

Castro, Y. P. P. et al.



PESQUISA

Fatores de risco para hipertensão arterial em acadêmicos de enfermagem de uma universidade
Risk factors for hypertension in nursing students from a university
Factores de riesgo para la hipertensión en los estudiantes de enfermería de una universidad

Yasmin Pascoal Pereira Castro¹, Larissa Vanessa Machado Viana², Michely Glenda Pereira da Silva³, Lais Mayara Machado de Amorim⁴, Moacira Lopes Carvalho⁵, Francisca das Chagas Gaspar Rocha⁶

RESUMO

Objetivou-se conhecer os fatores de risco para hipertensão arterial em acadêmicos do 1º período de Enfermagem de uma Universidade privada de São Luís - MA. O estudo foi de caráter exploratório-descritivo, prospectiva, transversal e com análise quantitativa dos dados. O instrumento para a coleta de dados foi um questionário, aplicado de forma individualizada, analisando o estilo de vida destes jovens, assim como fatores hereditários, de modo a fazer relações quanto à influência do surgimento da doença. Foram entrevistados 52 universitários, a maioria de 20 à 25 anos (67%), mulheres (81%), solteiras (73%) e de cor branca. 52% referiram ingerir bebida alcoólica e 77% não faziam uso do tabaco. 62% apontaram praticar exercícios físicos, sendo de maior preferência a musculação (48%). Quando questionados a cerca da alimentação, 48% destacaram comer Fast Food semanalmente. Em relação a casos de hipertensos na família, 77% destacou possuir algum parente com tal patologia. Os resultados encontrados indicam a falta de orientações quanto aos fatores de risco que muitas vezes podem ser modificados para o não desenvolvimento da doença. **Descritores:** Hipertensão. Fatores de risco. Instituição de Ensino.

ABSTRACT

The objective was to know the risk factors for hypertension in academic nursing the 1st period of a private University of Sao Luis - MA. The study was exploratory and descriptive, prospective, transversal and quantitative data analysis. The instrument for data collection was a questionnaire, applied individually, analyzing the lifestyle of these young people, as well as hereditary factors in order to make relations and the influence of onset. They interviewed 52 students, mostly 20 to 25 years (67%), women (81%), single (73%) and white. 52% reported drinking alcohol and 77% did not use tobacco. 62% said exercising, being most preferred weight training (48%). When asked about the food, 48% highlighted eat Fast Food weekly. Regarding the cases of hypertension in the family, 77% said having a relative with such pathology. The results indicate the lack of guidelines on how many risk factors that can often be modified for non-development of the disease. **Descriptors:** Hypertension. Risk factors. Educational institution.

RESUMEN

El objetivo fue conocer los factores de riesgo para la hipertensión en enfermería académica el 1er periodo de una Universidad privada de Sao Luis - MA. El estudio fue exploratorio y descriptivo, prospectivo, transversal y análisis de datos cuantitativos. El instrumento de recolección de datos fue un cuestionario, aplicado de forma individual, el análisis de la forma de vida de estos jóvenes, así como los factores hereditarios para hacer relaciones y la influencia de inicio. Entrevistaron a 52 estudiantes, en su mayoría de 20 a 25 años (67%), las mujeres (81%), solteros (73%) y blancos. 52% informó de consumo de alcohol y el 77% no consumen tabaco. 62% dijo que el ejercicio, siendo la formación de peso más preferido (48%). Cuando se le preguntó acerca de la comida, el 48% destacó comer comida rápida semanal. En cuanto a los casos de hipertensión en la familia, el 77% dijo tener un familiar con dicha patologia. Los resultados indican la falta de directrices sobre cómo muchos factores de riesgo que a menudo puede ser modificado por falta de desarrollo de la enfermedad. **Descritores:** Hipertensión. Factores de riesgo. Institución de Educación.

1. Enfermeira graduada pelo Centro Universitário do Maranhão - CEUMA, São Luís, Maranhão. 2. Enfermeira, Mestranda em Engenharia Biomédica - Bolsista da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES. Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento - IP&D | Universidade do Vale do Paraíba - UNIVAP. E-mail: michely.glenda@gmail.com. 3. Enfermeira, Mestranda em Engenharia Biomédica - Bolsista da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES. Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento - IP&D | Universidade do Vale do Paraíba - UNIVAP. E-mail: michely.glenda@gmail.com. 4. Enfermeira. Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário UNINOVAFAPI. 5. Enfermeira. Mestranda pelo Programa de Mestrado em Saúde da Família do Centro Universitário UNINOVAFAPI, Teresina, Piauí. 6. Enfermeira. Mestranda pelo Programa de Mestrado em Saúde da Família do Centro Universitário UNINOVAFAPI, Teresina, Piauí.

