

FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA

Risk factors for cardiovascular disease in health university students: An integrative review

Gabriela da Borba Paz¹

Juliano de Oliveira²

Claudia Capellari³

RESUMO

Doenças cardiovasculares (DCVs) são um grupo de doenças dos vasos sanguíneos e do coração, sendo as doenças mais comuns a doença coronariana, cerebrovascular, doença arterial periférica, doença cardíaca reumática, cardiopatias congênitas, trombose venosa profunda e acidentes vasculares cerebrais. As DCVs são a maior causa de mortalidade no Brasil. Os maiores fatores de risco para DCVs são os modificáveis ou comportamentais, como os hábitos e estilo de vida, sedentarismo, tabagismo e dislipidemias. A partir disso, buscou-se identificar a prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes universitários da área da saúde. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada entre os meses de agosto e setembro de 2022, quando foram realizadas buscas nas bases de dados SciELO e PubMed, em estudos publicados nos últimos cinco anos. Para a seleção dos artigos de interesse, foram utilizados os seguintes descritores: "cardiovascular diseases" AND "students" AND "risk factors" AND ("nursing" OR "medicine" OR "psychology" OR "physiotherapy") para o repositório PubMed, e "Doenças Cardiovasculares", "Estudantes", "Fatores de Risco" (OR "enfermagem" OR "medicina" OR "psicologia" OR "fisioterapia") no repositório SciELO. Dos 10 artigos escolhidos para compor o trabalho, todos foram de delineamento transversal, sendo que 3 deles tiveram como participantes estudantes de Enfermagem. Os fatores de risco não modificáveis mais identificados foram o histórico familiar para DCVs, especialmente hipertensão arterial sistêmica. Sobre os fatores de risco modificáveis, os de maior prevalência foram inatividade física, sobrepeso ou obesidade, alimentação inadequada e estresse. Concluiu-se que os estudantes universitários estão propensos ao desenvolvimento de DCV durante o período de graduação, sendo necessário maior atenção dos mesmos e das instituições de ensino.

Palavras-chave: Doenças Cardiovasculares, Estudantes de Enfermagem, Fatores de Risco.

ABSTRACT

Cardiovascular diseases (CVDs) are a group of diseases of the blood vessels and heart, who the most common being coronary heart disease, cerebrovascular disease, peripheral artery disease, rheumatic heart disease, congenital heart disease, deep vein thrombosis and stroke. CVDs are the major cause of mortality in Brazil and around the world. The major risk factors for CVDs are modifiable or behavioral, such as habits and lifestyle, sedentary lifestyle, smoking and dyslipidemia. We sought to identify the prevalence of risk factors for cardiovascular disease in university students in the health area. This is an integrative literature review, carried out between August and September 2022. The search were carried out in the SciELO and PubMed databases, in studies published in the last five years. For the selection of articles of interest, the following descriptors were used: "cardiovascular diseases" AND "students" AND "risk factors" AND ("nursing" OR "medicine" OR "psychology" OR "physiotherapy") in English for Pubmed repository and the same Portuguese descriptors for the SciELO. We selected 10 cross-sectional studies, with 3 of them having Nursing students as participants. The non-modifiable risk factors most identified were family history of CVDs, especially systemic arterial hypertension. Regarding the modifiable risk factors, the most prevalent were physical inactivity, overweight or obesity, inadequate nutrition and stress. It was concluded that university students are prone to the development of CVD during the graduation period, requiring greater attention from them and educational institutions.

¹ Enfermeira, FACCAT, gabrielapaz123@sou.faccat.br

² Enfermeiro, FACCAT, julianooliveira@sou.faccat.br

³ Doutora em Ciências da Saúde, PUCRS, claudiacapellari@faccat.br

Key-words: Cardiovascular Diseases, Students Nursing, Risk Factors.

1. INTRODUÇÃO

Doenças cardiovasculares (DCVs) são um grupo de doenças dos vasos sanguíneos e do coração, sendo as doenças mais comuns a doença coronariana, cerebrovascular, doença arterial periférica, doença cardíaca reumática, cardiopatias congênitas, trombose venosa profunda e acidentes vasculares cerebrais (OPAS, 2018).

