



NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA

PRESSURE LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS: A NARRATIVE REVIEW

NIVELES DE PRESIÓN DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: UNA REVISIÓN NARRATIVA

Juliana dos Santos Sousa¹, Brenda Caetano de Azevedo², Clésia Oliveira Pachú³

e493870

<https://doi.org/10.47820/recima21.v4i9.3870>

PUBLICADO: 09/2023

RESUMO

A vivência acadêmica promove mudanças no estilo de vida dos estudantes, pois os jovens adotam alternativas práticas e rápidas para se alimentar. Objetivou-se analisar os níveis pressóricos de estudantes universitários por meio de uma revisão narrativa realizada no período de junho a julho de 2023, através de artigos científicos completos de acesso livre, publicados em português no período de 2012 a 2022. Como fonte de coleta foram utilizados os bancos de dados BVS Saúde, SciELO e Google Acadêmico com os termos Estudantes universitários, Hipertensão arterial, Níveis pressóricos. Foi possível observar que o público estudado tinha propensão a desenvolver Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), doença que se apresenta como multifatorial, caracterizada por níveis elevados e sustentados da Pressão Arterial (PA) igual ou maior a 140/ 90 mmHg. Por se tratar de uma patologia com causas múltiplas, desde fatores modificáveis aos não modificáveis, o excesso de peso, estresse e o sedentarismo lideram a posição de variáveis contribuintes para o desencadeamento do aumento dos níveis pressóricos de estudantes universitários. Assim, confirmando a necessidade de ações de saúde para sua prevenção, uma vez que, a elevação dos níveis tensionais, futuramente refletirá em uma propensão aumentada para o desenvolvimento de HAS. Pode-se concluir que o acompanhamento de flutuações na PA serve como uma forma de rastreamento da hipertensão e pré-hipertensão, logo, a realização de atividade física, aliada com alimentação saudável, se mostra eficaz para prevenção e controle da HAS.

PALAVRAS-CHAVE: Estudantes universitários. Hipertensão arterial. Níveis pressóricos.

ABSTRACT

The academic experience promotes changes in the lifestyle of students, as young people adopt practical and fast alternatives to eat. The objective of this study was to analyze the blood pressure levels of university students through a narrative review conducted from June to July 2023, through complete open access scientific articles published in Portuguese from 2012 to 2022. The VHL Health, SciELO and Google Scholar databases were used as a source of data collection with the terms University students, Arterial hypertension, Blood pressure levels. It was possible to observe that the studied public had a propensity to develop Systemic Arterial Hypertension (SAH), a disease that presents itself as multifactorial, characterized by high and sustained levels of Blood Pressure (BP) equal to or greater than 140/90 mmHg. Because it is a pathology with multiple causes, from modifiable to non-modifiable factors, overweight, stress and sedentary lifestyle lead the position of contributing variables to trigger the increase in blood pressure levels of university students. Thus, confirming the need for health actions for its prevention, since the elevation of blood pressure levels in the future will reflect in an increased propensity for the development of SAH. It can be concluded that the monitoring of BP fluctuations serves as a way of screening hypertension and prehypertension, so the performance of physical activity, combined with healthy eating, is effective for the prevention and control of SAH.

KEYWORDS: University students. Arterial hypertension. Pressure levels.

RESUMEN

La experiencia académica promueve cambios en el estilo de vida de los estudiantes, ya que los jóvenes adoptan alternativas prácticas y rápidas para comer. El objetivo de este estudio fue analizar los niveles de presión arterial de estudiantes universitarios a través de una revisión narrativa realizada de junio a

¹ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba.

² Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba.

³ Professora Doutora da Universidade Estadual da Paraíba.



