

DOI: 10.35621/23587490.v8.n1.p281-291

FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

RISK FACTORS FOR THE DEVELOPMENT OF CARDIOVASCULAR DISEASES IN UNIVERSITY STUDENTS: AN INTEGRATIVE REVIEW

Anny Isabelly Medeiros de Góes¹
Francilene Maciel Ferreira de Araújo²
Karén KelyanyDuarte Costa³
Laura Aires Cavalcante Leite⁴
Renata Ferreira de Araújo⁵

RESUMO: INTRODUÇÃO: Define-se doenças cardiovasculares como um grupo de doenças que acometem o coração e os vasos sanguíneos. Destacam-se, mundialmente, como as principais causas de óbitos e têm acometido de forma progressiva os jovens estudantes universitários, devido ao estilo de vida adotado por eles. **OBJETIVO:** Avaliar os fatores de risco que são evidenciados pela literatura científica para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares em estudantes universitários. Método: Revisão integrativa da literatura em cinco bases de dados, realizada no mês de fevereiro de 2020. Utilizaram-se os descritores “Doenças Cardiovasculares”, “Estudantes Universitários” e “Fatores de Risco”, nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram utilizados como critérios de inclusão artigos completos, em português, inglês e espanhol com publicações nos últimos cinco anos. **RESULTADOS:** Há a predominância do histórico familiar de doenças cardiovasculares, contemplando hipertensão arterial, diabetes e dislipidemia. Além desta variável, destacam-se tabagismo, sedentarismo e uso nocivo de álcool como fatores de risco associados às doenças cardiovasculares. O sexo feminino sobressai ao masculino em termos de vulnerabilidade à essas doenças. **CONCLUSÃO:** Identifica-se a necessidade da utilização da educação em saúde como uma estratégia para promover e facilitar a compreensão dos fatores de risco e da conscientização

¹ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba e bolsista de Iniciação Científica CNPq, UEPB;

² Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba;

³ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba;

⁴ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba;

⁵ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba e bolsista de Iniciação Científica CNPq, UEPB.

dos jovens universitários, profissionais de saúde, educadores e gestores para um combate aos altos índices de mortalidade por doenças cardiovasculares.

Palavras chave: Doenças Cardiovasculares. Fatores de Risco. Saúde do Estudante.

ABSTRACT: INTRODUCTION: Cardiovascular diseases are defined as a group of diseases that affect the heart and blood vessels. They stand out, worldwide, as the main causes of deaths and they have progressively affected young university students, due to the lifestyle adopted by them. **OBJECTIVE:** To evaluate the risk factors that are evidenced by the scientific literature for the development of cardiovascular diseases in university students. **METHOD:** Integrative literature review in five databases, carried out in February 2020. The descriptors “Cardiovascular Diseases”, “University Students” and “Risk Factors” were used in Portuguese, English and Spanish. Full articles in Portuguese, English and Spanish with publications in the last five years were used as inclusion criteria. **RESULTS:** There is a predominance of family history of cardiovascular diseases, including arterial hypertension, diabetes and dyslipidemia. In addition to this variable, smoking, physical inactivity and harmful use of alcohol stand out as risk factors associated with cardiovascular diseases. The female sex stands out from the male in terms of vulnerability to these diseases. **CONCLUSION:** The need to use health education is identified as a strategy to promote and facilitate the understanding of risk factors and the awareness of young university students, health professionals, educators and managers to combat the high rates of mortality from cardiovascular diseases.

Keywords: Cardiovascular Diseases. Risk Factor. Student Health.

INTRODUÇÃO

Define-se doenças cardiovasculares como um grupo de doenças que acometem o coração e os vasos sanguíneos, sendo elas: doença coronariana, doença cerebrovascular, doença arterial periférica, doença cardíaca reumática, cardiopatia congênita, trombose venosa profunda e embolia pulmonar. O estilo de vida do indivíduo contribui para a prevenção e o controle das doenças cardiovasculares, bem como para o seu desenvolvimento. Os maiores riscos são as dietas inadequadas, ricas em gordura e pobres em vitaminas e minerais, sedentarismo, tabagismo e uso nocivo de álcool (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2017).

Mundialmente, as doenças cardiovasculares (DCV) destacam-se como as principais causas de óbitos. No ano de 2016 houve 17,9 milhões de óbitos, sendo 85% destes por ataque cardíaco e derrame. O que ocupa 31% de todas as mortes globais. A maioria dos óbitos, dão-se em países de média e baixa renda (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2017).

