



# PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO VIII – N. 20 – 2014

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n20/086.php>

**PARANINFO DIGITAL** es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "JÓVENES Y SALUD ¿Combatir o compartir los riesgos?" **Cualisalud 2014 - XI Reunión Internacional – I Congreso Virtual de Investigación Cualitativa en Salud**, reunión celebrada del 6 al 7 de noviembre de 2014 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

*Título* **O estado da arte sobre fatores de risco para hipertensão arterial em estudantes de enfermagem**  
*Autores* Évila Pimentel Araújo, Cláudia Geovana da Silva Pires  
*Centro/institución* Universidade Federal da Bahia.  
*Ciudad/país* Salvador, Brasil  
*Dirección e-mail* evila1000@hotmail.com

## RESUMEN

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença causada por múltiplos fatores e com altas taxas de prevalência. Em todo o mundo, a mesma é responsável pela morte anual de 9,4 milhões de pessoas. No Brasil, a mesma afeta mais de 30 milhões de brasileiros. Os fatores de risco que se associa a causa da HAS são divididos em dois grupos, um relacionado ao biológico/inerente ao indivíduo e outro ao estilo de vida. Alguns estudos demonstram que estudantes de enfermagem estão expostos a fatores de risco para HAS. O objetivo do estudo foi analisar o estado da arte sobre os fatores de risco que favorecem ao aparecimento da hipertensão arterial em estudantes de enfermagem. Trata-se de um a revisão integrativa. O levantamento bibliográfico incluiu publicações nacionais e internacionais no período de 1999 a 2013 publicados na BIREME. Foram selecionados quinze artigos, dez em português, três em inglês e dois em espanhol. Os resultados mostraram que a realização dos estudos deu-se principalmente em escolas públicas de enfermagem. Quanto às regiões brasileiras nas quais foram realizados os estudos destacou-se a região Sudeste - São Paulo, Minas Gerais e Rio de Janeiro com 8 artigos publicados. Para a publicação internacional destacou-se a capital da Espanha, Madri, com 2 trabalhos publicados. Conclui-se que existem poucas produções científicas publicadas sobre os fatores de risco para HAS entre estudantes de enfermagem. Torna-se, portanto, relevante investir em estudos que abordem essa temática e privilegiem este grupo, bem como os resultados advindos dessa pesquisa, servirão como auxílio para elaboração de estratégias que visem à prevenção e controle desses fatores de risco, haja vista que os mesmos serão futuros profissionais de saúde, podendo sensibilizar a outros e atuar como agente de transformação social e também porque necessitam de cuidados e atenção.

## **TEXTO DE LA COMUNICACIÓN**

### **Introdução**

Em todo o mundo, a hipertensão é responsável pela morte anual de 9,4 milhões de pessoas e está relacionada a 45% dos ataques de coração e 51% dos derrames cerebrais<sup>1</sup>. No Brasil, a mesma afeta mais de 30 milhões de brasileiros. Os níveis elevados e sustentados da pressão arterial podem causar lesões em diferentes órgãos alvos resultando no aumento de risco para eventos cardiovasculares. Além disso, a mesma é o principal fator de risco isolado para acidentes vasculares cerebrais<sup>2</sup>. As cargas de doenças representadas pelas altas taxas de morbimortalidade devido à hipertensão arterial e os altos custos sociais e econômicos fazem da mesma um importante problema de saúde pública<sup>3</sup>. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), dentre elas a hipertensão arterial, nas próximas duas décadas ocuparão a liderança das causas de incapacidades funcional<sup>4</sup>.

Com o advento da urbanização e industrialização, o estilo de vida das pessoas vem passando por transformações. Os alimentos semiprontos como macarrão instantâneo, hambúrgueres e fast foods, passaram a fazer parte da alimentação da população com maior frequência. As novas tecnologias sejam elas, mecânicas ou eletrônicas vem substituindo o trabalho humano e favorecendo a inatividade física. Além disso, a falta de tempo para o lazer e a prática de atividade física colabora para um estilo de vida pouco saudável.

Percebe-se que os fatores de risco modificáveis para hipertensão arterial podem estar presentes na população e serem evitados e controlados. O termo fator de risco é definido como qualquer elemento clínico ou laboratorial associado ao surgimento e progressão de uma doença, durante um período variável de tempo<sup>5</sup>. Os fatores de risco para hipertensão arterial são: raça/cor negra, idade avançada, sexo masculino e antecedentes familiares de primeiro grau (não modificáveis), sobrepeso/obesidade, consumo de sal > 6g/dia, consumo regular e abusivo de bebida alcoólica e sedentarismo (modificáveis)<sup>2</sup>.

Estudos demonstram que estudantes de enfermagem estão expostos a fatores de risco para hipertensão arterial como sedentarismo e consumo excessivo de bebida alcoólica<sup>5,6</sup>. Tais circunstâncias podem justificar-se pelo fato dos mesmos não dispor de um tempo adequado para prática de atividade física e para alimentar-se adequadamente, ambiente favorável para o consumo de bebida alcoólica, uma vez que nas festas e socializações existe o consumo de bebida alcoólica ou mesmo como forma de enfrentar as dificuldades do dia a dia<sup>7</sup>. Diante disso, vale lembrar que é de suma importância conhecer sobre os fatores de risco que favorecem ao aparecimento da hipertensão arterial em estudantes de enfermagem, haja vista que os mesmos serão futuros profissionais de saúde e também necessitam de cuidados e atenção.

### **Metodologia**

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura. Este tipo de trabalho consiste na construção de uma análise ampla da literatura, colaborando para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, bem como reflexões sobre a realização de estudos futuros<sup>8</sup>.

Para realização do mesmo foram adotados os seguintes passos: identificação do tema e da questão de pesquisa, busca na literatura com a adoção de critérios de inclusão e exclusão, categorização e sumarização dos dados, avaliação crítica e detalhada dos estudos incluídos, interpretação dos resultados e síntese do conhecimento.

