

RASTREAMENTO E PREVALÊNCIA DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTêmICA EM ACADêmICOS

SCREENING AND PREVALENCE OF SYSTEMIC ARTERIAL HYPERTENSION IN
ACADEMICS

DETECCIÓN Y PREVALENCIA DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL SISTémICA EM
ACADémICOS

Lavínia Mubarack Antunes¹
Aléxia Vitória Rocha de Souza²
Camila Di Lipis Freitas³
Emanuelle Mendes⁴
Thays Arruda Pompeu de Souza⁵
Joyce Barros da Costa⁶
Elisa de Lima Rezende de Carvalho⁷
Keila do Carmo Neves⁸
Wanderson Alves Ribeiro⁹

RESUMO: Esse artigo buscou analisar a hipertensão arterial sistêmica (HAS) no contexto universitário, considerando fatores de risco, conhecimentos e comportamentos relacionados à prevenção e ao autocuidado. Trata-se de um estudo exploratório e descritivo, de abordagem mista (quantitativa e qualitativa), realizado em uma universidade privada localizada em Nova Iguaçu, Rio de Janeiro, com acadêmicos da área da saúde. A coleta de dados ocorreu por meio de questionário semiestruturado aplicado via Google Forms, contendo questões objetivas e discursivas. Participaram do estudo 35 universitários, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. Os dados quantitativos foram analisados por meio de frequências e percentuais, enquanto as respostas qualitativas foram organizadas por aproximação temática. Os resultados evidenciaram predominância do sexo feminino, faixa etária jovem, elevada presença de histórico familiar de hipertensão arterial e diabetes mellitus, consumo social de bebidas alcoólicas e prática irregular de atividade física, além de baixa prevalência de diagnóstico prévio de HAS. Apesar disso, observou-se que os participantes demonstram conhecimento sobre a doença, suas complicações e a importância do diagnóstico precoce. Conclui-se que o ambiente universitário configura-se como espaço estratégico para ações de promoção da saúde, rastreamento e educação em saúde, destacando-se o papel da enfermagem na prevenção, no monitoramento contínuo e no incentivo à adoção de hábitos de vida saudáveis.

1

Palavras-chave: Hipertensão Arterial Sistêmica. Universitários. Enfermagem.

¹Discente do curso de Enfermagem na Universidade Iguaçu (UNIG).

²Enfermeira. Universidade Iguaçu (UNIG).

³Enfermeira. Universidade Iguaçu (UNIG).

⁴Enfermeira. Universidade Iguaçu (UNIG).

⁵Enfermeira. Universidade Iguaçu (UNIG).

⁶Discente do Curso de Enfermagem na Universidade Iguaçu (UNIG).

⁷Discente do Curso de Enfermagem na Universidade Iguaçu (UNIG).

⁸Enfermeira. Docente do Curso de Graduação e Pós-graduação em Enfermagem na Universidade Iguaçu (UNIG) (Mestre e Doutora em Enfermagem pela UFRJ/EEAN. Pós-Graduada em Nefrologia e UTI Neonatal e Pediátrica. Membro dos grupos de Pesquisa NUCLEART e CEHCAC da EEAN/UFRJ) (Professora Orientadora).

⁹Enfermeiro. Docente da disciplina Segurança do paciente e qualidade do curso de graduação em enfermagem da Universidade Iguaçu (UNIG) (Mestre, Doutor e Pós-doutorando em Ciências do Cuidado em Saúde/EEAAC-UFF) (Professor orientador).