Através da modernização, a sociedade obteve mudanças em seu estilo de vida, adquirindo ritmos conturbados, o que expõe os indivíduos a situações de estresse e ansiedade. No processo educacional observa-se as altas cobranças de produtividade, o que leva os estudantes a terem a maior parte de seus horários preenchidos por afazeres universitários e acabam por não cuidar de si, tornando-se vulneráveis ao desenvolvimento de doenças (VALE *et al*, 2018).

Os fatores de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares obtêm duas classificações. A primeira é a dos fatores de riscos não modificáveis como: idade, gênero, etnia e histórico familiar e a segunda classificação é a dos fatores de riscos modificáveis, a exemplo do tabagismo, obesidade, Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), Diabetes Mellitus (DM), Dislipidemia (DLP) e sedentarismo (GALVÃO *et al*, 2013 e SANDOVAL *et al*, 2014).

Sabendo-se que os estudantes universitários estão expostos à um maior desenvolvimento de doenças cardiovasculares devido ao ritmo de vida em que se

inserir, torna-se de extrema importância a investigação do risco cardiovascular nesta classe, conscientes de que a investigação e identificação precoce de fatores de risco pode contribuir para uma intervenção efetiva, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos estudantes e diminuição de mortes por doenças cardiovasculares (MAURÍCIO *et al*, 2018).

Deste modo, o objetivo deste estudo é analisar através da literatura científica existente os fatores de risco que dispõem os estudantes universitários a uma maior chance de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, visando contribuir para a redução de mortalidade por causa de doenças crônicas não transmissíveis de forma precoce na população de universitários.

MÉTODO:

O presente trabalho constitui-se em uma revisão integrativa de literatura, que teve como objetivo avaliar as evidências científicas a respeito dos fatores de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares em estudantes universitários.

As buscas foram realizadas em cinco bases de dados, sendo elas: Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF) em fevereiro de 2020. Os descritores utilizados foram “Doenças Cardiovasculares”, “Estudantes Universitários” e “Fatores de Risco” contemplados no Descritores em Ciências da Saúde - DeCs da Biblioteca Virtual em Saúde e do Medical Subject Heading (MeSH) da National Library of Medicine, nos idiomas de português, inglês e espanhol.

Os níveis de evidência foram classificados através da proposta de Melnyk e Fineout-Overholt, onde: I. Evidências oriundas de revisão sistemática ou meta-análise de todos relevantes ensaios clínicos randomizados controlados ou provenientes de diretrizes clínicas baseadas em revisões sistemáticas de ensaios clínicos randomizados controlados; II. Evidências derivadas de pelo menos um ensaio

clínico randomizado controlado bem delineado; III. Evidências obtidas de ensaios clínicos bem delineados sem randomização; IV. Evidências provenientes de estudos de coorte e de caso-controle bem delineados; V. Evidências originárias de revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos; VI. Evidências derivadas de um único estudo descritivo ou qualitativo; VII. Evidências oriundas de opinião de autoridades e/ou relatório de comitês de especialistas.

Utilizou-se de informações atualizadas, do ano de 2017, através do site da Organização Mundial da Saúde para subsídio e embasamento do estudo. E, para sistematização das características do estudo, utilizou-se a elaboração de um protocolo baseado em SOUZA *et al*, 2010.

Quadro 1: Protocolo com o preenchimento das características do estudo.

FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	
OBJETIVO	Avaliar os fatores de risco que são evidenciados pela literatura científica para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares em estudantes universitários.
QUESTÃO NORTEADORA	Quais são os fatores de risco associados ao desenvolvimento das doenças cardiovasculares em estudantes universitários?
FONTES DOS DADOS	Cinahl, Scielo, Lilacs, MedLine e BDNF.
DESCRITORES	Português: Doenças Cardiovasculares, Estudantes Universitários, Fatores de Risco. Inglês: Cardiovascular Diseases, University Students, Risk Factors.
(Padronizados pelo Decs e MeSH terms)	Espanhol: Enfermedades Cardiovasculares, Estudiantes Universitarios, Factores de Riesgo.
EXPRESSÕES DE BUSCA (Cruzamentos)	Português: 1. (“Doenças Cardiovasculares”) AND (“Estudantes Universitários”) AND (“Fatores de Risco”) Inglês: 1. (“Cardiovascular Diseases”) AND (“University Students”) AND (“Risk Factors”) Espanhol: 1. (“Enfermedades Cardiovasculares”) AND (“Estudiantes Universitarios”) AND (“Factores de Riesgo”)
OPERADOR BOOLEANO	“AND”