O objeto de estudo do presente trabalho é o estado da arte sobre a exposição a fatores de risco para hipertensão arterial em estudantes de enfermagem, tendo como questão de pesquisa: Qual o estado da arte sobre a exposição a fatores de risco para hipertensão arterial em estudantes de enfermagem? e como objetivo: analisar o estado da arte sobre os fatores de risco que favorecem ao aparecimento da hipertensão arterial em estudantes de enfermagem.

Inicialmente, a busca dos artigos sucedeu à consulta ao Descritor em Ciências da Saúde (DeCS), com a escolha dos seguintes descritores exatos: estudantes de enfermagem, hipertensão arterial, fatores de risco, sedentarismo, aptidão física, atividade física, exercício físico, consumo de bebida alcoólica, hábitos alimentares e cloreto de sódio. Em seguida foi acessada a base de dados Biblioteca Regional de Medicina – BIREME, a qual engloba todas as principais bases de dados disponíveis (LILACS, MEDLINE, IBECs, Biblioteca COCHRANE, SCIELO) e realizado o cruzamento com os seguintes descritores: estudantes de enfermagem and fatores de risco and hipertensão arterial, estudantes de enfermagem and hipertensão arterial, estudantes de enfermagem and sedentarismo, estudantes de enfermagem and consumo de bebida alcoólica, estudantes de enfermagem and hábitos alimentares, estudantes de enfermagem and cloreto de sódio e estudantes de enfermagem and aptidão física/atividade física/exercício físico.

Foram encontrados cento e setenta artigos, os quais foram submetidos a critérios de inclusão, a saber: estudos que abordassem sobre sedentarismo, aptidão física/atividade física/ exercício físico, consumo de bebida alcoólica, hábito alimentar, consumo de cloreto de sódio e hipertensão arterial na população-alvo estudantes de enfermagem ou que os mesmos estivessem incluídos no rol de universitários. Analisou-se os títulos e resumos dos artigos e, por vezes, a metodologia a fim de averiguar qual(is) artigo(s) estava(m) dentro dos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Deste modo, foram selecionados quinze artigos e, assim, inclusos na presente revisão. O levantamento bibliográfico incluiu publicações nacionais e internacionais no período de 1999 a 2013.

A exclusão dos cento e cinquenta e cinco artigos se sustenta pelo fato de os mesmos abordarem a temática em estudantes do ensino médio, avaliar os fatores de risco em profissionais de saúde, avaliarem o conhecimento dos estudantes sobre os fatores de risco, não estarem disponíveis em textos completos, por se repetirem e por relatarem sobre a importância dos estudantes de enfermagem para o controle dos fatores de risco para hipertensão arterial na população. Para sintetizar os dados encontrados foi elaborada uma tabela, a qual dispõe das seguintes informações: título do artigo, periódico, ano de publicação, autores, objetivos, aspectos metodológicos, principais resultados e conclusões do estudo.

## **Resultados**

Dentre os quinze artigos selecionados para a composição da amostra do estudo sete estavam disponibilizados nas bases de dados LILACS e SCIELO e os demais em outras bases de dados nacionais e internacionais. A frequência das publicações seguiu-se com uma publicação nos anos de 2012, 2011, 2007, 2005, 2000 e 1999, com duas publicações para os anos de 2006, 2009 e 2010 e três publicações para

o ano de 2013. Vale lembrar que dos quinze trabalhos selecionados, dez foram realizados no Brasil e cinco no exterior.

A realização dos estudos deu-se principalmente em escolas públicas de enfermagem. Quanto às regiões brasileiras nas quais foram realizados os estudos destacou-se a região Sudeste - São Paulo, Minas Gerais e Rio de Janeiro com oito artigos publicados. Para a publicação internacional destacou-se a capital da Espanha, Madri com dois trabalhos publicados.

O delineamento metodológico predominante utilizado pelos pesquisadores foi do tipo descritivo, transversal e de caráter quantitativo. Os instrumentos utilizados que predominaram na coleta de dados foram os questionários sobre fatores de risco para hipertensão, a aferição da pressão arterial e a mensuração de medidas antropométricas.

Nos quadros a seguir apresentam-se sucintamente os objetivos, métodos, resultados e conclusões dos estudos selecionados.

Quadro 1- Produção científica brasileira sobre os fatores de risco para hipertensão arterial em estudantes de enfermagem.

Título, periódico e ano de publicação	Autores	Objetivo	Método	Resultados e Conclusão
- Alterações do nível pressórico e fatores de risco em graduandos de enfermagem - Acta Paulista de Enfermagem - 2009	Barros ALBL, Vieira FS, Assis CC, Zeitoun SS.	Identificar possíveis alterações do nível pressórico em graduandos de enfermagem, fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica (HAS) e verificar a associação entre os níveis pressóricos e os fatores de risco para HAS.	Estudo do tipo transversal realizado com 120 graduandos de enfermagem da Universidade Federal de São Paulo. Para coleta dos dados foi aplicado um questionário sobre Fatores de risco para hipertensão arterial, aferido a pressão arterial e mensurado dados antropométricos.	A média de idade dos participantes foi de 21,6. Os resultados apontaram que 92,5% dos graduandos apresentaram níveis pressóricos normais, 4,2% eram hipertensos e 3,3% com pressão limítrofe. Notou-se o aparecimento de alguns fatores de risco para HAS e DCV. As variáveis sexo, IMC, medida da cintura e consumo de gordura no jantar apresentaram associação com a elevação dos níveis pressóricos (pressão limítrofe ou hipertensão). 10% estavam acima do peso e 3,3% com obesidade nível I. A pressão arterial limítrofe foi mais frequente, entre alunos do sexo masculino e, entre aqueles com pré-obesidade e obesidade nível I.
- Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis, entre alunos de enfermagem de Ribeirão Preto-Brasil	Moraes SA, Meira L, Freitas ICM.	Analisar a prevalência de alguns fatores de risco para as doenças crônicas entre estudantes de enfermagem, investigando-	Estudo do tipo transversal realizado com 305 graduandos de enfermagem da Universidade de São Paulo de Ribeirão Preto. Para a coleta de dados foi realizado entrevistas nas quais aplicou-se um	A média de idade foi 22,1. 65,6 % dos participantes tinham dois ou mais antecedentes familiares com doenças crônicas. A prevalência do hábito de fumar foi 15,4% e a do uso de contraceptivos orais, entre as mulheres, foi de 48,6%. O índice de massa corporal (IMC), ajustado para idade, e hábito de fumar (conjunto de indivíduos) ou para idade, uso de