ABSTRACT: This article sought to analyze systemic arterial hypertension (SAH) in the university context, considering risk factors, knowledge, and behaviors related to prevention and self-care. This is an exploratory and descriptive study with a mixed approach (quantitative and qualitative), conducted at a private university in Nova Iguaçu, Rio de Janeiro, Brazil, involving undergraduate health sciences students. Data collection was carried out using a semi-structured questionnaire administered via Google Forms, including objective and open-ended questions. A total of 35 students participated in the study after applying the inclusion and exclusion criteria. Quantitative data were analyzed using frequencies and percentages, while qualitative responses were organized through thematic approximation. The results showed a predominance of female participants, young age group, high prevalence of family history of hypertension and diabetes mellitus, social alcohol consumption, and irregular physical activity, in addition to a low prevalence of previous SAH diagnosis. Despite the low occurrence of the disease, participants demonstrated knowledge about hypertension, its complications, and the importance of early diagnosis. It is concluded that the university environment represents a strategic setting for health promotion, screening, and health education actions, highlighting the role of nursing in prevention, continuous monitoring, and encouragement of healthy lifestyle habits.

Keywords: Systemic arterial hypertension. University students. Nursing.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo analizar la hipertensión arterial sistémica (HAS) en el contexto universitario, considerando factores de riesgo, conocimientos y comportamientos relacionados con la prevención y el autocuidado. Se trata de un estudio exploratorio y descriptivo, con enfoque mixto (cuantitativo y cualitativo), realizado en una universidad privada ubicada en Nova Iguaçu, Río de Janeiro, Brasil, con estudiantes del área de la salud. La recolección de datos se llevó a cabo mediante un cuestionario semiestructurado aplicado a través de Google Forms, compuesto por preguntas objetivas y abiertas. Participaron en el estudio 35 universitarios, tras la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión. Los datos cuantitativos fueron analizados mediante frecuencias y porcentajes, mientras que las respuestas cualitativas se organizaron por aproximación temática. Los resultados evidenciaron predominio del sexo femenino, grupo etario joven, alta presencia de antecedentes familiares de hipertensión arterial y diabetes mellitus, consumo social de alcohol y práctica irregular de actividad física, además de baja prevalencia de diagnóstico previo de HAS. Se concluye que el entorno universitario es un espacio estratégico para acciones de promoción de la salud, detección precoz y educación sanitaria, destacándose el papel de la enfermería en la prevención, el monitoreo continuo y la promoción de estilos de vida saludables.

2

Palabras clave: Hipertensión arterial sistémica. Universitarios. Enfermería.

INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível caracterizada por níveis elevados e sustentados da pressão arterial, sendo definida por valores de pressão arterial sistólica ≥ 140 mmHg e/ou diastólica ≥ 90 mmHg, aferidos corretamente em pelo menos duas ocasiões distintas, na ausência de tratamento anti-hipertensivo (Barroso *et al.*, 2021). Trata-se de uma condição multifatorial, relacionada a fatores genéticos, epigenéticos, ambientais e sociais, que representa um importante problema de saúde pública em âmbito mundial.

A HAS é responsável por elevada morbimortalidade, estando associada a cerca de 40% das mortes por acidente vascular cerebral e 25% das mortes por doença arterial coronariana

(Forouzanfar *et al.*, 2017). Por apresentar evolução frequentemente assintomática, pode ocasionar alterações estruturais e funcionais em órgãos-alvo, como coração, rins, cérebro e vasos sanguíneos, configurando-se como um dos principais fatores de risco modificáveis para doenças cardiovasculares, doença renal crônica e mortalidade precoce (Carey *et al.*, 2018; Brasil, 2013).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia (2013; 2016), estima-se que aproximadamente um bilhão de pessoas no mundo sejam hipertensas, com projeção de crescimento para 1,5 bilhão até 2025. Entre os fatores de risco associados destacam-se os não modificáveis, como idade, sexo, etnia e histórico familiar, e os modificáveis, como obesidade, sedentarismo, estresse, tabagismo, consumo de álcool e alimentação rica em sódio e gorduras (Santos *et al.*, 2014; Crepaldi *et al.*, 2016).