Os maiores fatores de risco para DCVs são aqueles chamados modificáveis ou comportamentais, como os hábitos e estilo de vida, sedentarismo, tabagismo, consumo de álcool, qualidade do sono, estresse e dislipidemias. Já os fatores de risco não modificáveis são aqueles hereditários ou condições associadas ao ser humano, como a idade, o sexo e a etnia, e incluem patologias como diabetes mellitus e hipertensão arterial. Os fatores ambientais e socioeconômicos são contribuintes e podem corroborar com os demais fatores de risco para o desenvolvimento de DCVs. Quanto os fatores de risco considerados não modificáveis, os mesmos podem ser controlados ou minimizados de maneira positiva, valendo-se de alimentação saudável, prática de atividade física, respeito às horas de sono e manejo do estresse (SANTOS *et al.*, 2018).

Estudos apontam que adultos jovens, que estão no período de graduação em universidades, possuem diversos fatores que podem se associar ao risco de desenvolver doenças cardiovasculares, como sedentarismo, estresse e alta ingestão de ácidos graxos saturados, sódio e álcool (GONÇALVES *et al.*, 2018; NAVARRO-PRADO, 2018; LACERDA *et al.*, 2022).

2. OBJETIVO

Identificar a prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes universitários.

3. METODOLOGIA

3.1 Delineamento e período

Revisão integrativa de literatura, realizada entre os meses de agosto a setembro de 2022.

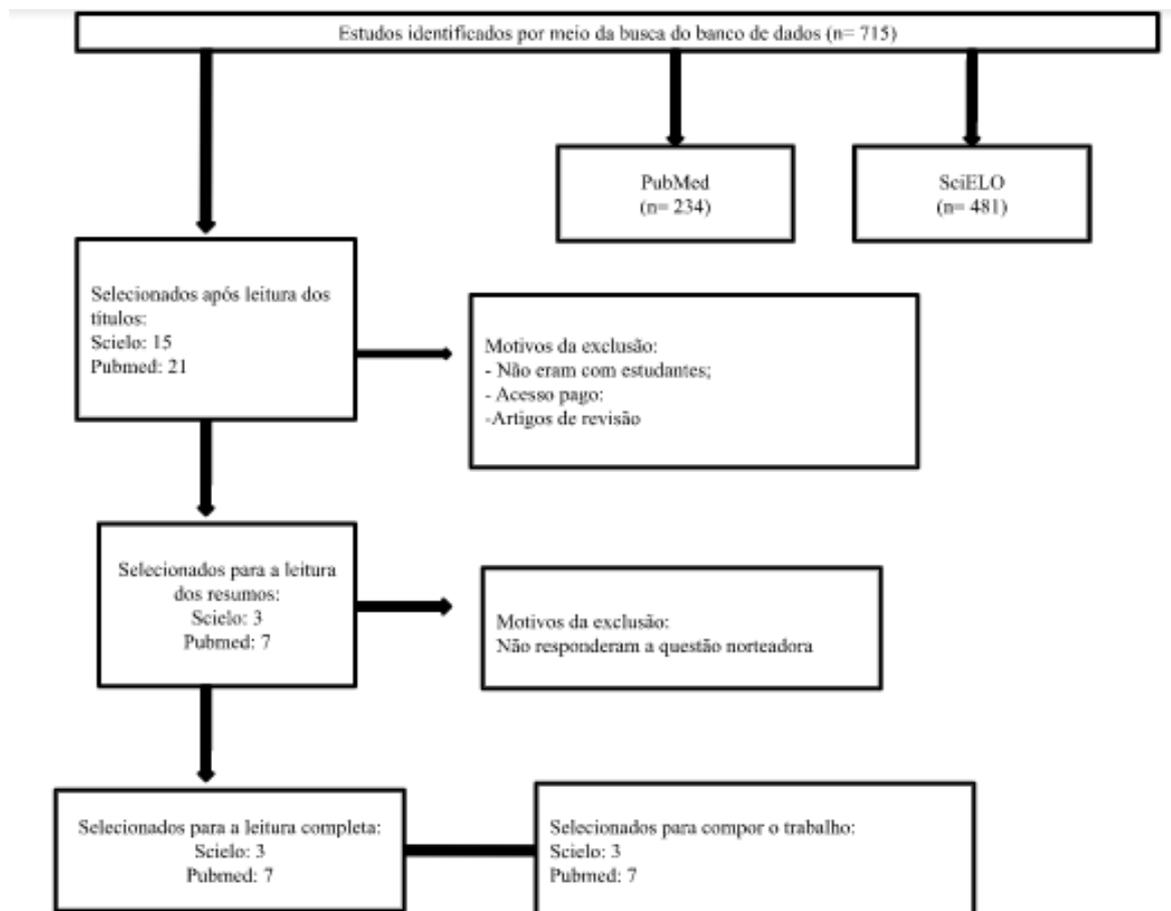
A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (Pubmed), valendo-se de descritores selecionados no Descritores em Ciências da Saúde (DECS) e *Medical Subject Headings*