<p>- Medicina, Ribeirão Preto - 2000</p>		<p>se o efeito independente de alguns desses fatores de risco sobre os níveis de pressão arterial sistólica e diastólica.</p>	<p>questionário pré-codificado, além disso, foi aferida pressão arterial e mensurado medidas antropométricas.</p>	<p>contraceptivos orais ou sua duração destacou-se como um forte preditor da pressão sistólica e diastólica (<math>p &lt; 0,05</math>). 14,4 % estavam com sobrepeso e 2% obesos. O número de cigarros consumidos/dia foi bom preditor dos níveis de pressão diastólica entre os indivíduos com antecedentes familiares apenas para cardiopatias (<math>p &lt; 0,05</math>).</p>
<p>- Hábito e consumo alimentar de estudantes do sexo feminino dos cursos de nutrição e de enfermagem de uma universidade pública brasileira - Rev. APS - 2009</p>	<p>Monteiro MRP, Andrade MLO, Zanirati VF, Silva RR.</p>	<p>Traçar o perfil do hábito e consumo alimentar de estudantes por meio da aplicação de um questionário adaptado de frequência alimentar e conhecer as condições alimentares do grupo.</p>	<p>Estudo do tipo transversal realizado com 47 estudantes de enfermagem e de nutrição matriculados no primeiro ano do curso. Para coleta dos dados foi aplicado um questionário sobre condições socioeconômicas e sobre o consumo alimentar por meio do questionário de frequência alimentar.</p>	<p>A idade das estudantes variou de 19 a 27 anos. 61,7% alegaram consumir produtos diets, lights e/ou integrais. As hortaliças mais consumidas foram alface (98,5%) e tomate (93,3%), sendo que elas também foram as únicas com maior percentual de consumo. Os salgados assados foram escolhidos por 100%, o cachorro quente por 88,8%, os salgados fritos por 77,8%, os alimentos fornecidos por grandes lanchonetes por 79,9% e chips por 77,3%. Destacou-se também o consumo de fast food. Encontrou-se baixo consumo de frutas e hortaliças, em contrapartida alto consumo de alimentos ricos em carboidratos simples, lipídios e açúcares.</p>
<p>- Consumo de bebidas alcoólicas entre estudantes de enfermagem - Aquichán - 2013</p>	<p>Jomar RT, Silva E S.</p>	<p>Identificar o consumo de bebidas alcoólicas entre estudantes de enfermagem.</p>	<p>Estudo do tipo transversal realizado com 161 estudantes de enfermagem de uma universidade privada do Rio de Janeiro. Para coleta de dados foi aplicado um questionário com informações sociodemográficas, perguntas do Alcohol Use Disorders Identification Teste e outras relacionadas ao consumo de bebidas alcoólicas.</p>	<p>Prevaleceu a faixa etária de 20-24 anos. 67,7% dos estudantes de enfermagem entrevistados referiu consumir bebida alcoólica, sendo que 32,1% deles faziam consumo no padrão binge (cinco ou mais doses padrão de álcool em uma única ocasião), 10,6% referiu consumir bebida alcoólica duas a três vezes por semana e quase metade (45,9%) dos consumidores estava exposta ao risco de desenvolvimento de problemas relacionados ao consumo dessa substância.</p>