Embora tradicionalmente associada a faixas etárias mais avançadas, a HAS tem se tornado uma preocupação crescente entre populações jovens, especialmente universitários, em virtude das mudanças no estilo de vida, maior exposição a comportamentos de risco e adoção de hábitos pouco saudáveis (Paixão *et al.*, 2010; Alves, 2011; Bordin *et al.*, 2023). O ambiente acadêmico favorece transformações socioculturais importantes, como aumento da autonomia, mudanças alimentares, redução da prática de atividade física e maior consumo de álcool, fatores que podem impactar negativamente a saúde a curto e longo prazo.

Nesse contexto, a enfermagem desempenha papel fundamental na identificação precoce de fatores de risco, no rastreamento da hipertensão arterial e na promoção do autocuidado, por meio de ações educativas, monitoramento contínuo e estratégias de prevenção, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e do desempenho acadêmico dos estudantes (Sousa *et al.*, 2012).

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo analisar a prevalência e o impacto da hipertensão arterial sistêmica entre acadêmicos da área da saúde de uma universidade privada de Nova Iguaçu, Rio de Janeiro, bem como identificar fatores e comportamentos de risco associados, além de propor estratégias de promoção da saúde, prevenção e controle da HAS no ambiente universitário.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo exploratório e descritivo, de abordagem mista, com componentes quantitativos e qualitativos, desenvolvido com acadêmicos da área da saúde de uma

universidade privada localizada no município de Nova Iguaçu, Rio de Janeiro. O cenário da pesquisa foi o campus da Universidade Iguaçu (UNIG), e a população do estudo foi composta por estudantes regularmente matriculados, majoritariamente do curso de Enfermagem, caracterizando-se como uma investigação em saúde com delineamento compatível com estudos descritivos (Gil, 2008; Gil e Vergara, 2015). Foram incluídos acadêmicos que atenderam aos critérios de elegibilidade estabelecidos e que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa.

A coleta de dados foi realizada por meio de questionário semiestruturado, elaborado pelos pesquisadores e aplicado de forma online, utilizando a plataforma Google Forms, com preenchimento individual, a fim de minimizar interferências externas. O instrumento contemplou variáveis sociodemográficas, acadêmicas, comportamentais e relacionadas ao conhecimento, fatores de risco, histórico familiar e diagnóstico de hipertensão arterial sistêmica, permitindo a integração de dados quantitativos e qualitativos conforme abordagens consolidadas na pesquisa em saúde (Minayo, 2004; Leopardi, 2001).

Os dados coletados foram organizados e analisados por meio de estatística descritiva, com distribuição de frequências absolutas e relativas, sendo apresentados em tabelas e gráficos. As informações de natureza qualitativa foram submetidas à análise descritiva, articuladas ao referencial teórico do estudo, respeitando os fundamentos metodológicos propostos para investigações qualitativas e mistas (Minayo e Costa, 2018; Leopardi *et al.*, 2001).

4

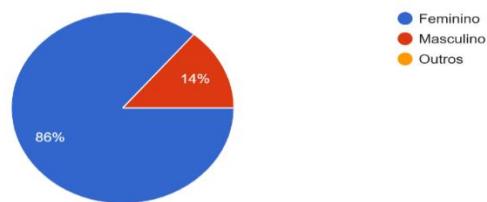
A pesquisa foi conduzida em conformidade com os princípios éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2012). O estudo está vinculado a um projeto guarda-chuva previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos, sob o parecer nº 75788823.6.0000.8044, cuja investigação inicial teve como foco a Doença Renal Crônica. A presente pesquisa configura-se como continuidade desse projeto, ampliando a abordagem para outras doenças crônicas não transmissíveis, especificamente a hipertensão arterial sistêmica, por se tratar de importante fator de risco para o desenvolvimento e agravamento da doença renal crônica. Todos os participantes foram esclarecidos quanto aos objetivos da pesquisa e concordaram em participar mediante aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, sendo garantidos o anonimato, a confidencialidade das informações e o direito de desistência em qualquer etapa do estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

