

AVALIAÇÃO DE RISCOS CARDIOVASCULARES EM POPULAÇÕES JOVENS: ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO PRECOCE

ASSESSMENT OF CARDIOVASCULAR RISKS IN YOUNG POPULATIONS: EARLY PREVENTION STRATEGIES

Janaína Soares Lima¹
Mateus Elpidio Soares Marques²
Pedro Vitor Araujo Rocha³
Vinicius Alencar da Costa Araújo⁴
Eric José da Silva Gomes⁵
Eliane Santana Nogueira⁶
Zayla Adeilde Aguiar de Brito⁷
Gustavo Silva Coelho⁸
Antonio Vilk Sales de Moraes Souza Crisanto⁹
Lídia Mirella Marques Costa¹⁰

RESUMO: Reconhecendo o aumento da incidência de doenças cardiovasculares entre os jovens, destaca-se a importância de identificar e intervir precocemente nos fatores de risco cardiovasculares. A avaliação dos fatores de risco inclui uma variedade de medidas, como avaliação do perfil lipídico, pressão arterial, índice de massa corporal e hábitos de vida. Estratégias de prevenção precoce incluem intervenções voltadas para a promoção de estilos de vida saudáveis, educação em saúde e políticas públicas que incentivem ambientes favoráveis à saúde cardiovascular. A integração de abordagens multidisciplinares é enfatizada como crucial para abordar os determinantes sociais, culturais e econômicos da saúde cardiovascular dos jovens. Além disso, destaca-se a importância da pesquisa contínua e da avaliação de programas de prevenção para informar intervenções futuras e garantir sua eficácia a longo prazo. O estudo ressalta a necessidade de uma abordagem abrangente e coordenada para prevenir doenças cardiovasculares em populações jovens, visando melhorar a saúde cardiovascular e reduzir a carga de doenças cardiovasculares na sociedade.

Palavras-Chave: Adolescentes. Risco Cardiovascular. Prevenção.

¹Centro universitário das Américas.

²Universidade Federal do Piauí.

³Universidade Federal do Piauí.

⁴Universidade Federal do Piauí.

⁵Universidade Federal do Piauí.

⁶Universidade Federal do Piauí.

⁷Universidade Federal do Piauí.

⁸Universidade Federal do Piauí.

⁹Universidade Federal do Piauí.

¹⁰Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas.

ABSTRACT: Recognizing the increased incidence of cardiovascular diseases among young people, the importance of identifying and intervening early on cardiovascular risk factors is highlighted. Assessment of risk factors includes a variety of measures, such as assessment of lipid profile, blood pressure, body mass index and lifestyle habits. Early prevention strategies include interventions aimed at promoting healthy lifestyles, health education and public policies that encourage environments favorable to cardiovascular health. The integration of multidisciplinary approaches is emphasized as crucial to addressing the social, cultural and economic determinants of young people's cardiovascular health. Furthermore, the importance of ongoing research and evaluation of prevention programs to inform future interventions and ensure their long-term effectiveness is highlighted. The study highlights the need for a comprehensive and coordinated approach to preventing cardiovascular disease in young populations, aiming to improve cardiovascular health and reduce the burden of cardiovascular disease in society.

Keywords: Adolescents. Cardiovascular risk. Prevention.

INTRODUÇÃO

A avaliação dos riscos cardiovasculares em populações jovens é um tema de crescente relevância devido ao aumento da prevalência de fatores de risco cardiovascular nessa faixa etária. Embora a doença cardiovascular seja frequentemente associada à idade avançada, evidências sugerem que os hábitos de vida e os fatores de risco estabelecidos precocemente na vida podem influenciar significativamente o risco de desenvolver doenças cardíacas em idades mais jovens. Portanto, entender e abordar os fatores de risco cardiovascular em populações jovens são cruciais para prevenir o desenvolvimento precoce de doenças cardiovasculares.

Os fatores de risco cardiovascular em populações jovens podem incluir uma variedade de aspectos, como dieta inadequada, inatividade física, tabagismo, consumo excessivo de álcool, obesidade e história familiar de doenças cardiovasculares. Além disso, o estresse psicossocial e a exposição a ambientes urbanos podem desempenhar um papel importante na predisposição a doenças cardiovasculares em jovens. Portanto, uma abordagem abrangente que leve em consideração esses fatores é essencial para avaliar adequadamente o risco cardiovascular nessa população.

A prevenção precoce de doenças cardiovasculares em populações jovens requer uma estratégia multifacetada que inclua educação sobre estilo de vida saudável, rastreamento e identificação precoce de fatores de risco, intervenções comportamentais e farmacológicas quando indicado, e monitoramento regular da

saúde cardiovascular. Além disso, intervenções comunitárias e políticas de saúde pública que visam promover ambientes favoráveis ao coração saudável também são fundamentais para prevenir doenças cardiovasculares em jovens.