<p>- Consumo de álcool pelos acadêmicos do curso de enfermagem de uma instituição de ensino superior - Rev. Enferm. Cent.O. Min. - 2012</p>	<p>Marques NFB, Maciel EAF, Barbosa FI.</p>	<p>Identificar e avaliar o consumo de álcool pelos estudantes de enfermagem do 1º ao 8º período, risco de desenvolvimento de dependência alcoólica e fatores demográficos e sociais associados ao uso.</p>	<p>Estudo do tipo transversal realizado com 168 estudantes de enfermagem de uma instituição de ensino superior do Centro-Oeste Mineiro. Para coleta de dados foi aplicado um questionário com informações sociodemográficas e o questionário CAGE.</p>	<p>A média de idade dos participantes foi de 23 anos. 65% afirmou ser alcoolista, e desses, 61% relataram que o consumo da bebida alcoólica aumentou após o ingresso na faculdade. 41% referiu beber uma vez na semana, 37% duas vezes e 12% três vezes. A cerveja foi a bebida mais consumida entre os participantes (62%). Foi encontrado um índice de 28% com screening positivo para abuso ou dependência alcoólica. O uso do álcool pelos acadêmicos está assumindo uma proporção preocupante, o abuso e a dependência alcoólica avaliados pelo CAGE apresentaram-se relativamente notórios.</p>
<p>- Tabagismo e etilismo entre acadêmicos de medicina e enfermagem da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto - Arq Ciênc Saúde - 2010</p>	<p>Buzatto SV, Soler ZASG.</p>	<p>Apresentar o perfil socioeconômico e identificar a ocorrência de tabagismo e etilismo entre acadêmicos de medicina e enfermagem da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, considerando os valores determinantes relacionados aos vícios.</p>	<p>Estudo descritivo realizado com 346 graduandos dos cursos de medicina e enfermagem. Para coleta de dados foi utilizado um questionário semi-estruturado obtidos de trabalhos de outros autores sobre esse assunto.</p>	<p>Predominou a faixa etária de 17 a 21 anos de idade. 77,5% eram de acadêmicos da enfermagem e 41,7% eram acadêmicos da medicina. Apenas 7,5% eram fumantes, dos acadêmicos de enfermagem e 15% dos acadêmicos de medicina. 57,7% dos acadêmicos da medicina e 21,4% dos acadêmicos de enfermagem referiram ingerir bebida alcoólica frequentemente. Para ambos os cursos 21,3% referiram etilismo frequente, 54,9% relataram que pai é etilista; 20,5% informaram ter problema com etilismo na família.</p>
<p>- Consumo de álcool entre estudantes do curso de enfermagem de um município do oeste catarinense - Cienc Cuid Saude - 2007</p>	<p>Stamm M, Bressan L.</p>	<p>Identificar o consumo de álcool entre os estudantes de enfermagem de uma Universidade do Oeste de Santa Catarina.</p>	<p>Estudo de abordagem quantitativa realizado com 100 estudantes de enfermagem. Para coleta dos dados foi aplicado um questionário com perguntas sobre dados sociodemográficos e consumo de bebida alcoólica.</p>	<p>A idade dos participantes variou entre 18 a 31 anos. 30% dos participantes nunca beberam algum tipo de bebida alcoólica. Dos que já consumiram bebida alcoólica 56% consumiram entre os 7-17 anos. Foi identificado consumo significativo e precoce entre as mulheres. A bebida mais consumida foi a cerveja, seguida pelo vinho e destilados. Quanto ao ambiente costumam beber em festas e bares, em casa e na universidade. 62% já ficaram alcoolizados e 57% não se lembraram de quantas vezes isso ocorreu. 65%</p>

				responderam que foi na família o primeiro contato com a bebida alcoólica.
- O uso de bebidas alcoólicas pelos estudantes de enfermagem da Universidad e do Estado do Rio de Janeiro -Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas - 2005	Marçal CLA, Assis F, Lopes GT.	Identificar o uso de bebidas alcoólicas pelos acadêmicos de enfermagem e verificar os fatores que levam à sua ingestão.	Estudo de abordagem quantitativa realizado com 177 estudantes do 1º ao 9º períodos. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário sobre características demográficas e socioeconômicas e pergunta relacionadas a problemática do uso do álcool.	Predominou a faixa etária entre 21 e 22 anos. 86% referiram o uso do álcool entre os familiares, 94% têm amigos que fazem uso de álcool, 84% já experimentaram algum tipo de bebida alcoólica, 46% ingeriu essa substância pela primeira vez entre 13 e 16 anos. 33% dos discentes consomem frequentemente bebidas alcoólicas e 62% não consomem. Dos que fazem uso de bebidas alcoólicas, 45% aumentaram após a entrada na universidade.
- Uso de álcool e espiritualidade entre estudantes de enfermagem - Rev Esc Enferm USP - 2011	Pillon SC, Santos MA, Gonçalves AMS, Araújo KM.	Investigar o uso de álcool e níveis de espiritualidade entre estudantes de Enfermagem	Estudo do tipo transversal realizado com 191 estudantes do 1º- 4º ano numa escola de ensino superior do interior de Minas Gerais. Para coleta de dados foi aplicado um questionário sobre informações sociodemográficas, espiritualidade, Teste de identificação dos problemas relacionados ao uso do álcool (AUDIT) e Escala de Espiritualidade.	A idade variou entre 18 e 48 anos. 81,7% já haviam consumido bebida alcoólica em algum momento no último ano. 30,4% consumiram em níveis problemáticos. Quanto ao padrão de consumo, 42,3% beberam em uma frequência de uma vez por mês ou menos, 24,6% consumiram a quantidade de duas a três doses de bebidas alcoólicas em um dia normal. 61,4% relataram que já se embriagaram pelo menos uma vez na vida. Não houve relação estatisticamente significativa entre os níveis de espiritualidade e o beber problemático.
- Prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem - Acta Paulista de Enfermagem	Pires CGS, Mussi FC, Cerqueira BB, Pittanga FJG, Silva DO.	Comparar a prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem ingressantes e concluintes.	Estudo do tipo transversal realizado com 154 estudantes de enfermagem. Para coleta de dados foi aplicado um questionário com dados sociodemográficos, da vida acadêmica e sobre a prática de atividade física mediante o	Predominou ingressantes do curso do sexo feminino com idade entre 20 a 24 anos. Em todas as seções do questionário a amostra dos estudantes ingressantes e concluintes foram predominantemente classificados como sedentários. Houve diferença estatisticamente significativa para tempo gasto sentado e ano em curso, com maior percentual para ingressantes, 89% para os ingressantes

-2013			questionário internacional sobre atividade física.	e 73% para os concluintes.
-------	--	--	--	----------------------------

Quadro 2- Produção científica internacional sobre os fatores de risco para hipertensão arterial em estudantes de enfermagem.