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA
Juliana dos Santos Sousa, Brenda Caetano de Azevedo, Clésia Oliveira Pachú

julio de 2023, a través de artículos científicos completos de acceso abierto publicados en portugués de 2012 a 2022. Las bases de datos BVS Salud, SciELO y Google Scholar fueron utilizadas como fuente de recolección de datos con los términos Estudiantes universitarios, Hipertensión arterial, Niveles de presión arterial. Fue posible observar que el público estudiado tenía propensión a desarrollar Hipertensión Arterial Sistémica (HAS), enfermedad que se presenta como multifactorial, caracterizada por niveles altos y sostenidos de Presión Arterial (PA) iguales o superiores a 140/90 mmHg. Debido a que es una patología con múltiples causas, desde factores modificables hasta no modificables, el sobrepeso, el estrés y el sedentarismo lideran la posición de variables contribuyentes para desencadenar el aumento de los niveles de presión arterial de los estudiantes universitarios. Por lo tanto, confirmando la necesidad de acciones de salud para su prevención, ya que la elevación de los niveles de presión arterial en el futuro se reflejará en una mayor propensión al desarrollo de HAS. Se puede concluir que el monitoreo de las fluctuaciones de la PA sirve como una forma de cribar la hipertensión y la prehipertensión, por lo que la realización de actividad física, combinada con una alimentación saludable, es eficaz para la prevención y el control de la HAS.

PALABRAS CLAVE: Estudiantes universitarios. Hipertensión arterial. Niveles de presión arterial

INTRODUÇÃO

Segundo Potter e Perry, a Pressão Arterial (PA) é definida como a força exercida sobre as paredes de uma artéria pelo sangue pulsando sob pressão a partir do coração. Nesse sentido, sabe-se que a PA sistêmica se caracteriza como um indicador preciso no que concerne às doenças cardiovasculares (DCV), corroborando em seu rastreamento, e também reflete as inter-relações de débito cardíaco, resistência vascular periférica, volume de sangue, viscosidade do sangue e elasticidade arterial (Potter; Perry, 2018).

Sendo assim, a hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma Doença Crônica Não Transmissível (DCNT) estabelecida por níveis pressóricos, multifatorial e caracterizada pela elevação persistente da PA, onde a PA sistólica (PAS) mostra-se maior ou igual a 140 mmHg e a PA diastólica (PAD) é maior ou igual a 90 mmHg (Barroso *et al.*, 2020). A HAS apresenta hodiernamente uma taxa elevada de morbimortalidade, já que se configura como um dos principais fatores de risco em relação às doenças cardiovasculares (DCV). Esta, por ser uma enfermidade silenciosa e oriunda da interação entre determinantes genéticos, sociais e ambientais, possui fraca adesão às medidas de prevenção pelos indivíduos.

No tocante aos fatores de risco mais comumente associados ao desenvolvimento da hipertensão arterial, têm-se raça, sexo, idade, história familiar, tabagismo, etilismo, obesidade, sedentarismo, dieta rica em gorduras, estresse e acréscimo de sal aos alimentos (Barros *et al.*, 2009). Diante disso, torna-se possível afirmar que a HAS tem sua etiologia advinda de determinantes modificáveis e determinantes não modificáveis, característica imprescindível para que os profissionais de saúde planejem e implementem ações de prevenção e tratamento. Ainda de acordo com Barros (2009), a HAS predomina na população idosa, cerca de 65% dos idosos são hipertensos. Entretanto, estudos apontam para presença de fatores de risco para DCV já na fase adulta jovem.

Conforme Aguiar (2022), pesquisas realizadas com estudantes universitários constataram que fatores de risco cardiovascular apresentam uma alta prevalência, revelando a propensão aumentada para desenvolvimento de hipertensão arterial nesse público. Tais dados demonstram a importância do



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA
Juliana dos Santos Sousa, Brenda Caetano de Azevedo, Clésia Oliveira Pachú

rastreamento do desequilíbrio nos níveis pressóricos da comunidade estudantil e também a demanda pela promoção de educação em saúde sobre HAS nas universidades.

