSÃO”

Objetivo da ação: Orientar a população e sensibilizar a respeito do Combate, Prevenção e Detecção da Hipertensão e a importância de realizar a medição da pressão arterial para avaliar a saúde cardiovascular. O foco principal é o rastreio para identificar pessoas que possam estar com os valores da pressão arterial alterados, além de medidas de adoção de hábitos saudáveis de vida para controlar a pressão e evitar as complicações principais da doença. Nesta ação serão feitas aferição da pressão arterial (enfermagem), orientações por profissionais da área da Saúde sobre dieta saudável (nutricionista), atividade física (profissional de educação física), controle do estresse (psicólogo) e cuidados com medicamentos (farmacêutico).

A hipertensão arterial, conhecida como pressão alta (140/90 mmHg) , afeta cerca de 3 em cada 10 brasileiros adultos e é um dos principais fatores de risco para infarto, acidente vascular cerebral (AVC), insuficiência cardíaca e doença renal. Muitas vezes, a hipertensão não apresenta sintomas, mas pode causar sérias complicações quando não controlada.

Controlar a pressão arterial é um compromisso de todos: pacientes, profissionais de saúde, famílias e comunidade. A adoção de hábitos saudáveis é essencial para proteger o coração e os vasos sanguíneos:

- praticar atividade física regularmente (pelo menos 150 minutos por semana);
- reduzir o consumo de sal;
- consumir mais frutas, verduras e alimentos naturais;
- evitar excesso de álcool e não fumar;
- controlar o estresse e manter peso saudável.

Em abril, a Sociedade Brasileira de Hipertensão (SBH) lança a Campanha de Hipertensão 2026 em comemoração ao Dia Nacional de Prevenção e Combate a Hipertensão Arterial (26 de abril) e ao Dia Mundial de Hipertensão (17 de maio). Este ano o tema da campanha é **“Controlando Juntos a Hipertensão”**.

Vamos juntos disseminar a importância do Combate à Hipertensão! Junte-se a SBH nesta missão! Você pode acompanhar todas as atividades da SBH pelo site <https://www.sbh.org.br/>.



@SBHIPERTENSAO

Grazia Maria Guerra, PhD., Prof.
Coordenadora da Campanha Menos Pressão

Nelson Dinamarco, M.D., FAHA, PhD., Prof.
Presidente da SBH

Programação (2026)

10 de abril SANTA CRUZ – BA

Local: Aldeia indígena Tupinambá - cidade de Buerarema, BA, às margens da rodovia BR-101.

Horário: A definir

24 de abril - GOVERNADOR VALADARES-MG

Local: A confirmar.

Horário: Das 9h00 às 13h00

25 de abril – SÃO PAULO, SP

Local: Terminal Rodoviário Tiete - Av. Cruzeiro do Sul 1800 (Santana), São Paulo, SP.

Horário: Das 9h00 às 16h00

26 de abril – UBERLÂNDIA - MG

Local: Terminal Central de Uberlândia – MG, Rua João Pinheiro - Centro, Uberlândia - MG, 38400-126

Horário: Das 07h00min às 13h00min

27 e 28 de abril - BAURU - SP

Local: UNESP, - Campus de Bauru Av. Eng. Luiz Edmundo C. Coube 14-01 - Núcleo Habitacional Presidente Geisel Bauru - SP

Horário: dia 27/04 Das 9h00 às 16h00 e dia 28/04 das 17h00 às 21h00

27 e 28 de abril - RIBEIRÃO PRETO - SP

Local: Terminal Rodoviário de Ribeirão Preto Av. Jerônimo Gonçalves, 640 - Centro, Ribeirão Preto SP, 14010-040

Horário: 27/04 Das 7h00 às 13h00 e dia 28/04 das 9h00 às 11h00

17 de maio – SÃO PAULO- SP

Local: FIESP Av: Paulista n. 1313

Horário: Das 09h00min às 16h00 min

15 de maio – ILHÉUS- BA

Local: Universidade Estadual de Santa Cruz – UESC - Campus Soane Nazaré de Andrade, Rodovia Jorge Amado, Km 16, Bairro Salobrinho

Horário: Das 9h00 min às 13h00 min

18 e 19 de maio – ARARAQUARA – SP

Local: Faculdade Odontologia Rua Humaitá n. 1680 – Centro, Araraquara/SP - CEP 14800-385

Horário: Das 9h00 min às 16h00 min

22 de maio – FRANCA – SP

Local: Policlínica Piquet Carneiro (PPC/UERJ) - Av. Marechal Rondon, 381 - São Francisco Xavier

Horário: Das 09h00min às 12h00min

Data a definir – SÃO FRANCISCO XAVIER - RIO DE JANEIRO - RJ

Local: Policlínica Piquet Carneiro (PPC/UERJ) - Av. Marechal Rondon, 381 - São Francisco Xavier

Horário: quinta feira - Das 08h00min às 12h00min

Data a definir – FLORIANÓPOLIS, SC

Local: a definir

Horário: a definir