Título, periódico e ano de publicação	Autores	Objetivo	Método	Resultados e Conclusão
- Exercise, Physical Fitness, and Dietary Habits of First-Year Female Nursing Students - Biol Res Nurs - 2006	Irazusta A, Gil S, Ruiz F, Gondra J, Jauregi A, Gil J.	Avaliar a prática de exercício físico regular, características antropométricas e fisiológicas e os hábitos alimentares de um grupo de estudantes de enfermagem, do sexo feminino.	Estudo realizado com 46 estudantes de enfermagem do primeiro ano do curso, com 52 estudantes do último ano do curso e com 58 estudantes de outros cursos. Para coleta de dados foram analisadas variáveis antropométricas, pressão arterial, consumo de oxigênio máximo e força explosiva muscular.	Os resultados apontaram que a taxa de sedentarismo foi maior entre os estudantes de enfermagem do primeiro ano (50%) do que entre os outros estudantes (43,6%). O exercício físico regular em estudantes de enfermagem foi correlacionado positivamente ( $p < 0,01$ ) em relação VO2 max ( $p < 0,05$ ) e com menor pressão arterial diastólica ( $p < 0,05$ ). Quanto à alimentação dos estudantes de enfermagem verificou-se ingestão energética deficiente, baixa em carboidrato e rica em gordura e em proteína.
- Evaluación nutricional en estudiantes de enfermería - Nutr. clín. diet. hosp -2010	Iglesias MT, Escuredo E.	Determinar os hábitos alimentares e conhecimentos nutricionais dos alunos do primeiro ano em enfermagem.	Estudo realizado com 180 estudantes de enfermagem da Universidad Francisco de Vitoria. Para coleta dos dados foi aplicado um questionário sobre estilo de vida, frequência de consumo de alimentos, realizado medidas antropométricas e exames laboratoriais (níveis de colesterol).	O consumo médio de energia foi de 1720 Kcal / dia, com o consumo de energia a partir de hidratos de carbono. O consumo de proteínas e lipídios foi superior ao recomendado. A ingestão de ácidos graxos saturados também foi maior do que as recomendações. Em 80% dos participantes o IMC foi normal, com valor de 21,3 kg/m <sup>2</sup> , 11,1% apresentaram baixo peso e 8,9% com sobrepeso / obesidade.
- Estudio nutricional en un grupo de estudiantes universitarios Madrilenos - Nutr. clín. diet. hosp	Iglesias MT, Mata MG, Pérez A, Hernández S, García-Chico R, Papadaki	Analisar a ingesta dietética dos estudantes de enfermagem.	Estudo realizado com 68 estudantes de enfermagem madrilenos. Para coleta de dados foi utilizado um questionário sobre estilo de vida, frequência de consumo de alimentos, álcool, sal e um recordatório	A prevalência de baixo peso é semelhante entre homens e mulheres (7,1%), todavia, o excesso de peso/obesidade é quase o dobro em homens (50%) em comparação mulheres (28,6%). O consumo de energia em ambos os sexos foi 36 % de gordura, 17-18 % de proteína e 43-44 % de carboidratos. Avaliação nutricional reflete déficit de ácido fólico, vitamina



- 2013	C.		alimentar de três dias próximo ao fim de semana. Medidas antropométricas, aferição da pressão arterial e exames laboratoriais foram também realizados.	D e E e cálcio e deficiência de ferro para as mulheres. 36,2 % das mulheres e 28,6 % dos homens têm menores níveis séricos de vitamina D.
- Healthy dietary habits, body mass index, and predictors among nursing students, northeast Thailand - Sudeste Asiático J Trop Med Saúde Pública -1999	Osaka R, Nanako S, Sanseeha L, Nagarito C, Kodama C.	Avaliar o IMC de estudantes de enfermagem e examinar a ligação entre comportamentos de saúde em termos de hábitos alimentares saudáveis, hábitos de saúde positivos, dieta e IMC.	Estudo realizado com estudantes de enfermagem do 1º, 2º, 3º e 4º ano de uma Escola de Enfermagem localizado no nordeste da Tailândia. Para coleta dos dados foi utilizado um questionário estruturado sobre os hábitos alimentares, hábitos de saúde positivos, características demográficas e dados antropométricos.	A idade média dos participantes foi de 19,9. 82,6% dos estudantes estavam na categoria de peso aceitável (IMC > 18,5-24,99 kg/m <sup>2</sup> ), 5,1% abaixo do peso (IMC < ou = 18,5 kg/m <sup>2</sup> ) e 2,3% acima do peso (IMC > ou = 25,0 kg/m <sup>2</sup> ). Cerca de metade deles praticava hábitos alimentares saudáveis em termos de evitar comer gordura. Hábitos de saúde positivos em termos de tomar café da manhã, e fazer exercícios ao longo das duas últimas semanas, foram praticados por 49,5% e 59,8%, respectivamente. Análises revelaram associações significativas entre a dieta com o IMC, a percepção do tamanho corporal com o IMC, o consumo de alimentos enriquecidos com fibra de dieta e evitar a gordura / colesterol com a dieta.
- An exploration of modifiable health associated risk factors within a cohort of undergraduate nursing students - Contemp Nurse. -2006	Purcell C, Moyle W, Evans, KM.	Investigar a prevalência de fatores de risco associado ao estilo de vida em estudantes ingressantes do curso de enfermagem no Queensland-Austrália.	Estudo realizado com 94 ingressantes do curso de enfermagem. Para coleta dos dados foi utilizado um questionário sobre dados demográficos, antropométricos, tabagismo, uso de álcool, dados nutricionais e prática de exercícios físicos e lazer mediante o questionário Godin Leisure Time Activity Questionnaire.	A idade dos participantes variou entre 18 e 55 anos. 41% dos participantes estavam com sobrepeso e 19% obesos. Quase 40% dos participantes tinham consumidos alimentos nas últimas 24 horas com um elevado teor de gordura. 56% foram encontrados como fisicamente inativo. 19% dos participantes relataram hábito atual de fumar. 39% relatou não beber álcool, 42% relataram beber um ou dois copos de álcool em alguns dias da semana, 14,8% relataram que apenas beber um ou dois copos durante a semana, mas consomem maiores quantidades nos fins de semana.

## Discussão

Os dados revelaram que ainda são incipientes os estudos que avaliam os fatores de risco para hipertensão arterial em graduandos (as) de enfermagem, tanto a nível nacional quanto internacional. Mesmo utilizando-se a busca pelo descritor exato e por todos os fatores de risco em separado. Dois estudos que incluíam outros estudantes da área da saúde, além dos estudantes de enfermagem não foram excluídos da revisão, haja vista que existem poucos estudos publicados sobre a temática e que alguns dos estudos selecionados traziam os resultados das prevalências separadas para cada curso. Vale ressaltar que o estudo que mais se aproxima da proposta dessa revisão é o estudo de Barros et al., (2009) com estudantes de uma universidade pública em São Paulo.