CRITÉRIOS INCLUSÃO	DE	<ul style="list-style-type: none"> • Artigos publicados nos últimos cinco anos, em língua portuguesa, inglesa ou espanhola; • Artigos originais.
CRITÉRIOS EXCLUSÃO	DE	<ul style="list-style-type: none"> • Quaisquer outros tipos de estudos que não seja em formato de artigo científico, tais como serão excluídos: cartas aos editores ou editoriais, dissertações, tese, anais de eventos, artigos de revisão de literatura, reflexivos e duplicados.
INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS	DE	<ul style="list-style-type: none"> • URSI e GALVÃO, 2006
INSTRUMENTO PARA DETERMINAR NÍVEL DE EVIDÊNCIA		<ul style="list-style-type: none"> • Melnyk e Fineout-Overholt
GERENCIAMENTO E ORGANIZAÇÃO DAS REFERÊNCIAS		Endnot/ Mendeley

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Os resultados advindos da pesquisa são visualizados no quadro 2, que foi elaborado a partir da análise dos artigos selecionados e por uma adaptação do instrumento de URSI e GALVÃO, 2006.

Quadro 2: Detalhamento do protocolo de busca da pesquisa.

Referência	Ano / País	Tipo de estudo/ Amostra/Nível de Evidência	Periódico / Volume / Número	Objetivo	Resultados
Vale et al, 2018	2018 / Brasil	Transversal/40 alunos de onze cursos da Faculdade Santa Maria - Clínica Escola Integrada na cidade de Cajazeira, Paraíba/ Nível 5	Journal of Nursing Revista de Enfermagem UFPE Online/ 12/ 10	Avaliar a associação dos fatores de risco para as doenças cardiovasculares e qualidade de vida em estudantes universitários que trabalham.	Observou-se que há predominância do sexo feminino, tanto no grupo dos estudantes que não trabalham, quanto no dos que trabalham atualmente. Menos da metade dos estudantes não fazem uso de álcool e quanto ao tabagismo mais da metade fazem uso, referindo-se aos dois grupos de estudantes, que trabalham e não trabalham.
Floody et al, 2015	2015 / Chile	Transversal/513 universitários, sendo 51 homens e 102 mulheres, entre 17 e 33 anos de idade/ Nível 5	Nutrición Hospitalaria/ 32/4	Analisar o estado nutricional dos estudantes da universidade Santo Tomás, no Chile e sua associação com os fatores de risco cardiovascular	Os estudantes do sexo masculino apresentam maior tendência a desenvolver hipertensão associada ao aumento do IMC e sedentarismo.
García et al, 2018	2018 / Venezuela	Transversal/ 90 estudantes universitários adolescentes da Universidade de Carabobo, Venezuela/ Nível 5	Acta Bioquímica Clínica Latinoamericana/ 52/ 2	Relacionar o estado nutricional antropométrico e a presença de fatores de risco cardiovascular dos estudantes universitários do primeiro ano Universidade de Carabobo	Observou-se que alterações em peso, circunferência abdominal e hipertensão arterial sistólica foram maiores no sexo masculino. Em ambos os sexos a maioria dos sujeitos estavam com IMC normal, alegando comer uma porção de frutas e verduras uma vez ao dia

Fatores de Risco para o Desenvolvimento de Doenças Cardiovasculares em Estudantes Universitários: Uma Revisão Integrativa