Considerando a pouca quantidade de pesquisas, a necessidade de aprofundar o conhecimento acerca dos níveis pressóricos de estudantes universitários e ainda as repercussões causadas por alterações na PA na qualidade de vida desse público, foi realizado o presente estudo. Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo analisar o comportamento dos níveis pressóricos de estudantes universitários por meio de uma revisão narrativa.

1 RISCOS QUE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS CORREM DEVIDO AO DESEQUILÍBRIO DA PRESSÃO ARTERIAL

A graduação, na maioria das vezes, faz parte da transição da adolescência para a vida adulta, indicando um período crítico. Nessa fase, onde os hábitos de vida são fortalecidos, pode ocorrer um impacto duradouro no desenvolvimento de Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT). Corroborando com a afirmação, Silva *et al.* (2020) destaca-se a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), que consiste em uma patologia multifatorial predominante em países de língua portuguesa, representando um fator de risco para complicações que elevam as taxas de mortalidade, como o acidente vascular cerebral, o infarto agudo do miocárdio e a doença renal crônica.

Nesse contexto, a vivência acadêmica promove mudanças abrangentes no cotidiano dos estudantes, uma vez que, diante do ingresso na universidade, muitos têm que deixar a casa dos pais e passar a viver em moradias estudantis, devido à localização da instituição. Além disso, evidencia-se as longas jornadas de aulas, estudo e estágios, alimentação inadequada, aumento do estresse, piora de aspectos psicológicos, e algumas vezes, um maior consumo de drogas lícitas e ilícitas (Kelly *et al.*, 2022). Em consequência, estes hábitos contribuem para que os estudantes comecem a apresentar maior risco de desenvolvimento de Doenças Cardiovasculares (DCV) e Síndromes Metabólicas (SM), devido ao aumento dos níveis pressóricos.

Nesse contexto, estudos realizados com o público universitário identificaram alta prevalência de fatores de risco cardiovascular e anormalidades cardiometabólicas. Assim, considerando que a comunidade universitária apresenta risco aumentado para a HAS, já que os estudantes passam a buscar alternativas práticas e rápidas para se alimentar. Um exemplo disso são os produtos industrializados, mais calóricos e com menores quantidades de nutrientes essenciais. Esta tendência de consumo influencia a diminuição de atividade física, baixa ingestão de frutas e hortaliças, redução do consumo de cereais integrais, leguminosas, raízes e tubérculos. Assim, tornando difícil conciliar saúde, aprendizado e prazer, logo a detecção da hipertensão se apresenta como elemento-chave entre as estratégias para reduzir as suas consequências (Feitosa *et al.*, 2010; Cansian *et al.*, 2012, De Aguiar *et al.*, 2022).

Ademais, no que diz respeito ao sexo, os homens se apresentam com níveis pressóricos menos controlados quando comparados às mulheres. Esse fato pode ser relacionado às construções sociais de gênero que influenciam no modo como percebem os cuidados com a sua saúde. Nesse sentido, os homens têm dificuldade em reconhecer suas necessidades de saúde, cultivando o pensamento que



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA
Juliana dos Santos Sousa, Brenda Caetano de Azevedo, Clésia Oliveira Pachú

rejeita a possibilidade de adoecer, características estas que dificultam a adesão ao tratamento médico e as práticas de autocuidado (Portela *et al.*, 2016).

2 FATORES MODIFICÁVEIS E NÃO MODIFICÁVEIS DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA

Um 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. Por conseguinte, as mudanças ocorridas no perfil epidemiológico da população ao longo do tempo estão diretamente relacionadas aos padrões de vida, hábitos e costumes que os indivíduos vêm adotando em prol das exigências do mundo contemporâneo. Sendo assim, nessa busca, os sujeitos muitas vezes se expõem a situações de riscos, vulnerabilidade e sofrimentos que contribuem para aumento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), dentre elas a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), principal fator de risco modificável para as doenças cardiovasculares (DCV) (De Oliveira Dantas *et al.*, 2016).