Chama atenção o fato de que os estudos são desenvolvidos com estudantes de universidade pública, o que pode ser justificado pelo grande incentivo das agências de fomento e pelo tipo vínculo desenvolvido pelo professor pesquisador. Ademais, as universidades privadas nem sempre dispõem de serviços de saúde para os encaminhamentos e acompanhamento dos casos detectados de hipertensão arterial.

Os estudos foram realizados predominantemente com graduandas de enfermagem refletindo, ainda, a cultura originária da profissão, na qual o cuidado é vinculado às atribuições femininas. Em relação às histórias familiares de hipertensão arterial, no estudo de Barros et al., (2009) chama atenção o fato que 50% dos participantes referiram que os pais eram hipertensos<sup>6</sup>. Diante disso, vale lembrar que a prevenção primária é uma importante medida para evitar a doença.

No que se refere ao consumo de álcool, apesar de nem todos os estudos explorarem sobre a ingestão diária de álcool pelos estudantes, os mesmos trazem dados importantes. Por exemplo, no estudo de Pillon et al., (2011) e no de Stamm e Bressan (2007), 61,4% e 62% dos estudantes, respectivamente, referiram que já ficaram alcoolizados<sup>10,11</sup>. Jomar e Silva (2013) traz que 45,9% dos estudantes participantes da pesquisa estavam expostos ao risco de desenvolver problemas relacionados ao consumo de álcool<sup>12</sup>. Quanto ao consumo frequente de álcool, os estudos de Marçal, Assis, Lopes (2005) e Buzatos, Soller (2010) trazem percentuais de 33% e 21,3%, sendo 33% o percentual do consumo frequente de álcool encontrada no primeiro estudo e 21,3% o percentual no segundo estudo<sup>13,14</sup>. Além disso, 45% dos estudantes relataram ter aumentado o consumo de álcool após ter entrado na universidade<sup>13</sup>.

Percebe-se que os estudantes de enfermagem tem se tornado vulneráveis ao uso e abuso de álcool e que existem alguns fatores que contribuem para essa problemática, por exemplo, o uso do álcool como estímulo para a sociabilidade na vida universitária, o consumo de álcool por parte dos familiares, bem como as propagandas que associam o consumo de bebidas alcoólicas aos bons momentos da vida. Além disso, as dificuldades de relacionamentos e insegurança, talvez por estarem em uma fase de transição de vida, colaboram para o consumo de álcool<sup>11</sup>. Para Marçal, Assis, e Lopes (2005), a ingestão de bebidas alcoólicas tem se tornado necessária nas atividades de lazer dos estudantes a fim de manifestar sentimentos de diversão e descontração<sup>13</sup>. Logo, é preciso que sejam elaboradas e implementadas estratégias pela academia que visem a prevenção do uso e abuso de álcool entre os estudantes, tendo em vista as circunstâncias que facilitam o uso do mesmo e considerando que a liberdade acadêmica e a autonomia da universidade são indissociáveis da responsabilidade social<sup>13, 10</sup>.

Estudos realizados no Brasil entre estudantes de enfermagem apontaram prevalências de sobrepeso de 10% e 14,4%, sendo que a variável IMC apresentou associação positiva com a elevação da pressão arterial. Para a variável obesidade foi encontrado prevalências de 3,3% e 2% <sup>6,15</sup>. Por sua vez, nos estudos realizados na

Tailândia e Espanha foram encontradas prevalências de sobrepeso/obesidade de 2,3% e 8,9%<sup>16,17</sup>. Um IMC dentro da faixa de sobrepeso/obesidade foi encontrado em 41% dos estudantes iniciantes do curso de enfermagem na Austrália, deste grupo, mais de 19% estavam dentro da faixa de obesos<sup>18</sup>. Outro estudo com iniciantes do curso revelou que 50% dos homens e 28,6% das mulheres estavam com sobrepeso/obesidade<sup>19</sup>. Percebe-se que nesse grupo de estudantes iniciantes do curso de enfermagem as prevalências de sobrepeso e obesidade foram maior quando comparada com as prevalências de sobrepeso e obesidade encontradas em estudantes de outros semestres da graduação. A não sensibilização quanto à importância do controle do peso para prevenir o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis, dentre elas, a hipertensão arterial, pode colaborar para o aumento do peso nesses estudantes.

Alguns comportamentos podem contribuir para o aumento do peso em estudantes, por exemplo, a substituição das refeições (almoço) por lanches ricos em sal, gorduras e doces, a falta de tempo para preparar as refeições e praticar exercícios físicos, bem como a carência de recursos financeiros para compra de alimentos saudáveis. Farias (2005), considera que o excesso de peso e a obesidade em jovens é um fator de risco para doenças crônicas e estão relacionados a uma maior chance de obesidade na fase adulta e mortalidade precoce<sup>20</sup>. Além disso, o excesso de peso se associa com maior prevalência de hipertensão arterial desde idades jovens<sup>21</sup>. Desarte, torna-se de suma importância a elaboração de estratégias de prevenção de âmbito populacional que vise a promoção de estilos de vidas saudáveis, pensando nos anos seguintes da graduação e na qualidade de vida dos futuros profissionais da saúde<sup>6</sup>.