Castro, Y. P. P. et al.

INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial (HA) é, sabidamente, uma doença de alta prevalência nacional e mundial. Os valores limítrofes para adultos (acima de 18 anos) hipertensos são definidos pela Pressão Arterial Sistólica (PAS) entre 130 e 139 mmHg e Pressão Arterial Diastólica (PAD) entre 85 e 89 mmHg. Sua evolução clínica é lenta, possui uma multiplicidade de fatores e, quando não tratada adequadamente, traz graves complicações, temporárias ou permanentes (SILVA, 2006).

Segundo a Sociedade Brasileira de Hipertensão (2013), a hipertensão arterial é um dos grandes problemas de saúde pública no Brasil e no mundo. Esta patologia é crônica, não transmissível, de natureza multifatorial que compromete fundamentalmente o equilíbrio dos mecanismos vasodilatadores e vasoconstritores, levando a elevação da pressão arterial para números acima dos valores considerados normais.

São atribuídos como riscos ou causas para elevação da pressão arterial fatores constitucionais (idade, sexo, raça, obesidade); fatores ambientais (ingestão de sal, cálcio e potássio, álcool, gorduras e tabagismo); fatores ambientais ligados ao trabalho (estresse, agentes físicos e químicos) e fatores ligados à classe social a qual o indivíduo pertence (LIMA et al., 2005).

De acordo com Bloch (2006), a hipertensão arterial, além de ser um dos principais problemas de saúde no Brasil, eleva o custo médico-social, principalmente pelas complicações que causam as doenças cerebrovasculares, arterial coronariana, vascular de extremidades, insuficiência cardíaca e insuficiência renal crônica.

Segundo Gomes (2012), a pressão alta é uma doença multifatorial e as situações que a desencadeiam estão cada dia mais presentes na vida contemporânea. Dieta inadequada, consumo

exagerado de alimentos industrializados e de fast foods, sobrepeso e sedentarismo são as principais.

Cada vez mais cedo os jovens têm o seu primeiro contato com bebidas alcoólicas, com drogas e com cigarro. Estes hábitos podem levar os jovens a desenvolverem hipertensão arterial. Outra causa primária e uma das principais causas de hipertensão arterial em jovens é o estresse. Esse estresse está ligado ao cotidiano, ao trabalho, aos relacionamentos e até mesmo ao relacionamento familiar (ROSA, 2011).

Esse estudo contribuirá para organizarmos ações de conscientizações desses jovens em relação aos fatores de risco para a hipertensão arterial que estão presentes nas suas vidas. Neste sentido, este estudo objetivou-se conhecer os fatores de risco para hipertensão arterial em acadêmicos do 1º período de Enfermagem de uma Universidade privada de São Luís - MA.

METODOLOGIA

Realizou-se um estudo de caráter exploratório-descritivo, prospectiva, transversal e com análise quantitativa dos dados. A coleta de dados ocorreu no período de abril a maio de 2015. O estudo foi realizado em uma Universidade privada no município São Luís - MA, e a população estudada foi constituída por 52 acadêmicos do 1º período de enfermagem que se faziam presentes na referida Universidade. Como critério de inclusão na pesquisa, acadêmicos devidamente matriculados no 1º período do curso de Enfermagem. Foram excluídos da pesquisa acadêmicos que não estejam devidamente matriculados no 1º período do curso de Enfermagem.

O instrumento para coleta de dados utilizados foi um questionário estruturado com questões fechadas elaborado pela autora da pesquisa. Os dados foram coletados de forma individualizada no Centro de Saúde no período de

Castro, Y. P. P. et al. segunda à sexta-feira. A tabulação dos dados foi realizada estatisticamente através do Microsoft Office Excel 2010, e os resultados apresentados em forma de gráficos e tabelas para facilitar a discussão.