Os fatores de risco cardiovascular estão divididos em modificáveis e não modificáveis. Os primeiros, relacionados ao estilo de vida do indivíduo, como obesidade, sedentarismo, dieta inadequada, consumo excessivo de álcool, estresse, síndrome plurimetabólica, hipertensão arterial sistêmica (HAS), tabagismo e dislipidemias. E, apesar de evitáveis, estão fortemente relacionados ao surgimento de doenças cardiovasculares (DCV). Entre os não modificáveis estão hereditariedade, idade avançada e gênero masculino (Chehuen Neto *et al.*, 2022).

Nesse sentido, o estudo realizado por Cardoso *et al.*, (2020) expõe que os fatores de risco para HAS mais identificados foram obesidade, sedentarismo e o alto risco para desenvolver apneia obstrutiva do sono. Sendo a obesidade mais frequente em participantes do sexo feminino. Logo, o sobrepeso e o excesso de gordura corporal tiveram associação positiva unânime nos estudos para o desenvolvimento de HAS, confirmando a necessidade de ações de saúde para sua prevenção e tratamento. Para isso, Santiago *et al.*, (2019) destacaram a necessidade de uma maior atenção para práticas de educação alimentar e nutricional nas políticas públicas, ações de promoção da saúde e estímulo à atividade física.

Sendo assim, é sabido que, a realização de atividade física se torna primordial para prevenção das DCNT. É válido salientar que o desequilíbrio dos níveis pressóricos pode ser controlado com práticas regulares de exercício físico. Nesse contexto, a prevenção e tratamento não farmacológico da HAS consiste na prática regular de atividades físicas, na qual tem papel primordial das condutas não medicamentosas de prevenção e tratamento da HAS. Segundo diretrizes nacionais e internacionais, todos os pacientes hipertensos devem fazer exercícios aeróbios como forma isolada ou complementar ao tratamento medicamentoso (Matavelli, 2014). Somado a isso, as recomendações para tratamento da HAS em níveis iniciais se inicia pelas modificações dos hábitos de vida, como alimentação com menor teor de sódio e adoção de dietas específicas.

3 EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE HAS PARA O PÚBLICO UNIVERSITÁRIO

Educação em saúde remete ao “Conjunto de práticas do setor que contribuem para aumentar a autonomia das pessoas no seu cuidado e no debate com os profissionais e os gestores a fim de

RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA
Juliana dos Santos Sousa, Brenda Caetano de Azevedo, Clésia Oliveira Pachú

alcançar uma atenção de saúde de acordo com suas necessidades” (Falkenberg *et al.*, 2014, p. 848). Em outros termos, no cotidiano dos serviços, principalmente na Atenção Primária, as ações de educação em saúde se mostram fundamentais para prevenção de enfermidades, promoção de uma melhor qualidade de vida e também empoderamento dos usuários. Nesse sentido, assumir que a saúde possui um caráter multidimensional e o indivíduo é um sujeito ativo na busca de autonomia se apresenta como importante para prestação de um cuidado integral à população, principalmente àqueles em situação de vulnerabilidade (Vasconcelos *et al.*, 2016). Além disso, por intermédio da intersetorialidade entre as unidades de saúde e outras entidades públicas, a exemplo das escolas, os cidadãos adquirem um acesso mais facilitado a essas práticas que contribuirão para controle das doenças.

