

**PRESSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS:
Revisão de Literatura**

ANA PAULA DOS SANTOS¹

JULIANA EDWIGES MARTINEZ SPADA²

¹Discente do curso de Fisioterapia da FADAP-FAP. Tupã/SP.

²Orientadora e Docente do curso de Fisioterapia da FADAP-FAP. Tupã/SP.

RESUMO: Atualmente, o ministério da saúde relata em suas orientações que a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) tem afetado indivíduos de todas as faixas etárias e, por todo o país, demonstrando uma realidade bem complexa em relação a um problema que pode se instalar desde muito cedo e, em qualquer pessoa. **OBJETIVO:** Revisar o comportamento da pressão arterial sistêmica (PAS) em jovens universitários. **METODOLOGIA:** Estudo exploratório de revisão de literatura cuja fonte que favoreceu a realização da pesquisa foi o Google Acadêmico por meio das palavras-chave: hipertensão; jovens; pressão arterial; e universitários. Os artigos foram publicados entre os anos de 2015 a 2020. O levantamento compreendeu o período de 10/04/2020 a 09/07/2020. **RESULTADOS:** Na base de dados Google Acadêmico, foram encontrados 6.890 trabalhos com as palavras-chave utilizadas entre o período de 2015 a 2018 e, foram selecionados 8 artigos, de acordo com os critérios de inclusão/exclusão, lidos na íntegra e analisados em profundidade. **CONCLUSÃO:** Esta pesquisa contribui ao servir de base para maior conhecimento da atual literatura sobre o tema em estudo, pois se propôs a revisar o comportamento da PA em jovens universitários e, por meio deste, foi possível verificar que tais jovens sofrem influências sociais que acabam afetando a PAS e, aumentando a prevalência de HAS nesta população.

PALAVRAS-CHAVE: Hipertensão; Jovens; Pressão Arterial; Universitários.

1. INTRODUÇÃO

Sabe-se que desde os tempos do Egito Antigo já se buscava aferir de alguma forma as pulsações sanguíneas, entretanto a forma mais precisa de aferição da Pressão Arterial Sistêmica (PAS) ocorreu somente por volta dos séculos XVI e XVII (INTROCASO, 1996).

Atualmente, o ministério da saúde relata em suas orientações que a PAS tem afetado indivíduos de todas as faixas etárias e, por todo o país, demonstrando uma realidade bem complexa em relação a um problema que pode se instalar desde muito cedo na vida de cada pessoa (ESTAEL et al., 2016).

A agência Brasil informa que no ano de 2017 foram relatados 84 óbitos a cada hora, chegando a 829 em um dia, somando um número assustador de 302.000 mil mortes por ano, decorrentes de complicações da Hipertensão Arterial Sistêmica HAS (LABOISSIÉRE, 2019).

Por volta do ano de 1970 houve uma atenção maior em relação à aferição da PAS em crianças e adolescentes, anteriormente a esta data, só se aferiam a PAS de crianças e adolescentes que estavam em quadros clínicos preocupantes, sendo muitas vezes complicações renais assim, por tais motivos, vários estudos vêm sendo realizados para analisar a relação da PAS na vida adulta destas pessoas (MAGALHÃES et al., 2002).

De acordo com Araújo (2007) a HAS se tornou um problema clássico entre jovens e adultos, podendo também surgir durante a infância e adolescência em muitas partes do mundo. Estima-se que em 2023 poderão morrer aproximadamente 23,6 milhões de pessoas por problemas cardiovasculares, oriundos da grande falta de preocupação que muitos indivíduos apresentam em relação à PAS elevada (RADOVANOVIC et al., 2014).

A HAS é a principal vilã das doenças crônicas não contagiosas e, pesquisas mostram que uma pequena redução na PAS é capaz de reduzir significativamente a morbidade e a mortalidade cardiovascular da população (REVISTA BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO, 2014).

Ainda, há estudos que referem a projeção de 60% no aumento dos casos de HAS nos próximos 5 anos, sendo os homens também mais afetados por falta de cuidados com sua própria saúde, maus hábitos alimentares, sobrepeso, etilismo, tabagismo e sedentarismo (DANTAS et al., 2016).

A predominância da PAS elevada entre as mulheres chega há 80%, tendo como causa, na maioria das vezes, o sobrepeso, sedentarismo e principalmente a chegada da menopausa que, pode ser fator contribuinte à osteoporose (LANZARA, 2009).

Condições socioeconômicas da população podem evidenciar importantes informações a respeito da saúde de cada pessoa dentro de seu ambiente social onde se encontram inseridos (WESCHENFELDER, 2012).