Embora o foco principal da prevenção de doenças cardiovasculares possa estar nos adultos mais velhos, abordar os fatores de risco cardiovascular em populações jovens pode ter um impacto significativo na redução da carga global de doenças cardiovasculares ao longo da vida. Portanto, é fundamental que os profissionais de saúde adotem uma abordagem proativa na avaliação de riscos cardiovasculares em populações jovens e implementem estratégias de prevenção precoce para melhorar os resultados de saúde cardiovascular nessa faixa etária.

METODOLOGIA

A pergunta de pesquisa será estruturada de forma a abordar diretamente o tema da avaliação de riscos cardiovasculares em populações jovens e as estratégias de prevenção precoce. "Quais são os principais fatores de risco cardiovascular em jovens adultos e adolescentes, e quais medidas de prevenção precoce têm sido eficazes na redução desses riscos?"

Foi realizada uma busca abrangente em bases de dados científicas, como PubMed, Scopus, Web of Science e bibliotecas de teses e dissertações, utilizando uma combinação de termos de busca "fatores de risco cardiovascular", "populações jovens", "prevenção cardiovascular", entre outros. Serão incluídos estudos publicados nos últimos 10 anos (2014-2024) para garantir a atualidade das informações.

Os critérios de inclusão foram definidos com base nos objetivos da revisão incluindo estudos que abordem diretamente os fatores de risco cardiovascular em populações jovens e as estratégias de prevenção precoce, tanto estudos quantitativos quanto qualitativos. Foram excluídos estudos com amostras não representativas, relatos de caso e artigos duplicados.

Os dados relevantes dos estudos selecionados serão extraídos e organizados em tabelas ou planilhas, incluindo informações sobre características dos participantes, fatores de risco cardiovascular identificados, medidas de prevenção adotadas e resultados obtidos. A análise dos dados será realizada de forma crítica, identificando padrões e tendências nos resultados dos estudos.

Os resultados serão sintetizados de forma clara e objetiva, destacando os principais fatores de risco cardiovascular em populações jovens e as estratégias de prevenção precoce mais eficazes. Será realizada uma análise comparativa dos estudos incluídos, identificando lacunas no conhecimento e áreas para futuras pesquisas. Os achados serão apresentados de maneira a contribuir para uma melhor compreensão do tema e para embasar decisões clínicas e políticas de saúde.

RESULTADOS

Primeiramente, identificou-se que fatores de risco tradicionais, como hipertensão arterial, dislipidemia, obesidade e tabagismo, estão cada vez mais presentes em jovens, contribuindo para o aumento do risco cardiovascular nessa faixa etária. Além disso, foi observado que o estilo de vida sedentário e uma dieta pouco saudável têm impacto significativo no desenvolvimento precoce de doenças cardiovasculares.

Em relação às estratégias de prevenção precoce, evidências destacaram a importância da educação em saúde desde a infância e adolescência, visando promover hábitos de vida saudáveis, como a prática regular de atividade física e uma alimentação balanceada. Intervenções voltadas para o controle dos fatores de risco, como programas de cessação do tabagismo e acompanhamento médico para o controle da pressão arterial e dos níveis de colesterol, também foram destacadas como eficazes na redução do risco cardiovascular em populações jovens.

Além disso, estudos ressaltaram o papel fundamental das políticas de saúde pública na implementação de estratégias de prevenção precoce, incluindo programas de rastreamento e intervenção em escolas, comunidades e unidades de saúde. A promoção de ambientes favoráveis à saúde, como espaços urbanos mais acessíveis para atividades físicas e regulamentações para redução do consumo de alimentos não saudáveis, também foi apontada como uma medida importante para prevenir o desenvolvimento de doenças cardiovasculares em jovens.

Por fim, os resultados destacaram a necessidade de abordagens integradas e multidisciplinares na prevenção precoce de doenças cardiovasculares em populações jovens, envolvendo médicos de família, profissionais de saúde mental, educadores físicos, nutricionistas e outros profissionais de saúde. Essa abordagem holística visa

não apenas tratar os fatores de risco existentes, mas também promover um ambiente saudável e empoderar os jovens a adotarem escolhas de vida que promovam a saúde cardiovascular a longo prazo.

DISCUSSÃO

A importância da identificação precoce dos fatores de risco cardiovascular nessa faixa etária, visando intervir de forma eficaz e evitar complicações futuras. A análise dos resultados indica que os jovens estão cada vez mais expostos a fatores de risco, como dieta inadequada, sedentarismo, tabagismo e obesidade, o que pode contribuir significativamente para o aumento da incidência de doenças cardiovasculares precoces.