No que concerne aos aspectos éticos o presente estudo foi amparado nas Normatizações da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), presentes na Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 466/2012 que regulamenta os estudos envolvendo seres humanos e seus anexos. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética e pesquisa do Centro Universitário do Maranhão - UniCEUMA, sob parecer de número: 42836815.2.0000.5084

A amostra estudada levou em consideração os seguintes dados: faixa etária, gênero, cor, estado civil, profissão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Com relação aos entrevistados, a maioria estava inserida na faixa etária de 20 a 25 anos (67%). A maioria do gênero feminino (81%), o estado civil que predominou na pesquisa foi a de solteiro (73%). A cor da maioria dos estudante é a branca (42%), a profissão que mais teve escolha entre os participantes foi a de estudante (69%), e respectivamente técnico em enfermagem (10%) (Tabela 1).

Tratando-se da variável idade, vários trabalhos a consideram como um fator de risco importante que contribui para o aparecimento da hipertensão arterial, devido à alterações na musculatura lisa e no tecido conjuntivo dos vasos, como consequência do processo de envelhecimento (FRANCISCHETTI et al. 2008), discordando com o resultado encontrado na pesquisa em estudo, onde a maioria encontrada foram com idade de 20 à 25 anos (67%).

Em relação ao sexo e cor, de acordo com Souza, Souza e Silva (2005), a população masculina apresenta uma incidência discretamente maior ao desenvolvimento da HAS, aumentando na raça negra, provavelmente por possuírem uma maior tendência genética ao desenvolvimento da hipertensão arterial, tais achados não concordam com a pesquisa em questão.

Tratando-se da profissão, alguns estudos relacionam a profissão/ocupação com a elevação da pressão arterial, sendo que os índices mais baixos de pressão arterial ocorrem no grupo socialmente mais privilegiado e os que nunca trabalharam ocupam uma posição intermediária em relação à prevalência de hipertensão (KLEIN; ARAUJO, 2007), esta pesquisa está de acordo com o presente estudo, pois o grupo de maior evidência foi a dos estudantes (69%), onde se sabe que a incidência de hipertensos é mínima.

Tabela 01. Distribuição da frequência do perfil sociodemográfico e laborais dos acadêmicos de enfermagem de uma Universidade Privada de São Luís/MA.

VARIÁVEIS	N	%
Idade		
20 a 25 anos	35	67
26 a 30 anos	10	19
31 a 35 anos	07	14
Gênero		
Feminino	42	81
Masculino	10	19
Estado Civil		
Casado (a)	13	25
Solteiro (a)	38	73
Viúvo (a)	01	2
Cor		
Branca	22	42
Negra	07	13
Mulata	05	10
Amarela	02	04
Parda	16	31
Profissão		
Estudante	36	69
Téc. Enfermagem	05	10
Administração	02	4
Recepcionista	03	5
Téc. Radiologia	02	4
Outros	04	8
Total	52	100

Fonte: Pesquisa direta, 2015.

Castro, Y. P. P. et al.

Com relação ao etilismo constatou-se que a maior parte dos entrevistados refere ingerir bebida alcoólica (58%), sendo que essa ingestão é feita na maioria das vezes esporadicamente (71%). Quando perguntados pelo tabagismo, a maioria afirmou que não fuma (77%). Os que afirmaram que fumam (13%), praticam esse hábito na maioria das vezes 1 a 3 vezes na semana, fumando 4 a 6 cigarros (61%). Aqueles que abandonaram o tabagismo (10%), fizeram isso a maioria em 1 ano (33%). (Tabela 2)

Quanto ao uso de bebidas alcoólicas, a maioria admitiu consumir (58%), de forma esporádica (71%). Resultado diferente do uso de cigarro, feito pela minoria (13%). O dado é semelhante à diminuição do tabagismo, em nível de Brasil.

Quanto aos fatores de risco conhecidos para a HA, os mais importantes são: obesidade, fumo, ingestão de álcool, história familiar de hipertensão, fatores psicológicos, certos traços de personalidade e estresse, que podem ser importantes desencadeadores no desenvolvimento da hipertensão, como diz Fonseca et al. (2009). O que condiz com o estudo em questão, pois a maioria dos entrevistados referiu ingerir bebida alcoólica (58%), um dos fatores que está associado no desenvolvimento da hipertensão arterial.