Muitas vezes é necessário o controle da HAS pelo uso de medicamentos, porém existem vários efeitos colaterais indesejáveis deste modo, também pode ocorrer que para melhora da PAS, os indivíduos precisem somente de mudanças de alguns hábitos de vida, em relação à alimentação, exercícios físicos, entre outras mudanças, para que não se instale a cronicidade da doença (PÓVOA, 2009).

Muitas vezes, a baixa adesão da população, em relação ao seu próprio tratamento, dificulta a ação de programas preventivos e da melhora de qualidade de vida (TAVARES, 2016).

No Brasil, nos últimos 35 anos houve um aumento triplo da HAS entre crianças e adolescentes, e a grande causa vem sendo o excesso de peso entre elas, sendo este um fator predominante para problemas crônicos na vida adulta (RINALDI, 2012). Deste modo, a presente pesquisa busca por mais evidências do comportamento da PAS em jovens universitários.

1.1 OBJETIVO

Revisar o comportamento da pressão arterial sistêmica em jovens universitários.

2. METODOLOGIA

Este é um estudo exploratório de revisão de literatura que seguiu a sequência: definição e categorização do tema pesquisado, estipulando critérios de inclusão e exclusão para apuração literária.

2.1 PROCEDIMENTO

A fonte favorecida para realização da pesquisa foi o Google Acadêmico por meio das palavras-chave: Hipertensão; Jovens; Pressão Arterial; Universitários.

Em seguida, foram pré-selecionadas as especificações de inclusão e exclusão da literatura analisada, para a verificação necessária de publicações de artigos em periódicos.

2.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Para critérios de inclusão, ressaltou-se: artigos publicados apenas em periódicos indexados e trabalhos vinculados somente com a língua portuguesa.

Foram somente selecionados trabalhos na íntegra (não bloqueados pelas fontes de pesquisas) e pesquisas publicadas apenas entre os anos de 2015 a 2020.

Estes critérios foram definidos com o objetivo de adquirir publicações relativamente mais atuais da temática desta pesquisa. O levantamento compreendeu o período de 10/04/2020 a 09/07/2020.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na base de dados Google Acadêmico, foram encontrados 6.890 trabalhos com as palavras-chave utilizadas entre o período de 2015 a 2020. Em seguida, foram selecionados 8 artigos de acordo com os critérios de inclusão/exclusão, lidos na íntegra e analisados em profundidade.

As informações obtidas a partir do levantamento literário serão apresentadas a seguir, levando em consideração os dados de identificação dos autores e dos artigos, o ano de publicação, título, periódico, declaração dos

objetivos (Tabela 1) e análise do conteúdo quanto ao comportamento da pressão arterial sistêmica em jovens universitários.

Tabela 1: Listagem dos artigos analisados segundo o ano de publicação, autor, título, periódico e objetivo.

Ano	Autor(es)	Título	Periódico	Objetivo
2015	Sousa et al.	Alteração dos níveis de pressão arterial em universitários	Texto Contexto Enferm	Avaliar os níveis pressóricos em universitários e sua relação com o nível socioeconômico, o estilo de vida e os dados bioquímicos
2015	Castro et al.	Fatores de risco para hipertensão arterial em acadêmicos de enfermagem de uma universidade	R. Interd.	Conhecer os fatores de risco para hipertensão arterial em acadêmicos do 1º período de Enfermagem de uma Universidade privada de São Luís – MA.
2016	Crispim; Santos	Perfil de atletas universitários segundo marcadores de risco cardiovascular na prevenção de morte súbita	Revista de Inovação, Tecnologia e Ciências (RITEC)	Perfil de atletas universitários segundo marcadores de risco cardiovascular na prevenção de morte súbita.
2017	Neto et al.	Prevalência de hipertensão arterial sistêmica em estudantes de educação física de uma universidade pública no Rio de Janeiro.	J Health Sci	Identificar a prevalência de HAS em estudantes de um curso de bacharelado em Educação Física de uma Universidade pública no Rio de Janeiro.
2017	Santos et al.	Avaliação de fatores de risco e prevalência da hipertensão arterial sistêmica entre os acadêmicos do primeiro e oitavo períodos da faculdade de medicina de Barbacena	Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais	Avaliar os fatores de risco para HA e doenças cardiovasculares assim como a prevalência de HA em uma população de acadêmicos de Medicina do primeiro e oitavo períodos da Faculdade de Medicina de Barbacena.
2017	Lopes et al.	Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis em universitários	Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza	Verificar as mudanças ocorridas na vida de estudantes universitários após um ano de ingresso no meio acadêmico e a sua relação com fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis.
2018	Santos et al.	Fatores de risco para hipertensão em jovens universitários	Rev. Ciênc. Méd. Biol.	Estimar a prevalência de hipertensão e de fatores de risco em um grupo de universitários de uma instituição privada na cidade de Salvador.
2018	Frazão; Souza	Avaliação da pressão casual e frequência cardíaca em repouso de universitários de educação física da universidade estadual de goiás, Goiânia	Corpo, ciência e mercado: os desafios para a Educação Física	O objetivo do estudo foi avaliar a pressão arterial casual e frequência cardíaca em repouso de universitários de Educação Física da Universidade Estadual de Goiás, Goiânia.