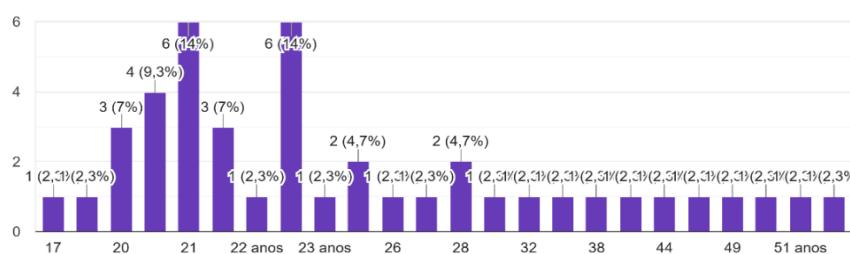
Esta seção apresenta e discute os principais achados do estudo, articulando os resultados quantitativos obtidos por meio da análise dos dados sociodemográficos, hábitos de vida e fatores de risco, com os resultados qualitativos provenientes das falas dos participantes. A análise integrada permite compreender não apenas o perfil dos acadêmicos da área da saúde, mas também suas percepções acerca da hipertensão arterial sistêmica, suas complicações, desafios no controle e estratégias preventivas, possibilitando uma discussão mais ampla sobre o papel da prevenção e da educação em saúde nesse contexto.

Gráfico 1: Características Sociodemográficas dos Participantes (Sexo e idade)

Sexo:
43 respostas



Idade
43 respostas



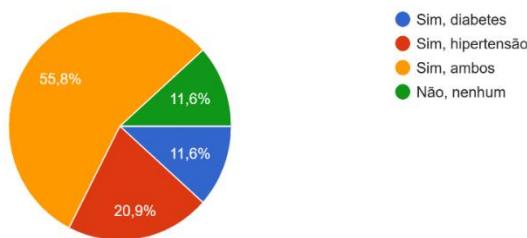
Fonte: ANTUNES, LM, ET AL., 2026.

Participaram do estudo 43 acadêmicos da área da saúde, cujas características sociodemográficas e acadêmica. Observou-se predominância do sexo feminino e concentração na faixa etária jovem-adulta, perfil semelhante ao descrito em estudos com universitários da área (Gráfico 1).'

Gráfico 2: Histórico Familiar de Hipertensão Arterial

Possui histórico familiar de Diabetes ou Hipertensão?

43 respostas



Fonte: ANTUNES, LM, ET AL., 2026.

Gráfico 3: Consumo de álcool ou tabaco

Atualmente, fuma ou ingere bebida alcóolica?

43 respostas



Fonte: ANTUNES, LM, ET AL., 2026.

A análise dos fatores de risco associados às doenças crônicas não transmissíveis demonstrou elevada frequência de histórico familiar de hipertensão arterial, bem como comportamentos de risco, como consumo de álcool. Esses achados reforçam a influência conjunta de fatores modificáveis e não modificáveis no desenvolvimento da hipertensão arterial e da diabetes mellitus, mesmo em populações jovens (Gráficos 2 e 3).

Gráfico 4: Prática de atividade física

Atualmente, pratica atividade física?

43 respostas



Fonte: ANTUNES, LM, ET AL., 2026.

No que se refere aos hábitos de vida e ao comportamento preventivo dos acadêmicos, observou-se que parcela significativa relatou sedentarismo e dificuldades na manutenção de uma alimentação equilibrada ao longo da graduação. Esses fatores são reconhecidos como determinantes importantes para o desenvolvimento precoce de doenças crônicas, especialmente quando associados ao estresse acadêmico e à privação do sono (Gráfico 4).