A hipertensão arterial se trata de uma doença com etiologia multifatorial, normalmente sendo causada pela interação de fatores genéticos, sociais e ambientais, aspecto que torna complexo o controle da patologia, bem como a diminuição de sua prevalência. Ademais, por se apresentar como assintomática em grande parte de seu curso, a HAS possui uma baixa adesão ao tratamento pelo paciente (Moura; Nogueira, 2013). Diante dessa realidade, a educação em saúde se configura como uma atividade primordial para a promoção de ações preventivas que visam a adoção de hábitos saudáveis. O tratamento da hipertensão envolve, para além da utilização de medicamentos, como a modificações do estilo de vida e a diminuição do consumo de bebidas alcoólicas. Além de evitar o uso de tabaco, praticar exercícios físicos e consumir uma dieta alimentar adequada são mudanças indispensáveis durante o processo de prevenção da HAS (Moura; Nogueira, 2013). É evidente o papel crucial da educação em saúde no âmbito da promoção do autocuidado e conscientização dos indivíduos acerca da hipertensão arterial, concedendo bons resultados quando concebida a partir de um objetivo inicial, com planejamento adequado e metodologia sistematizada (Oliveira *et al.*, 2013).

Diante do exposto, faz-se necessária uma maior iniciativa de ações educativas em saúde acerca da HAS para estudantes universitários. Esse público, em grande parte, apresenta um estilo de vida pouco saudável, com extensas cargas horárias e atividades complementares, uso abusivo de álcool, tempo de repouso reduzido, hábitos alimentares inadequados, sedentarismo, ansiedade/angústia, afastamento da família e amigos (Brito *et al.*, 2015). Tais particularidades influenciam diretamente na PA, acarretando um maior índice de desequilíbrio nos níveis pressóricos, gerando uma população jovem-adulta ainda mais suscetível ao risco de adquirir hipertensão.

Em consonância, o planejamento e implementação de práticas que objetivam a prevenção e promoção de saúde no ambiente acadêmico, a exemplo de palestras versando acerca da importância da prática regular de atividades físicas e rodas de conversa. Nesse sentido, colaborando para o rastreamento da enfermidade e incentivo à adesão ao tratamento, levando sempre em consideração as características individuais e sociais dos discentes. Como afirma Einloft (2020), “o conhecimento prévio do público-alvo, a periodicidade das atividades de educação em saúde, assim como utilizar a estratégia de grupos e visitas domiciliares para aproximação com a realidade do usuário, demonstraram efeito positivo na conscientização e mudança de hábitos de vida”. Dessa forma, ao utilizar a educação em saúde como ferramenta de elucidação dos impactos da HAS na qualidade de vida do público



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA
Juliana dos Santos Sousa, Brenda Caetano de Azevedo, Clésia Oliveira Pachú

universitário e também medidas de precaução contra a doença, destacando-se mudanças nos hábitos, as taxas de desequilíbrio nos níveis pressóricos em acadêmicos podem ser controladas.

4 MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, efetuada durante o interstício de junho de 2023 a julho de 2023. A busca por dados pertinentes ao objetivo do presente trabalho foi realizada por intermédio dos seguintes bancos de dados: BVS saúde, SciELO e Google Acadêmico. Para a pesquisa foram empregados os descritores “Estudantes universitários”, “Hipertensão arterial” e “Níveis pressóricos”, sendo os critérios de inclusão artigos científicos com período de publicação de 2012 a 2022, que fossem disponibilizados gratuitamente em português e que correspondessem ao objetivo da revisão, constituindo uma amostra final com vinte e dois artigos.

5 CONSIDERAÇÕES

Os estudantes universitários se tornam mais vulneráveis a adquirir Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), sendo uma delas a hipertensão arterial sistêmica (HAS). O período de graduação se caracteriza como uma fase de complexas modificações na vida dos jovens, proporcionando a adesão de novos hábitos e, conseqüentemente, a ocorrência de impactos duradouros na saúde. Essa realidade acontece devido à constante exposição ao estresse, ao cumprimento de cargas horárias extensas, ao consumismo exacerbado de álcool e tabaco, ao sedentarismo e a uma alimentação rica em sódio e gorduras. Assim, o desequilíbrio nos níveis pressóricos se torna um problema cada vez mais comum em acadêmicos, no futuro refletirá em uma propensão aumentada para desenvolvimento de HAS. Portanto, o acompanhamento de flutuações na PA serve como uma forma de rastreamento da hipertensão e pré-hipertensão, bem como da promoção de saúde para indivíduos afetados.