Segundo o estudo de Simonetti (2002) 90,6% responderam que não fazem uso de bebida alcoólica, e 9,4% fazem uso, o qual difere do resultado encontrado nesta pesquisa, onde a maioria afirma fazer uso da bebida alcoólica (58%).

O estudo de Batista (2002) encontrou que 84,4% não fumam, e 15,6% fumam, o qual concorda com a pesquisa em questão, pois a maioria dos entrevistados responderam que não fumam (77%) e os que fumam correspondem apenas a 13%.

Tabela 02. Distribuição da frequência de fatores de risco modificáveis para hipertensão arterial em acadêmicos de uma Universidade Privada de São Luís/Ma.

VARIÁVEIS	N	%
Etilismo		
Sim	30	58
Não	22	42
Frequência da ingestão		
Todos os dias	01	2
1 a 3 vezes na semana	14	27
Esporadicamente	37	71
Tabagismo		
Sim	07	13
Não	40	77
Já fumou	05	10
Frequência do uso		
Todos os dias	01	2
1 a 3 vezes na semana	25	48
4 a 6 vezes na semana	11	21
Esporadicamente	15	29
Numero de cigarros por dia		
1 a 3 cigarros	11	21
4 a 6 cigarros	32	61
7 a 10 cigarros	09	18
Abandono do tabagismo		
Hoje	01	2
Há uma semana	03	6
1 mês	09	17
2 meses	12	23
1 ano	17	33
Outros	10	19
Total	52	100

Fonte: Pesquisa direta, 2015.

Maior parte dos entrevistados pratica atividades físicas (62%), em uma frequência de 3 a 4 vezes na semana (33%). O exercício físico que mais destacou pelos entrevistados foi o de musculação (48%), seguido pelo futebol (13%) (Tabela 3).

Na análise dos hábitos alimentares, constatou-se que a maioria consome verduras e legumes (46%), enquanto que o consumo de fast food é feito semanal (48%). Carboidratos (31%) e proteínas (19%) são os alimentos mais consumidos pelos entrevistados (Tabela 3).

No presente estudo foi percebido que a maioria dos entrevistados praticam exercícios físicos (62%) e que apenas 19% não praticam ou já

Castro, Y. P. P. et al. praticaram exercícios físicos, sendo a musculação (48%) o mais praticado pelos entrevistados. Porém esses resultados contrastam com o de Silva (2011) onde 81,2% não fazem atividade física, e 18,8% fazem, sendo a caminhada citada por todos.

Segundo a Sociedade Brasileira de Hipertensão (2006), em relação ao padrão alimentar adotado pelos alunos foi favorável à prevenção de HAS, já que evidenciou consumo moderado de frutas, verduras e legumes. A dieta preconizada pelo estudo DASH (*Dietary Approachs to Stop Hypertension*) mostrou benefícios no controle da PA. Resultado semelhante com a pesquisa em questão onde a maioria refere ingerir verduras e legumes de 2 a 3 vezes na semana (46%).

Tabela 03. Distribuição da frequência fatores de risco para hipertensão arterial modificáveis em acadêmicos de enfermagem de uma Universidade Privada de São Luís/ MA.

VARIÁVEIS	N	%
Exercício físico		
Sim	32	62
Não	10	19
Já praticou	10	19
Frequência dos exercícios físicos		
Todos os dias	10	19
1 a 2 vezes na semana	16	31
3 a 4 vez na semana	17	33
5 a 6 vez na semana	09	17
Tipos de exercícios físicos		
Futebol	07	13
Musculação	25	48
Lutas esportivas	04	8
Natação	05	10
Dança	06	11
Outros	05	10
Ingestão de Fast Food		
Diariamente	06	11
Semanalmente	25	48
Mensalmente	21	41
Ingestão de Verduras e Legumes		
1 vez na semana	04	8
2 a 3 vezes na semana	24	46
4 a 6 vezes na semana	05	10
Todo dia	18	34
Nunca ingeri verduras e legumes	01	2
Maior Consumo		
Carboidrato	16	31
Vegetais	12	23

Aves	07	13
Proteínas	10	19
Legumes	05	10
Outros	02	4
Total	52	100

Fonte: Pesquisa direta, 2015.

O hambúrguer é o alimento mais ingerido, entre as opções apresentadas (21%), seguido do macarrão (19%). A maioria respondeu que possui hipertensos na família (77%), dentre as opções, o pai (38%) na maioria da vezes é hipertenso, seguido da mãe (31%) (Tabela 4).