Em relação as complicações da hipertensão arterial na qualidade de vida, os participantes associaram a hipertensão arterial sistêmica a complicações graves, especialmente acidente vascular cerebral, infarto agudo do miocárdio, insuficiência cardíaca e doença renal crônica, reconhecendo o impacto dessas condições sobre a autonomia, a funcionalidade e a qualidade de vida dos pacientes. Esse entendimento evidencia percepção consistente sobre a gravidade da HAS e suas repercussões sistêmicas. As falas a seguir exemplificam essa compreensão:

A hipertensão traz um risco grande de AVC e infarto, o que compromete muito a qualidade de vida do paciente” (Participante 14) e “Vejo a hipertensão como uma doença que pode levar à insuficiência cardíaca e renal, afetando toda a rotina da pessoa” (Participante 9).

No que se refere às dificuldades enfrentadas pelos profissionais de saúde, os participantes destacaram a resistência dos pacientes à adesão terapêutica, a falta de acompanhamento regular e a dificuldade em promover mudanças sustentáveis no estilo de vida. A ausência de sintomas foi novamente citada como um obstáculo relevante para o controle adequado da hipertensão. Esse cenário é ilustrado pelas falas:

A maior dificuldade é fazer o paciente seguir o tratamento, já que a hipertensão muitas vezes não apresenta sintomas” (Participante 19) e
“Muitos pacientes param a medicação por conta própria quando acham que a pressão está controlada” (Participante 27).

As ações consideradas mais importantes para prevenir complicações da hipertensão arterial incluíram alimentação saudável, redução do consumo de sal, prática regular de atividade física, uso correto das medicações e acompanhamento periódico de saúde, conforme demonstrado no gráfico 4. A educação em saúde foi destacada como estratégia central para fortalecimento do autocuidado, como evidenciado nas falas:

Educação em saúde é essencial para o paciente entender que a hipertensão precisa de controle contínuo (Participante 22) e Palestras e orientações ajudam muito o paciente hipertenso a mudar os hábitos” (Participante 35).

Ao refletirem sobre hábitos preventivos, os participantes ressaltaram a importância de alimentação equilibrada, prática regular de exercícios físicos, controle do estresse e redução do consumo de álcool e tabaco como medidas fundamentais para prevenir a hipertensão arterial

desde a juventude. Essas percepções demonstram reconhecimento da relevância da prevenção precoce. As falas a seguir ilustram esse entendimento:

Evitar excesso de sal, praticar exercícios e controlar o estresse são fundamentais para prevenir a hipertensão (*Participante 11*) e A rotina universitária exige mais cuidado para não desenvolver pressão alta no futuro” (*Participante 29*).

De modo geral, os resultados evidenciam que, embora os acadêmicos da área da saúde apresentem conhecimento consistente acerca da hipertensão arterial sistêmica, de suas complicações e das estratégias de prevenção, ainda se observam comportamentos de risco e dificuldades na adoção de hábitos saudáveis, mesmo em uma população jovem. A combinação entre fatores hereditários, sedentarismo, alimentação inadequada e consumo de álcool reforça a necessidade de ações educativas contínuas durante a formação acadêmica. Nesse sentido, a educação em saúde emerge como ferramenta fundamental para o fortalecimento do autocuidado, da adesão terapêutica e da prevenção precoce das doenças crônicas não transmissíveis, contribuindo para a formação de profissionais mais conscientes e comprometidos com a promoção da saúde.

CONCLUSÃO

O presente estudo evidenciou que os participantes possuem conhecimento satisfatório acerca da hipertensão arterial sistêmica, reconhecendo suas principais complicações, os fatores de risco associados e a importância do controle contínuo da pressão arterial. Observou-se que hábitos de vida saudáveis, como alimentação equilibrada, prática regular de atividade física, uso correto das medicações e acompanhamento periódico de saúde, foram amplamente citados como estratégias essenciais para a prevenção de complicações da doença.