No que se refere a prática de exercícios físicos o estudo realizado com os estudantes do nordeste da Tailândia traz um percentual de 59,8% de prática de atividade física considerando um período de duas semanas anteriores<sup>16</sup>. Entretanto, no nordeste da Austrália foi encontrado um percentual de 56% inatividade física entre os estudantes de enfermagem<sup>18</sup>. O estudo realizado na Espanha mostrou um maior percentual de sedentarismo entre estudantes ingressantes do curso quando comparados com os concluintes. 50% foi o percentual de sedentarismo encontrado entre os estudantes ingressantes e 47,5% entre os concluintes<sup>22</sup>. Embora a diferença de percentual entre esses dois grupos não seja estaticamente significativa medidas de prevenção devem ser adotadas com os ingressantes do curso a fim de evitar que o estilo de vida sedentário não perdure durante a graduação, bem como também com outros estudantes, pois uma vez evidenciado o comportamento sedentário é importante investir em meios que viabilizem a prática de atividade física no âmbito da universidade. Vale ressaltar que os turnos de estudo e outras atividades desenvolvidas durante o dia, como o trabalho, atividades acadêmicas, atividades extracurriculares, etc. podem dificultar a prática de atividade física. Logo, surge a preocupação com esse público jovem, visto que é durante as duas primeiras décadas de vida que as pessoas adquirem e consolidam hábitos que irão permanecer até a idade mais avançadas<sup>23</sup>.

No Brasil, um estudo também realizado com estudantes ingressantes e concluintes mostrou uma diferença estatisticamente significativa para tempo gasto sentado e ano em curso, com maior percentual para ingressantes, 89% vs 73% para os concluintes. Esse resultado talvez possa ser explicado pelo fato de que os estudantes dos primeiros semestres estavam expostos a uma maior carga horária teórica em relação aos concluintes. Além disso, outro fator que possivelmente relaciona-se com os percentuais de ambos os grupos se refere a evolução tecnológica, uma vez que a mesma tem favorecido que as pessoas, principalmente os jovens, fiquem uma boa parte do tempo diante da televisão ou computador, seja como ferramenta de trabalho ou mesmo como entretenimento<sup>24</sup>.

Sabendo que o uso excessivo de cloreto de sódio (sal de cozinha) contribui para a ocorrência da HAS, o dado encontrado no estudo de Barros et al.; (2009) sobre o consumo de sal se torna preocupante, uma vez que 25,8% dos estudantes referiram o consumo exagerado de sal<sup>6</sup>. Esta situação não difere da realidade da população brasileira que tem um padrão alimentar rico em sal<sup>5</sup>. A escolha por alimentos processados, a adição em preparações culinárias e o sal à mesa, por exemplo, são alguns dos comportamentos que favorecem o consumo excessivo de sal. Desse modo, é importante motivar os estudantes a utilizar em substituição do sal temperos naturais no preparo dos alimentos, a saber: ervas, limão, alho, cebola, salsa, azeite doce etc. Em relação a outros hábitos alimentares não saudáveis dos estudantes brasileiros destacou-se o consumo de gordura no jantar por 33,3% dos estudantes, a preferência por salgados fritos e a substituição das refeições por fast food 6,26. Na Austrália, uma porcentagem de 40% foi encontrada para o consumo de alimentos com elevado teor de gordura nas últimas 24 horas<sup>18</sup>. Situação semelhante foi encontrada na Espanha, já que o consumo de lipídios entre os estudantes foi superior ao recomendado<sup>17</sup>.

Para Barreto e Krieger (2003), a frequência de refeições fora de casa, a baixa adesão a alimentos saudáveis das cantinas em locais de trabalho e escola e a renda, são fatores que dificultam as mudanças de hábitos alimentares. Além disso, o autor traz que questões importantes na fase de vida adulto jovem, como a busca pela estabilidade na vida profissional, nas relações pessoais, etc. tornam os jovens suscetíveis ao consumismo contemporâneo, tornando-os população alvo para as estratégias de marketing da indústria de consumo e lazer e interferindo nos comportamentos de saúde<sup>27</sup>. Segundo Pires (2013) o ingresso no curso pode favorecer a má alimentação, visto que alguns saem do seu lar e passam a preparar a própria comida, fazem as refeições fora de casa, bem como compartilham novos hábitos e costumes no ambiente acadêmico que caracteriza um padrão alimentar inadequado<sup>8</sup>. Portanto, é importante implementar programas de saúde durante o período universitário que destaquem a importância da alimentação saudável para prevenção de agravos à saúde futura<sup>27</sup>. Entretanto, faz-se necessário que a elaboração e implementação das estratégias para adoção de hábitos alimentares saudáveis em estudantes considerem as estruturas culturais, econômicas e políticas as quais tem influenciado a escolha de hábitos alimentares.

## **Conclusão**

Pode-se perceber que ainda são incipientes os estudos que avaliam os fatores de risco para hipertensão arterial em graduandos (as) de enfermagem, tanto a nível nacional quanto internacional, uma vez que existem poucos trabalhos publicados que abordam sobre a temática. A maioria dos estudos foram realizados com estudantes em períodos isolados da graduação, além disso, alguns estudos incluíam outros estudantes da área da saúde o que acaba limitando a generalização dos resultados.

Apesar de serem estudantes da área de saúde e, na maioria das vezes, terem o conhecimento da importância de adotar estilos de vida saudáveis, os hábitos de vida dos estudantes, algumas vezes, foram poucos saudáveis, o que caso persista poderá favorecer para o aparecimento das DCNT, dentre elas a HAS. Logo, detectar precocemente a presença de fatores de risco para HAS possibilita o planejamento e a realização de medidas preventivas com vistas à redução da chance de manifestação da HAS no futuro. Entretanto, as medidas de prevenção deve moldar-se a realidade do meio ambiente local para que possam ser realizadas de maneira eficaz.

Destarte, torna-se importante expor os resultados dos estudos que abordam sobre fatores de risco para hipertensão arterial em estudantes de enfermagem, bem como investir na realização de outros, pois estes poderão servir como auxílio para elaboração de estratégias que visem à prevenção e controle desses fatores de risco em estudantes de enfermagem, haja vista que os mesmos serão futuros profissionais de saúde, podendo sensibilizar a outros e atuar como agente de transformação social e também porque necessitam de cuidados e atenção.