No presente estudo a maioria dos entrevistados referem-se ao hambúrguer (21%) como alimento de maior consumo, um alimento rico em gordura devido ao seus componentes, o que tem semelhança com o estudo de Lessa (2010), onde 75,0% responderam que fazem ingestão de comida gordurosa, e 25,0% que não fazem.

Quanto à hereditariedade, 59,4% disseram haver casos na família, e 40,6% responderam que não, segundo o estudo de Simão (2012), o qual possui semelhança com o estudo em questão, onde foi encontrado que a maioria dos entrevistados possui algum hipertenso na família (77%).

Tabela 04. Distribuição da frequência de fatores modificáveis e não modificáveis para hipertensão arterial em acadêmicos de uma Universidade Privada de São Luís/ MA.

VARIÁVEIS	N	%
Maior ingestão		
Hot Dog	09	17
Macarrão	10	19
Carne Gordurosa	07	13
Hambúrguer	11	21
Panqueca	05	10
Batata	04	8
Pizza	05	10
Outros	01	2
Hipertensos na família		
Sim	40	77
Não	12	33
Membros da família		
Mãe	10	25
Pai	16	40

Castro, Y. P. P. et al.

Avós maternas	10	25
Avós paternos	04	10
Total	52	100

Fonte: Pesquisa direta, 2015.

Neste estudo foi perguntado aos entrevistados se eles possuíam alguma co-morbidade, e dentre os 52 alunos, (3) eram obesos, (2) eram hipertensos e (1) diabético. (Gráfico1).

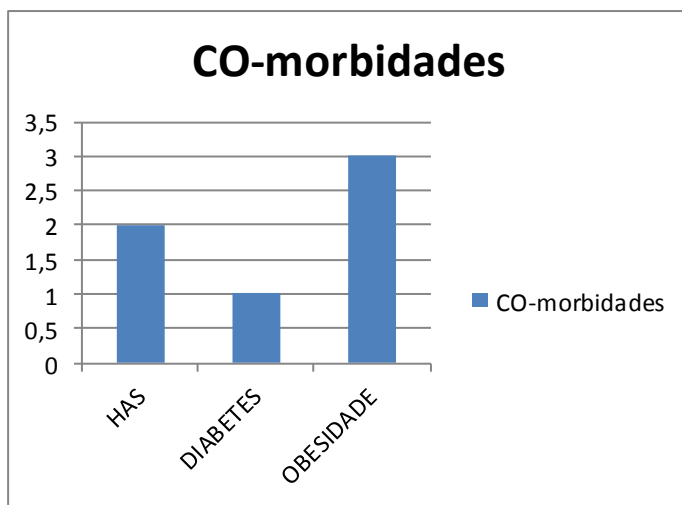


Gráfico 1. Distribuição dos dados de co-morbidades entre os alunos de Enfermagem de uma Universidade Privada de São Luís- MA. Fonte: Pesquisa direta, 2015.

Segundo Ministério da Saúde (2010) a obesidade é um dos principais fatores de risco para a hipertensão arterial, a prevalência da obesidade e do sobrepeso vem aumentando ao longo dos anos entre os jovens em várias partes do mundo. O mesmo está de acordo com esta pesquisa, pois foram encontrados obesos (3) entre os entrevistados.

A obesidade é um fator de risco para HAS, podendo ser responsável por cerca de 20% a 30% dos casos, e 75 % dos homens e 65 % das mulheres apresentam HAS diretamente atribuída ao sobrepeso e obesidade (KURCHNIR, 2011).

CONCLUSÃO

Este estudo mostrou que a maioria dos alunos do 1º período de Enfermagem tem idade entre 20 a 25 anos, a maioria mulheres, solteiras e

de cor branca. Percebeu-se ainda, que a maioria destacou ingerir bebida alcoólica e não fumar tabaco. Alto percentual também apontou praticar exercício físico (musculação) para manter a saúde.

Observou-se também que grande parte consumia alimentos em Fast Food durante a semana, com destaque para alimentos como: o hambúrguer, macarrão e o hot dog. Observou-se também a presença de algumas co-morbidades entre os participantes, com destaque para a obesidade, diabetes e hipertensão.