(Mesh), no idioma inglês e seus correspondentes em português, sendo aplicado o filtro dos últimos 05 anos para a busca.

No repositório Pubmed, procedeu-se a busca a partir dos descritores "cardiovascular diseases" AND "students" AND "risk factors" AND ("nursing" OR "medicine" OR "psychology" OR "physiotherapy"). No SciELO, foram utilizados: "Doenças Cardiovasculares" AND "Estudantes" (OR enfermagem OR medicina OR psicologia OR fisioterapia).

A busca resultou em 234 artigos no Pubmed, dos quais 21 foram selecionados após a leitura dos títulos, 07 para leitura dos resumos e, posteriormente, os 07 foram lidos na íntegra. Destes, foram selecionados 06 para compor este trabalho. No repositório SciELO, foram encontrados 481 artigos na primeira busca, dos quais foram selecionados 15, a partir da leitura dos títulos, para a leitura dos resumos. Dos 15 selecionados, 03 foram lidos na íntegra e foram eleitos para compor o trabalho, conforme fluxograma apresentado a seguir.

Figura 1 - Fluxograma dos artigos selecionados



Fonte: Autoria própria, 2022.

4. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Como critérios de inclusão, foram considerados estudos que identificassem riscos cardiovasculares em estudantes universitários e, para os critérios de exclusão, foram determinados estudos que possuísem acesso pago, trabalhos de revisão, editoriais, escritos em idioma diferente do português, inglês ou espanhol, ou que não respondiam à questão norteadora.

5. QUESTÃO NORTEADORA

Quais são os fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares entre os estudantes universitários das áreas da saúde?

6. RESULTADOS

Dentre os artigos analisados, o principal tipo de estudo encontrado foi o transversal. 28,57% (2) dos estudos encontrados foram direcionados à área da enfermagem, sendo os demais voltados para estudantes de outras áreas. Para melhorar a compreensão, os dados de caracterização dos artigos selecionados para a realização do estudo podem ser observados no quadro a seguir:

Quadro 1 - Quadro sinóptico dos artigos selecionados

Base de dados, autores, ano, país.	Título do artigo	Delineamento e participantes	Intervenção	Principais Resultados	Conclusões
SciELO: Tibelle <i>et al.</i> , 2018, Brasil.	Avaliação da presença dos fatores de risco cardiovasculares em estudantes universitários de países lusófonos	Estudo transversal. 334 estudantes de uma universidade pública federal no estado do Ceará	Formulário, coleta de dados antropométricos (mensuração de peso, altura e circunferência abdominal) e a aferição da pressão arterial.	O histórico familiar de DCV se mostrou relevante (referido por 81,10%). Sedentarismo em 44,3% dos estudantes	Como fatores de risco para DCV, destacou-se o histórico familiar, especialmente hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes, cardiopatias, dislipidemia, infarto agudo do miocárdio e acidente vascular encefálico.
SciELO: Pereira <i>et al.</i> , 2020, Brasil.	Fatores de risco associados aos níveis pressóricos elevados em estudantes universitários	Estudo descritivo transversal. 203 universitários	Questionário autoaplicável, baseado no instrumento para Vigilância de Fatores de Risco e Proteção Para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico do Ministério da Saúde.	Dos participantes do estudo, 4,4% foram classificados como pré-hipertensos e 14,8% como hipertensos. Quanto ao estilo de vida: 7,9% fumantes, 5,9% uso abusivo de álcool, 67,5% ativos fisicamente, 31,5% com adiposidade abdominal, 14,3% com sobrepeso ou obesidade e 15,8% uso excessivo de sal.	Os fatores de risco relacionados aos níveis pressóricos elevados foram: ≥ 35 anos, adiposidade abdominal, sobrepeso ou obesidade.
SciELO: Moraes <i>et al.</i> , 2021, Brasil.	Fatores de risco para doença coronariana em estudantes de enfermagem	Estudo observacional transversal. 110 estudantes de Enfermagem de uma universidade pública de Niterói, RJ.	Questionário e coleta de dados antropométricos.	Participaram 110 estudantes, 80% do sexo feminino, com média de idade de 22,03 \pm 3,63 anos. Os fatores de risco cardiovasculares mais relevantes foram consumo de bebida alcoólica (56,4%), história familiar de Doença Arterial Coronariana (31,8%), hábitos alimentares ruins (49,5%) e estresse, cujo domínio "Formação	Os fatores de risco mais frequentes em estudantes de enfermagem foram estresse, alimentação inadequada e consumo de bebida alcoólica. Os participantes apresentaram baixo risco para doença arterial