Mauricio <i>et al</i> , 2018	2018 / Brasil	Transversal / 334 estudantes de uma universidade pública federal no estado do Ceará, com idade superior a 18 anos / Nível 5	Cogitare Enfermagem/ 23/ 3	Avaliar a presença de fatores de risco cardiovascular em estudantes universitários de países lusófonos	Os estudantes analisados estavam, majoritariamente, entre 18 e 24 anos de idade. A maior parte da amostra foi constituída pelo sexo feminino e as variáveis resultantes como maiores fatores de risco foram o sedentarismo, o uso de álcool e o histórico familiar de doenças cardiovasculares.
Cruz-Sánchez <i>et al</i> , 2016	2016 / México	Transversal/ 286 universitários do curso de enfermagem. A idade preponderante foi a de 20 anos. A maioria dos estudantes eram solteiros/ Nível 5	Enfermería Univesitaria/ 13/ 4	Identificar a presença de fatores de risco cardiovascular em estudantes de enfermagem de uma universidade pública do estado de Oaxaca	Em relação aos fatores de risco, observou-se que a maioria dos participantes da pesquisa tinham histórico familiar de doenças cardiovasculares, destacando-se a hipertensão arterial. Notou-se que há um bom índice para a prática de atividade física e alimentação saudável.
Santos <i>et al</i> , 2015	2015 / Brasil	Transversal/ 106 estudantes de Enfermagem de uma universidade do município de João Pessoa, Paraíba, com idade entre 20 e 30 anos/ Nível 5	Revista Mineira de Enfermagem/ 19/ 4	Objetivou-se identificar os riscos de enfermagem sem estudantes universitários do curso de Enfermagem.	Observa-se que há predominância de fatores de risco como o histórico familiar que predispõem os estudantes ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Destaca-se maior risco para hipertensão arterial e diabetes e que há uma prática de atividade física insuficiente.
Moura <i>et al</i> , 2017	2017 / Brasil	Transversal/ 550 estudantes de uma universidade pública na cidade de Picos, Piauí, maiores de 18 anos de idade/ Nível 5	Revista de Enfermagem da UFPI/ 6/ 1	O artigo teve como objetivo verificar o perfil lipídico de estudantes universitários em relação a sua relação com outros fatores de risco cardiovascular	Percebeu-se que em relação ao perfil lipídico o gênero feminino apresentou um menor percentual do bom colesterol e o gênero masculino, apresentou maior nível de triglicédeos altos. Quanto a prática de atividade física mais da metade dos estudantes, não praticam nenhuma atividade física.

Fonte: Dados da pesquisa.

O destaque dos fatores de risco, deu-se com a história familiar de doenças cardiovasculares, tendo em vista que foi referida por todos os estudantes dos artigos selecionados. O histórico familiar contemplou em sua maioria hipertensão arterial sistêmica, diabetes, dislipidemias, cardiopatias, infarto agudo do miocárdio e acidente vascular encefálico. O gênero que destacou-se foi o feminino, apresentando maior vulnerabilidade as doenças cardiovasculares, além disso outros achados importantes foram o sedentarismo, o tabagismo, a prática insuficiente de atividade física, a má alimentação e o uso nocivo de álcool como fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (SANTOS *et al*, 2015; MOURA *et al*, 2017 e MAURICIO *et al*, 2018).

Entende-se que as modificações que ocorrem na vida dos estudantes universitários após seu ingresso no cenário acadêmico, como o maior tempo gasto com as atribuições que vos são dadas pela realidade universitária, os fazem deixar os cuidados à saúde em um segundo plano, o que não só desperta mas também agrava os fatores de risco que desenvolvem as doenças cardiovasculares (VALE *et al*, 2018 e MAURICIO *et al*, 2018).

O Brasil, como um país em desenvolvimento, apresenta a maioria da população estudantil em baixas condições econômicas e, conseqüente, condições inadequadas de saúde, o que dificulta a promoção e manutenção da saúde dos jovens, que por muitas vezes, tem dificuldade de acesso aos serviços de saúde, não somente pela falta de tempo, mas também pela falta de conhecimento e informações sobre os serviços que estão disponíveis no sistema de saúde do país (MAURICIO *et al*, 2018).

Deste modo, percebe-se a necessidade de que as ações voltadas para a promoção e educação em saúde aconteçam também no meio acadêmico, pois ao compreender que os estudantes passam mais tempo na universidade, nota-se a importância da capacitação dos profissionais que constituem este meio e da conscientização dos estudantes através da educação em saúde, destacando-se pontos como a importância da prática de atividades físicas, do cuidado com a alimentação, da manutenção da saúde e o entendimento de que é preciso cuidar-se

na juventude para chegar a maior idade com saúde e menor vulnerabilidade aos agravos à saúde (MAURICIO *et al*, 2018).

Assim sendo, nota-se a necessidade da realização de uma maior vigilância em saúde, pois as ações de promoção e educação a saúde são decisivas na prevenção do surgimento, desenvolvimento e associação de um ou mais fatores de risco que tornam os estudantes universitários vulneráveis aos desenvolvimento de doenças cardiovasculares (SANTOS *et al*, 2015).

CONCLUSÃO:

Diante de todo o exposto, conclui-se que com o ingresso dos jovens no mundo universitário, o estilo de vida sofre modificações que, na maioria das vezes, resulta na inclusão de fatores de riscos que quando associados ao estilo de vida influenciam diretamente para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como as doenças cardiovasculares. Comprometendo a qualidade e expectativa de vida dos estudantes universitários, assim como o seu desempenho na universidade, equilíbrio psicológico e social, aumentando também a dependência precoce do uso de fármacos para controle de doenças.