Ante o exposto, evidencia-se a necessidade de serem trabalhadas junto aos estudantes universitários as medidas de prevenção contra a HAS, buscando evitar as alterações nos níveis pressóricos por intermédio de mudanças no estilo de vida. Destacando-se o incentivo à prática de atividades físicas e orientação acerca da ingestão de uma dieta saudável ao ser utilizada a educação em saúde no ambiente universitário para conscientizar acerca das implicações da HAS e relevância de manter o acompanhamento da pressão arterial regularmente. Assim, alcançando o controle do desequilíbrio nos níveis pressóricos de forma facilitada e a procura pelo tratamento da HAS cresce, somado a adesão ao tratamento.

REFERÊNCIAS

BARROS, Alba Lúcia Botura Leite de et al. "Alterações do nível pressórico e fatores de risco em graduandos de enfermagem." **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 22, p. 773-778, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/6mHYyZdXKJgBJXcJQCv6wnH/?lang=pt>. Acesso em: 05 jul. 2023.

BARROSO, Weimar Kunz Sebba, et al. "Diretrizes brasileiras de hipertensão arterial–2020." **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 116, p. 516-658, 2021. Disponível em:
RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA
Juliana dos Santos Sousa, Brenda Caetano de Azevedo, Clésia Oliveira Pachú

<http://departamentos.cardiol.br/sbc-dha/profissional/pdf/Diretriz-HAS-2020.pdf>. Acesso em: 05 jul. 2023.

BRITO, Bruno J. Q.; GORDIA, Alex P.; QUADROS, Teresa M. B. Estilo de vida de estudantes universitários: estudo de acompanhamento durante os dois primeiros anos do curso de graduação. **Medicina**, (Ribeirão Preto), v. 49, n. 4, p. 293-302, 2016. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/122721> Acesso em: 06 jul. 2023.

CANSIAN, A. C. C. *et al.* Avaliação da ingestão de frutas e hortaliças entre estudantes universitários. **Nutrire**, São Paulo, v. 37, n. 1, p. 54-63, 2012. Disponível em: http://sban.cloudpainel.com.br/files/revistas_publicacoes/353.pdf. Acesso em: 05 jul. 2023.

CARDOSO, Fernanda Nardy *et al.* Fatores de risco cardiovascular modificáveis em pacientes com hipertensão arterial sistêmica. **Reme: Revista Mineira de Enfermagem**, v. 24, 2020 Disponível em: <https://www.reme.org.br/artigo/detalhes/1421> Acesso em: 05 jul. 2023.

CESTARI, Virna Ribeiro Feitosa *et al.* Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 30, p. 190-196, 2017. <https://www.scielo.br/j/ape/a/4BDZyCJP6qZ6th7XMtBvhtx/abstract/?lang=pt>. Acesso: 06 jul. 2023.

CHEHUEN NETO, José Antonio *et al.* Fatores de risco cardiovascular em estudantes de graduação de uma universidade pública federal: um estudo epidemiológico transversal. **Rev. méd. Minas Gerais**, p. 31117-31117, 2022. Disponível em: <http://www.rmmg.org/artigo/detalhes/3868>. Acesso em: 03 jul. 2023.

DE AGUIAR, Letícia Alves *et al.* Rastreamento da pressão arterial elevada e fatores de riscos associados em comunidade universitária. **Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde**, v. 11, n. 2, 2022. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/4936> Acesso em: 03 jul. 2023

DE MOURA, André Almeida; NOGUEIRA, Maria Suely. Enfermagem e educação em saúde de hipertensos: revisão da literatura. **JMPHC| Journal of Management & Primary Health Care**, v. 4, n. 1, p. 36-41, 2013. Disponível em: <https://www.jmphc.com.br/jmphc/article/view/165> Acesso em: 06 jul. 2023.