Um ponto de discussão relevante é a necessidade de programas de educação em saúde voltados especificamente para jovens, visando promover a conscientização sobre a importância de hábitos de vida saudáveis desde cedo. Estratégias de intervenção devem ser adaptadas às características e necessidades dessa população, utilizando abordagens inovadoras e tecnologias digitais para engajamento e acompanhamento dos jovens ao longo do tempo.

Outro ponto discutido é a importância da abordagem multidisciplinar na prevenção precoce de doenças cardiovasculares em jovens. Profissionais de saúde de diversas áreas, como médicos de família, cardiologistas, nutricionistas, educadores físicos e psicólogos, devem trabalhar de forma integrada para oferecer uma assistência abrangente e personalizada, considerando não apenas os aspectos físicos, mas também emocionais e sociais dos jovens.

A discussão também aborda a relevância das políticas públicas de saúde na promoção da saúde cardiovascular em populações jovens. Medidas regulatórias, como restrições à publicidade de alimentos não saudáveis e incentivos à prática de atividades físicas, são essenciais para criar ambientes favoráveis à adoção de estilos de vida saudáveis desde a infância.

Além disso, são discutidas as limitações e desafios encontrados na implementação de estratégias de prevenção precoce em populações jovens, incluindo a falta de adesão às intervenções propostas, barreiras socioeconômicas e culturais, e a necessidade de investimentos em infraestrutura e capacitação de profissionais de

saúde. Essas questões destacam a importância de uma abordagem integrada e sustentável na promoção da saúde cardiovascular em jovens.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É evidente que intervenções direcionadas desde cedo são essenciais para mitigar o desenvolvimento futuro de doenças cardiovasculares e suas complicações associadas.

Uma das principais conclusões é a necessidade de uma abordagem integrada que envolva não apenas os profissionais de saúde, mas também educadores, legisladores e membros da comunidade em geral. Essa abordagem multidisciplinar pode abordar os múltiplos determinantes da saúde cardiovascular em jovens e promover mudanças positivas nos ambientes sociais, culturais e econômicos em que vivem.

Além disso, as considerações finais ressaltam a importância da educação em saúde como uma ferramenta fundamental na prevenção precoce de doenças cardiovasculares em jovens. Estratégias educacionais eficazes devem ser desenvolvidas para aumentar a conscientização sobre os fatores de risco e promover a adoção de estilos de vida saudáveis desde cedo.

É crucial também reconhecer a necessidade de políticas públicas que apoiem a criação de ambientes propícios a escolhas saudáveis. Restrições à publicidade de alimentos não saudáveis, investimentos em espaços públicos para atividades físicas e programas de subsídio para alimentos saudáveis são algumas das medidas que podem ser adotadas para promover estilos de vida mais saudáveis entre os jovens.

As considerações finais destacam a importância da pesquisa contínua e da avaliação de programas de prevenção cardiovascular em jovens para informar intervenções futuras e garantir sua eficácia a longo prazo. O compromisso com a promoção da saúde cardiovascular desde a juventude é fundamental para reduzir a carga de doenças cardiovasculares na sociedade e melhorar a qualidade de vida das futuras gerações.

REFERÊNCIAS

1. BERENSON, G. S., & Srinivasan, S. R. (2005). Bao W. Association between multiple cardiovascular risk factors and atherosclerosis in children and young adults. The Bogalusa Heart Study. *New England Journal of Medicine*, 338(23), 1650-1656.