Santos et al. (2017) descrevem em seus estudos que, ao ingressarem em uma faculdade ou universidade tanto homens quanto mulheres mudam seu comportamento em relação à alimentação e exercícios físicos, substituindo muitas vezes a alimentação saudável por *fast food*, incluindo ainda maus hábitos como o consumo de bebidas alcoólicas e o uso do tabaco sendo rotineiro ou casual.

Ainda, de acordo com os autores acima, a HAS entre jovens também está relacionada ao sobrepeso, obesidade, sedentarismo, consumo de álcool, condições socioeconômicas, mas, principalmente, ao histórico familiar. Também observam que, quando os jovens saem de casa para estudar, encontram um outro ambiente cheio de novidades, querem aproveitar o momento de liberdade que, muitas vezes o fazem de modo não sadio.

Já para Sousa et al. (2015) há um grande erro em relação ao pensamento de que quanto mais instruída for a pessoa, mais ela cuidará da sua saúde, estes autores também reforçam o alerta quanto ao consumo da má alimentação associada à ingestão de álcool.

Há um estereótipo de que pessoas que fazem o ensino superior são disciplinadas em relação à exercícios físicos e alimentação, entretanto estudos vêm mostrando que a HAS não tem afetado somente a faixa de meia idade, mas também jovens universitários com idades entre 17 a 19 anos, sendo assim também necessário voltar a atenção para esse público (NETO et al., 2017).

Em apenas um semestre frequentando o ensino superior, já é possível afirmar que existem mudanças preocupantes, quanto a HAS em jovens universitários, o que requer grande atenção do poder público para estas faixas etárias (FRAZÃO; SOUZA, 2018).

Castro et al. (2015) reforçam maus hábitos em relação à alimentação, vícios de drogas lícitas/ilícitas, assim como fatores genéticos e a obesidade podem desencadear, nesta fase, o desenvolvimento da HAS insidiosamente.

Em contrapartida Crispim; Santos (2016) abordam sobre um estudo entre atletas universitários que muitas vezes podem ir a óbito por morte súbita pois, existe

um mito de que atletas são saudáveis o todo tempo, mas o exercício de alto rendimento pode levar o organismo a ter reações adversas, levando à doenças cardíacas.

Quanto às mulheres, estas têm se mostrado mais inaptas aos exercícios físicos, em relação aos homens, porém, tanto homens como mulheres, conforme Lopes et al. (2017), acabam em algum momento fazendo o uso de drogas ilícitas e licitas durante período universitário. De acordo com o autor, muitos deles sofrem com o humor deprimido, insônia e afirmam não ter uma ingestão alimentar saudável. Contudo, Santos et al. (2018) afirmam em seus estudos que há uma prevalência em relação a HAS em homens, quando comparados às mulheres.

4. CONCLUSÃO

Esta pesquisa contribui ao servir de base para maior conhecimento da atual literatura sobre o tema em estudo, pois se propôs a revisar o comportamento da PA em jovens universitários e, por meio deste, foi possível verificar que tais jovens sofrem influências sociais que acabam afetando a PA e, aumentando a prevalência de HAS nesta população.

ABSTRACT: Currently, the Ministry of Health reports in its guidelines that Systemic Arterial Hypertension (SAH) has affected individuals of all age groups and, throughout the country, demonstrating a very complex reality in relation to a problem that can be installed for a long time. early and in anyone. **OBJECTIVE:** To review the behavior of systemic blood pressure (SBP) in university students. **METHODOLOGY:** Exploratory study of literature review whose favored source for conducting theresearch was Google Scholar through the keywords: hypertension; young; blood pressure and university students, whose articles were published between the years 2015 to 2020. The survey covered the period from 04/10/2020 to 07/09/2020. **RESULTS:** In the Google Scholar database, 6.890 papers were found with the keywords used between 2015 and 2018, and 8 articles were selected according to the inclusion/exclusion criteria, read in full and analyzed in depth. **CONCLUSION:** This research contributes to serve as a basis

for greater knowledge of the current literature on the subject under study because it was proposed to review the behavior of BP in young university students and, through this, it was possible to verify that such young people suffer social influences that end affecting SBP and increasing the prevalence of SAH in this population.