DE OLIVEIRA DANTAS, Rosimery Cruz *et al.* Determinantes do controle da pressão arterial em homens assistidos na atenção primária à saúde. **O mundo da saúde**, v. 40, n. 2, p. 249-256, 2016. Disponível em: http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/155574/A12.pdf Acesso em: 03 jul. 2023.

EINLOFT, Fabiana Santini; BAYER, Valéria Maria Limberger; RIES, Edi Franciele. Estratégias de educação em saúde para conscientização sobre a Hipertensão Arterial: uma revisão sistemática. **Saúde**, (Santa Maria), 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasauade/article/view/44174> Acesso: 06 jul. 2023.

FALKENBERG, Mirian Benites *et al.* Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 19, n. 03, p. 847-852, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/kCNFQy5zkw4k6ZT9C3VntDm/abstract/?lang=pt> Acesso em: 06 jul. 2023.

FEITOSA, E. P. S. *et al.* Hábitos alimentares de estudantes de uma Universidade pública no Nordeste, Brasil. **Alim. Nutr. Araraquara**, v. 21, n. 2, p. 225-230, 2010. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/52539/mod_resource/content/1/H%C3%A1bitos%20alimentares%20de%20universit%C3%A1rios.pdf Acesso em: 05 jul. 2023.

KELLY, Francinny Alves *et al.* Síndrome Metabólica: Uma associação entre hábitos de vida não saudáveis e fatores de risco cardiovasculares em estudantes universitários. **Tópicos em Ciências da**



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

NÍVEIS PRESSÓRICOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA
Juliana dos Santos Sousa, Brenda Caetano de Azevedo, Clésia Oliveira Pachú

Saúde, v. 30, p. 25, 2022. Disponível em:
https://www.poisson.com.br/livros/saude/volume30/Saude_vol30.pdf#page=25%20Acesso%20em%20
0. Acesso em: 03 jul.2023.

LEITE, Thatiane Romani Aureliano; DOS SANTOS, Brigitte Rieckmann Martins. Pressão arterial e estilo de vida de estudantes universitários blood pressure and life style among academic students. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 9, n. 27, 2011. Disponível em:
https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/1334 Acesso em: 06 jul. 2023

MATAVELLI, Iara Silva et al. Hipertensão arterial sistêmica e a prática regular de exercícios físicos como forma de controle: Revisão de Literatura. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 18, n. 4, p. 359-66, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/21281> Acesso: 03 jul. 2023.

OLIVEIRA, Thatiane Lopes et al. Eficácia da educação em saúde no tratamento não medicamentoso da hipertensão arterial. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 26, p. 179-184, 2013. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/ape/a/6yrjgbbpv39xmvbf6twYRtNC/?lang=pt> Acesso em: 06 jul. 2023.

PORTELA, Pollyana Pereira et al. Fatores associados ao descontrole da pressão arterial em homens. **Acta paulista de enfermagem**, v. 29, p. 307-315, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201600043> Acesso em: 04 jul. 2023.

POTTER, P.; PERRY, A. G. **Fundamentos de enfermagem**. 9 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2018. p. 2063-2065.

SANTIAGO, Emerson Rogério Costa et al. Prevalência e fatores associados à hipertensão arterial sistêmica em adultos do sertão de Pernambuco, Brasil. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 113, p. 687-695, 2019. Disponível: <https://www.scielo.br/j/abc/a/SQKrhFy8BzvMFN6vgVFCs9x/?lang=pt>. Acesso em: 05 jul. 2023.

SILVA, Raquel Oliveira et al. Fatores de Risco Associados a Doenças Cardiovasculares em Estudantes Universitários. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 24, n. 4, 2020. Disponível em:
<https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs/article/view/52180> Acesso em: 04 jul. 2023

VASCONCELOS, Maristela Inês Osawa et al. Educação em saúde na atenção básica: uma análise das ações com hipertensos. **Revista de APS**, v. 20, n. 2, 2017. Disponível em:
<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15943> Acesso em: 06 jul. 2023.