Diante dos achados, pode-se sugerir aos profissionais de saúde o fortalecimento da educação em saúde para os jovens, especialmente acerca dos fatores de risco para hipertensão arterial, com o objetivo de modificar tais fatores para prevenir a Hipertensão arterial, visto que, trata-se de uma doença sem cura e com grande impacto para o sistema de saúde.

REFERÊNCIA

BRASIL, Ministério da Saúde. **Doenças cardiovasculares no Brasil. Sistema Único de Saúde - SUS: dados epidemiológicos, assistência médica.** Brasília (DF): Ministério da Saúde: Brasília, 2010.

SILVA, T.R; et al. Controle de diabetes Mellitus e hipertensão arterial com grupos de intervenção educacional e terapêutica em seguimento ambulatorial de uma Unidade Básica de Saúde. *Saúde soc.* v. 15, n. 3, São Paulo, set./dez. 2006.

LIMA, M. T; BUCHER, J. S. N. F; LIMA, J. W. O. A hipertensão arterial sob o olhar de uma população carente: estudo exploratório a partir dos conhecimentos, atitudes e práticas. *Cad. Saúde Pública.* São Paulo, v.20, n.4, p.1079-1087, 2005.

BLOCH, K. V; RODRIGUES, C. S; FISZMAN, R. Epidemiologia dos fatores de risco para hipertensão arterial - uma revisão crítica da literatura brasileira. *Rev Bras Hipertens,* v.13, n.2, p.134-143, 2006.

GOMES, E. B; et al. Fatores de risco cardiovascular em adultos jovens de um município do Nordeste brasileiro. *Rev. bras. enferm.* Brasília. v.65 n.4, jul/ago, 2012.

ROSA, E. M; GOTARDO, C; PESCADOR, C. Detecção de hipertensão arterial em jovens através de marcadores de adiposidade. *Arq. Bras. Cardiol.* São Paulo, v.97 n.4, out. 2011

Castro, Y. P. P. et al.

FRANCISCHETTI, E. A; et al. Hipertensão arterial leve: o que além das cifras? *Arq. Bras. Cardiol.* São Paulo, v. 52, n. 2, p. 349-65, 2008.

SOUZA, N.R.M; SOUZA SILVA, N.A. Trabalho e hipertensão arterial. A responsabilidade social das empresas: problemas, oportunidades e possíveis estratégias de intervenção. *Rev SOCERJ.* v.16, n.1, p.60-4, 2005.

KLEIN, C. H; ARAUJO, J. W. G. Fumo, bebida alcóolica, migração, instrução, ocupação, agregação familiar e pressão arterial em Volta Redonda, Rio de Janeiro. *Cad. Saúde Pública,* São Paulo, v. 1, n. 3, p. 160-76, 2007.

FONSECA, F. C. A; et al. A influência de fatores emocionais sobre a hipertensão arterial. *J. bras. psiquiatr.* Rio de Janeiro, v.58, n.2, 2009.

SIMONETTI, J. P; BATISTA, L; CARVALHO, L. R. Hábitos de saúde e fatores de risco em pacientes hipertensos. *Rev. Latino-Am. Enfermagem.* Ribeirão Preto, v.10, n.3, mai/jun, 2002.

SILVA, J. L. L; SOUZA, S. L. Fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica *versus* estilo de vida docente. *Rev Eletronica Enferm,* v. 06, n. 3, p. 330-335, 2004.

SBH - Sociedade Brasileira de Hipertensão. **V Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial** [Internet]. 2006. Disponível em: <http://www.sbn.org.br/Diretrizes/V_Diretrizes_Brasileiras_de_Hipertensao_Arterial.pdf>. Acesso 10 abr 2014.

LESSA, I; MENDONÇA, G.A.S; TEIXEIRA, M.T.B. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: dos fatores de risco ao impacto social. *Bol Of Sanit Panam.* v.120, n.5, p.389-413, 2010.

SIMÃO, M. **Hipertensão arterial e fatores de risco associados: estudo entre universitários da cidade de Lubango-Angola.** 2012. Tese. [Doutorado em Enfermagem]. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 012.

KUSCHNIR, M. C. C.; MENDONÇA, G. A. S. Fatores de risco associados à hipertensão arterial em adolescentes. *J. Pediatr.* Rio de Janeiro. v.83, n.4, jul./ago. 2007.

Submissão: 01/06/2015

Aprovação: 30/06/2015