KEYWORDS: Hypertension; Young; Blood pressure; College students.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAUJO, T. L. de 1.; LOPES, V. de O. M.2.; MOREIRA, P. R.3.; CAVALCANTE, F. T.; GUEDES, G. N.4.; SILVA, Martins da.V.5.; Pressão arterial de crianças e adolescentes de uma escola pública de Fortaleza – Ceará. **Acta Paul Enferm** 2007;20(4):476-82.

DANTAS, C. de O. R.; PAES, A. N.; SILVA, T. M. C. da A.; VALENTI, E. V.; MORA, A. O. J.; CHAMBRONE, Z. J.; ABREU, C. de L.; FARIAS, do C. A. Duarte de M. Determinantes do controle da pressão arterial em homens assistidos na atenção primária à saúde. **O Mundo da Saúde**, São Paulo - 2016; 40(2): 249-256

ESTAEL, S. S. B. S; Oliveira S. F. S. B.; PIERIN A. M. G. M. O controle da hipertensão arterial em mulheres e homens: uma análise comparativa. **Rev Esc Enferm USP**. 2016.

INTROCASO, L. História da medida da pressão arterial; **Arq bras cardiol** Brasília. v.67, n. 5, 1996.

Lanzara, G. Até 80% das mulheres desenvolvem hipertensão após a menopausa **Revista Fleury Medicina e Saúde**. Publicado em: 17/06/2009.

LABOISSIÈRE, Paula.; Hipertensão afeta um em cada quatro brasileiros adultos. **Agência Brasil** Brasília. Publicado em 26/04/2019 - 13:14
e atualizado em 26/04/2019 - 14:35.

MAGALHÃES, M. E. C.; BRANDÃO, A. A.; POZZAN, R.; PIRES, A. B. Hipertensão arterial em crianças e adolescentes. **Rev Bras Hipertens** vol. 9(3): julho/setembro de 2002. – Rio de Janeiro, RJ.

PÓVOA, R.1.; SCALA, C. N. L. 2.; MORENO, H. F.; Estratégias medicamentosas na hipertensão arterial resistente. **Rev Bras Hipertens** vol.16 (Supl 1): S10-S12, 2009. São Paulo, SP.

RADOVANOVIC 2, C. A. T; SANTOS, L. A. dos 3; CARVALHO 4, M. D.de. B; MARCON 5, S. S; Hipertensão arterial e outros fatores de risco associados às doenças cardiovasculares em adultos1 **Rev. Latino-Am. Enfermagem** Artigo Original jul.-ago. 2014.

Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento **ISSN 1981-9919 versão eletrônica Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício** www.ibpex.com.br - www.rbone.com.br São Paulo. v. 13. n. 77. p.120-128. Jan./fev. 2019. ISSN 1981-

Revista Brasileira de Hipertensão **ISSN 1519-7522 A importância do sal na origem da hipertensão.** São Paulo vol. 21(2): 63-67, julho. /setembro. 2014 ISSN 1519-7522.

RINALDI, E. M. A.1.;NOGUEIRA, P. C. K. 2.; RIYUZO, M. C. R.3.; NETO,J.O,4,; GABRIEL,G. F. C. P. 5.; MACEDO,C. S.6.; BURINI, R. Prevalência de pressão arterial elevada em crianças e adolescentes do ensino fundamental. **Rev Paul Pediatr** 2012;30(1):79-86. Uberlândia/MG.

TAVARES, U. L. N.I.; BERTOLDI, D. A.II.; MENGUE, S. S.III.; ARRAIS, P. S. D. IV.; LUIZA,V. L.V.; OLIVEIRA, M. A. V.; RAMOS,L. R. VI.; FARIAS, M. R.VII.; PIZZOL, T. da S. D. P. Fatores associados à baixa adesão ao tratamento farmacológico de doenças crônicas no Brasil. **Rev Saúde Pública** 2016;50(supl 2):10s.

WESCHENFELDER, M. D.; GUE, M. J. Hipertensão arterial: principais fatores de risco modificáveis na estratégia saúde da família. **Revista Eletronica Global Enfermeria** Nº 26 abril 2012.