## Referências

1. Mancia G, Fagard R, Narkiewicz k, Redon J, Zanchetti A, Bohm M, Christiaens T, et al. Guidelines for the management of arterial. European Society of Hpertension/ European Society of Cardiology 2013; 28: 2159-219.
2. Sociedades Brasileiras de Cardiologia, Hipertensão e Nefrologia. VI Diretrizes brasileiras de hipertensão arterial. Rio de Janeiro, Rev Hipertensão 2010; 95(1): 01-15.
3. Lessa I, Magalhães L, Araújo MJ, Filho NA, Aquino E, Oliveira MMC. Hipertensão arterial na população adulta de Salvador (BA) Brasil. Arq. Bras. Cardiol. 2006; 87 (6): 747-56.
4. World Health Oganization. The world health report 2002 - Reducing Risks, Promoting Healthy Life. Geneva, 2002.
5. Piegas LS, Avezum A, Pereira JCR, Rossi Neto JM, Hoepfner C, Farran JA, et al, on behalf of the AFIRMAR study investigators. Risk factors for myocardial infarction in Brazil. Am Heart J. 2003;146: 331-8.
6. Barros ALBL, Vieira FS, Assis CC, Zeitoun SS. Alterações do nível pressórico e fatores de risco em graduandos de enfermagem. Acta paul. Enferm. 2009; 22(6) 773-8.
7. Marques NF, Maciel EAF, Barbosa FI. Consumo de álcool pelos acadêmicos do curso de enfermagem de uma instituição de ensino superior. Rev. Enferm. Cent.O. Min. 2012; 2(2): 159-65.
8. Pires CGS. Fatores de risco cardiovasculares entre graduanda (o) s de enfermagem do primeiro e último ano letivo [tese]. Salvador: Universidade Federal da Bahia, 2013.
9. Broome ME. Integrative literature reviews for the development of concepts. In: Rodgers BL, Knafl KA, editores. Concept development in nursing: foundations, techniques and application. Filadélfia (EUA): WB Saunders Company; 2000. p.231-50.
10. Pillon SC, Santos MA, Gonçalves MAS, Araújo KM. Uso de álcool e espiritualidade entre estudantes de enfermagem. Rev Esc Enferm USP. 2011; 45(1):100-7.
11. Stamm M, Bressan L. Consumo de álcool entre estudantes do curso de enfermagem de um município do Oeste Catarinense. Cienc Cuid Saude. 2007; 6 (3): 319-24.

12. Jomar RT, Silva ES. Consumo de bebidas alcoólicas entre estudantes de Enfermagem. *Aquichán*. 2013; 13 (2): 226-33.
13. Marçal CLA, Assis F, Lopes GT. Uso de bebidas alcoólicas pelos estudantes de enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. *Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*. 2005; 1 (2):1-16.
14. Buzatto SV, Soler ZASG. Tabagismo e etilismo entre acadêmicos de medicina e enfermagem da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto – SP – FAMERP. *Arq Ciênc Saúde*. 2010; 17(3):122-77.
15. Moraes SA, Meira L, Freitas ICM. Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis, entre alunos de enfermagem de Ribeirão Preto – Brasil. *Medicina, Ribeirão*. 2000; 33: 312-21.
16. Osaka R, Nanakon S, Sanseeha L, Nagahito C, Kodama N. Healthy dietary habits, body mass index, and predictors among nursing students, northeast Thailand. *Sudeste Asiático J Trop Med Saúde Pública*. 1999; 30(1): 115-21.
17. Iglesias MT, Escudero E. Evaluación nutricional en estudiantes de enfermería. *Nutr. clín. diet.hosp*. 2010; 30 (3):21-6.
18. Purcell C, Moyle W, Evans KM. An exploration of modifiable health associated risk factors within a cohort of undergraduate nursing students. *Contemp Nurse*. 2006; 23 (1): 100-10.
19. Iglesias MT, Mata G, Pérez A, Hernández S, García-Chico R, Papadaki C. Estudio nutricional en un grupo de estudiantes universitarios Madrilenos. *Nutr. clín. diet.hosp*. 2013; 33(1):23-30.
20. Farias JM. Orientação para prevenção e controle de obesidade juvenil: um estudo de caso. [dissertação]. Florianópolis: Univesidade Federal de Santa Catarina, 2005.
21. Brandão AA, Pozzan R, Freitas EV, Pozzan R, Magalhães MEC, Brandão AP. Blood pressure and overweight in adolescence and their association with insulin resistance and metabolic syndrome. *J Hypertens*. 2004; 22(Suppl 1):111S.
22. Irazusta A, Gil S, Ruiz F, Gondra J, Jauregi A, Irazusta J, Gil J. Exercise, Physical Fitness, and Dietary Habits of First-Year Female Nursing Students. *Biol Res Nurs*. 2006; 7 (3): 175-86.
23. Fontes AC, Vianna RP. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. *Rev Bras Epidemiol*. 2009;12, (1): 20-9.
24. Pires CGS, Mussi FC, Cerqueira BB, Pitanga FJG, Silva DO. Prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem. *Acta paul. enferm*. 2013; 26 (5): 436-43.
25. Nakasato M. Sal e Hipertensão. *Rev Bras Hipertens*. 2004; 11 (2): 95-7.

26. Monteiro MRG, Andrade MLO, Zanirati VF, Silva RR. Hábito e consumo alimentar de estudantes do sexo feminino dos cursos de nutrição e de enfermagem de uma universidade pública brasileira. Rev. APS. 2009; 12 (3): 271-7.

27. Barreto-Filho JA, Krieger JE. Genética e hipertensão arterial: conhecimento aplicado à prática clínica. Rev. Soc. Bras. Card. 2003; 13, (1): 46-55.