Sendo assim, nota-se a importância da compreensão desses fatores pelos profissionais de educação, da saúde e gestores que atuam no cenário acadêmico através do fornecimento da educação em saúde, visando a redução dos riscos e do desenvolvimento para as doenças cardiovasculares em jovens universitários. A continuação dos estudos na área é de extrema importância, já que trata-se de uma temática atual e responsável por grandes índices de mortalidade em todo o mundo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CRUZ-SÁNCHEZ, E.; OROSIO-MÉNDEZ, M.; CRUZ-RAMÍREZ, T.; BERNARDINO-GARCÍA, A.; VÁSQUEZ-DOMINGUEZ, L.; GALINDO-PALMA, N.; GRAJALES-ALONSO, I. Factores de riesgo cardiovascular em estudiantes de enfermeira de uma universidade pública. **Enfermería Universitaria**. v.13, n.4, pp.226-232, 2016.

FLOODY, P. D.; HORMAZÁBAL, M. A.; NAVARRETE, F. C. Análisis de los factores de riesgo cardiovascular em jóvenes universitarios según su estado nutricional. **Nutrición Hospitalaria**. v.32, n.4, pp.1820-1824, 2015.

GALVÃO, N.I.; VILELA, R. F. J. T.J.; ORLANDI, B.M.M.; FERRAZ, R. F.; COSTA, F. A. A.; FAGUNDES, D. J.; Determinations of Cardiovascular Risk in Spontaneous Check-up Population through the Framingham Score. **Rev Bras Cardiol**. v.23, n. 5, pp. 356-363, 2013.

GARCÍA, E. J. A.; DUNO, M.; NADDAF, G.; SIRIT, E.; CAMARAN, S. Evaluación nutricional y factores de riesgo cardiovascular em adolescentes universitarios. **Acta Bioquím Clín Latinoam**. v.52, n.2, pp. 235-240. 2018.

MAURICIO, T. F.; MOREIRA, R. P.; COSTA, E. C.; BERNANDO, F. M. S.; LIMA, P. A.; VIEGAS, B. J. Avaliação da presença dos fatores de risco cardiovascular em estudantes universitários de países lusófonos. **Cogitare Enfermagem**.v.23, n.3, 2018.

MELNYK, B. M.; FINEOUT-OVERHOLT, E. Making the case for evidence-based practice. In: **Melnyk BM, Fineout-Overholt E. Evidence-based practice in nursing & healthcare**. A guide to best practice. Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins; 2005. p.3- 24.

MOURA, J. R. A.; GUIMARÃES, M. R.; TEIXEIRA, S. E. X. M.; CARVALHO, E. L.; MACHADO, A. L. G.; SILVA, A. R. V. Perfil lipídico de universitários e associação com risco cardiovascular. **Rev de enfermagem da UFPI**. v6, n.1, pp.40-46, 2017.

SANDOVAL, C. E. G.; BURKE, Y. D.; RUIZ- MENDIZABAL, A. P.; DÍAZ, E. M.; MORALES, J.A. Prevalencia de obesidad y perfil lipídico alterado em jóvenes universitarios. **Nutrición Hospitalaria**. v.29, n.2, pp. 315-321. México, 2014.

SANTOS, J. S.; PATRÍCIO, A. C. F. A.; ALVEZ, K. L.; ALBUQUERQUE, K. F.; PEREIRA, I. L.; FÉLIX, I. V. B. Avaliação para riscos cardiovasculares em estudantes de enfermagem. **Rev Min Enferm**. v.19, n.4, pp.842-847, 2015.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão Integrativa: o que é e como fazer? **Einstein - São Paulo, online**. v.8, n.1, pp.102-106, 2010.

URSI, E.S.; GALVÃO, C. M. Prevenção de lesões de pele no pré-operatório: revisão integrativa da literatura. **Rev. Latino-am Enfermagem**. v.14, n.1, pp. 124-131. 2006.

VALE, M. E. G.; MELO, M. L. V.; ISIDÓRIO, U. A.; FEITOSA, A. N. A.; SOUSA, M. N. A.; ARAÚJO, W. A.; CUSTÓDIO, P.P.; ASSIS, E.V. Cardiovascular risk factors and quality of life in university students. **Journal of Nursing**. v.12, n.10, pp.2743-2752, 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2017, 17 of May). **Cardiovascular diseases**. Available in: [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds)).