Além disso, os resultados destacaram a educação em saúde como eixo central no cuidado ao paciente hipertenso, tanto no fortalecimento do autocuidado quanto na promoção da adesão ao tratamento. As dificuldades relatadas, especialmente relacionadas à assintomaticidade da hipertensão e à resistência às mudanças no estilo de vida, reforçam a necessidade de abordagens educativas contínuas, individualizadas e acessíveis, com atuação multiprofissional.

No contexto universitário, os achados apontam para a importância da prevenção desde a juventude, considerando os hábitos alimentares inadequados, o sedentarismo, o estresse e o consumo de álcool como fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da hipertensão arterial ao longo da vida. Dessa forma, torna-se fundamental a implementação de ações de

promoção da saúde voltadas a esse público, visando a redução de fatores de risco e o incentivo a práticas saudáveis.

Conclui-se que o enfermeiro desempenha papel estratégico na prevenção, no controle e no acompanhamento da hipertensão arterial, atuando como educador em saúde e facilitador do cuidado contínuo. Os achados deste estudo reforçam a necessidade de investimentos em políticas públicas, ações educativas e estratégias de promoção da saúde que favoreçam o manejo adequado da hipertensão arterial e a melhoria da qualidade de vida da população.

REFERÊNCIAS

1. ALVES EF. Estilo de vida de estudantes de graduação em enfermagem de uma instituição do sul do Brasil. *Rev CPAQV*, 2011; 3(1): 1-14.
1. BARROSO WKS, et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. *Arq Bras Cardiol*, 2021; 116(3): 516-658.
2. BORDIN D, et al. Doenças crônicas não transmissíveis em universitários de uma universidade pública do Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. *Rev Bras Pesq Saúde*, 2023; 24(3): 14-23.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: Vigitel Brasil 2013. Brasília: Ministério da Saúde; 2013.
4. BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília: CNS; 2012.
5. CAREY RM, et al. Prevention and control of hypertension. *J Am Coll Cardiol*, 2018; 71(19): 2199-2269.
6. CREPALDI VC, et al. Elevada prevalência de fatores de risco para doenças crônicas entre universitários. *Ciênc Saúde*, 2016; 9.
7. FOROUZANFAR MH, et al. Global burden of hypertension and systolic blood pressure of at least 110 to 115 mm Hg, 1990–2015. *JAMA*, 2017; 317(2): 165-182.
8. GIL AC. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. São Paulo: Atlas; 2008.
9. GIL AC, VERGARA SC. Tipo de pesquisa. Universidade Federal de Pelotas; 2015.
10. LEOPARDI MT. Fundamentos gerais da produção científica. Santa Maria: Pallotti; 2001.
11. LEOPARDI MT, et al. Metodologia da pesquisa na saúde. Santa Maria: Pallotti; 2001.
12. MINAYO MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 7. ed. São Paulo: Hucitec; 2004.

13. MINAYO MCS, COSTA AP. Fundamentos teóricos das técnicas de investigação qualitativa. *Rev Lusófona Educ*, 2018.
14. OLIVEIRA SG. Caracterização dos pacientes hipertensos e diabéticos atendidos em serviço de urgência e emergência no município de Dourados-MS. Tese (Doutorado) – Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca. Rio de Janeiro; 2010.
15. PAIXÃO LA, DIAS RMR, PRADO WL. Estilo de vida e estado nutricional de universitários ingressantes em cursos da área de saúde do Recife/PE. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*, 2010; 15: 145-150.
16. SANTOS T, et al. Chronic condition and risk behaviours in Portuguese adolescents. *Glob J Health Sci*, 2014; 6(2): 227-236.
17. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial VI. *Rev Hipertensão*, 2013; 13(1).
18. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial VII. *Arq Bras Cardiol*, 2016; 107(3 Supl 3): 1-44.
19. SOUSA LEN, et al. Contribuições da produção científica da enfermagem sobre a subjetividade dos portadores de hipertensão arterial. *Rev Enferm UFPI*, 2012; 1(1): 1-10.