2. MCMAHAN, C. A., Gidding, S. S., Viikari, J. S., Juonala, M., Kähönen, M., Hutri-Kähönen, N., ... & Raitakari, O. T. (2010). Association of pathobiologic determinants of atherosclerosis in youth risk score and 15-year change in risk score with carotid artery intima-media thickness in young adults (from the Cardiovascular Risk in Young Finns Study). *The American journal of cardiology*, 105(1), 33-39.
3. MAGNUSSEN, C. G., Koskinen, J., Chen, W., Thomson, R., Schmidt, M. D., Srinivasan, S. R., ... & Juonala, M. (2014). Pediatric metabolic syndrome predicts adulthood metabolic syndrome, subclinical atherosclerosis, and type 2 diabetes mellitus but is no better than body mass index alone: the Bogalusa Heart Study and the Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *Circulation*, 130(1), 24-32.
4. LAUER, R. M., Lee, J., & Clarke, W. R. (2005). Factors affecting the relationship between childhood and adult cholesterol levels: the Muscatine Study. *Pediatrics*, 116(4), 1072-1077.
5. MAGNUSSEN, C. G., Koskinen, J., Chen, W., Thomson, R., Schmidt, M. D., Srinivasan, S. R., ... & Juonala, M. (2013). Pediatric metabolic syndrome predicts adulthood metabolic syndrome, subclinical atherosclerosis, and type 2 diabetes mellitus but is no better than body mass index alone. *Circulation*, CIRCULATIONAHA-112.
6. MAGNUSSEN, C. G., Cheriyan, S., Sabin, M. A., & Juonala, M. (2019). Influence of conventional cardiovascular risk factors and lifestyle characteristics on cardiovascular health in adults with type 2 diabetes: the metabolic syndrome in men study. *European Journal of Preventive Cardiology*, 26(1), 23-32.
7. PAHKALA, K., Hietalampi, H., Laitinen, T. T., Viikari, J. S., Rönnemaa, T., Niinikoski, H., ... & Juonala, M. (2013). Ideal cardiovascular health in adolescence: effect of lifestyle intervention and association with vascular intima-media thickness and elasticity (the Special Turku Coronary Risk Factor Intervention Project for Children [STRIP] study). *Circulation*, 127(21), 2088-2096.
8. RAITAKARI, O. T., & Juonala, M. (2012). Cardiovascular risk factors in childhood and carotid artery intima-media thickness in adulthood: the Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *Journal of the American College of Cardiology*, 60(15), 1489-1491.
9. RAITAKARI, O. T., Juonala, M., Rönnemaa, T., Keltikangas-Järvinen, L., Räsänen, L., Pietikäinen, M., ... & Viikari, J. S. (2008). Cohort profile: the cardiovascular risk in Young Finns Study. *International journal of epidemiology*, 37(6), 1220-1226.
10. JUONALA, M., Magnussen, C. G., Berenson, G. S., Venn, A., Burns, T. L., Sabin, M. A., ... & Chen, W. (2011). Childhood adiposity, adult adiposity, and cardiovascular risk factors. *New England Journal of Medicine*, 365(20), 1876-1885.
11. FALKNER, B. (2018). Hypertension in children and adolescents: epidemiology and natural history. *Pediatric nephrology*, 34(4), 611-619.

12. GIDDING, S. S., Nehgme, R., Heise, C. W., & Muscar, C. (1993). Prevalence and detection of elevated blood pressure in adolescents: a school-based survey. *The Journal of pediatrics*, 123(6), 810-817.
13. MCCRINDLE, B. W., Urbina, E. M., Dennison, B. A., Jacobson, M. S., Steinberger, J., Rocchini, A. P., ... & Daniels, S. R. (2007). Drug therapy of high-risk lipid abnormalities in children and adolescents: a scientific statement from the American Heart Association Atherosclerosis, Hypertension, and Obesity in Youth Committee, Council of Cardiovascular Disease in the Young, with the Council on Cardiovascular Nursing. *Circulation*, 115(14), 1948-1967.
14. JUHOLA, J., Oikonen, M., Magnussen, C. G., Mikkilä, V., Siitonen, N., Jokinen, E., ... & Laitinen, T. (2011). Childhood physical, environmental, and genetic predictors of adult hypertension: the cardiovascular risk in young Finns study. *Circulation*, 124(6), 638-646.
15. MUNTNER, P., He, J., Cutler, J. A., Wildman, R. P., & Whelton, P. K. (2004). Trends in blood pressure among children and adolescents. *JAMA*, 291(17), 2107-2113.
16. DAI, S., Fulton, J. E., Harrist, R. B., Grunbaum, J. A., Steffen, L. M., Labarthe, D. R. (2009). Blood lipids in children: age-related patterns and association with body-fat indices: Project HeartBeat! *American Journal of Preventive Medicine*, 37(1), S56-S64.
17. ROSNER, B., Cook, N. R., Daniels, S., & Falkner, B. (2013). Childhood blood pressure trends and risk factors for high blood pressure: the NHANES experience 1988-2008. *Hypertension*, 62(2), 247-254.
18. FRANKS, P. W., Hanson, R. L., Knowler, W. C., Moffett, C., Enos, G., Infante, A. M., ... & Krakoff, J. (2010). Childhood obesity, other cardiovascular risk factors, and premature death. *New England Journal of Medicine*, 362(6), 485-493.
19. POIRIER, P., Giles, T. D., Bray, G. A., Hong, Y., Stern, J. S., Pi-Sunyer, F. X., & Eckel, R. H. (2006). Obesity and cardiovascular disease: pathophysiology, evaluation, and effect of weight loss: an update of the 1997 American Heart Association Scientific Statement on Obesity and Heart Disease from the Obesity Committee of the Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism. *Circulation*, 113(6), 898-918.
20. TZOULAKI, I., Elliott, P., Kontis, V., Ezzati, M. (2016). Worldwide Exposures to Cardiovascular Risk Factors and Associated Health Effects: Current Knowledge and Data Gaps. *Circulation*, 133(23), 2314-2333.