				Profissional” recebeu a maior média, com 11,62±3,42 pontos.	coronariana através do escore PROCAM Quick Check.
Pubmed Lacerda <i>et al.</i> , 2022, Brasil	Fatores de risco modificáveis para doenças cardiovasculares e qualidade de vida de ingressantes da graduação de enfermagem	Estudo transversal. 67 alunos do curso de Enfermagem de uma universidade pública de São Paulo	Formulário sociodemográfico e coleta de dados antropométricos.	Foram identificados inatividade física (73,1%), tabagismo (7,5%), consumo de álcool (40,3%), sobrepeso (25,4%) e aumento do colesterol total (16,4%). Sintomas de depressão, ansiedade e estresse também foram reportados, assim como sonolência diurna excessiva, risco de apneia do sono e uso de risco ou nocivo de álcool. Quanto à qualidade de vida, os domínios com menor pontuação foram vitalidade e aspecto emocional.	Os fatores de risco mais prevalentes encontrados nos alunos foram sedentarismo, sonolência diurna excessiva e estresse.
Pubmed: Flores et al., 2018, México.	Medición de parámetros asociados al síndrome metabólico en alumnos de enfermería en Taxco, México	Estudo transversal. 50 alunos do primeiro ano de graduação em Enfermagem.	Questionário com histórico clínico e coleta dos dados antropométricos: peso, IMC, circunferência abdominal, pressão arterial, amostra laboratorial de sangue para avaliação de colesterol, HDL, triglicérides e glicose.	IMC estava acima do considerado normal para 62% da amostra, bem como circunferência abdominal aumentada em 52%, além do HDL estar inferior ao considerado limite para 72% dos estudantes.	26% dos estudantes apresentaram síndrome metabólica, eles apresentam riscos de médio a longo prazo de desenvolvimento de doenças cardiovasculares.
Pubmed: Mahmoud, Allaa-El-Dine H. 2015, Egito e Arábia Saudita.	Prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares entre estudantes de medicina egípcios e sauditas: um estudo comparativo	Estudo comparativo transversal. 360 estudantes de medicina de ambos os sexos, selecionados aleatoriamente entre alunos de duas faculdades de medicina na Arábia Saudita e no Egito.	Foi aplicado um questionário sociodemográfico e realizada a coleta dos dados antropométricos: Pressão arterial, IMC, circunferência abdominal e do quadril e realização de análise laboratorial para avaliação do perfil lipídico.	A prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares foi relativamente alta, particularmente sedentarismo, obesidade e obesidade abdominal. O tabagismo era praticado por 29,7% de ambas as populações. Uma prevalência significativamente maior de obesidade e uma história familiar relatada de DCC prematura foram observadas entre os estudantes sauditas e uma prevalência significativamente maior de hipertensão foi encontrada entre os estudantes egípcios do sexo masculino. Uma proporção relativamente alta de ambas as populações (23,9% dos estudantes sauditas e 16,7% dos estudantes egípcios) apresentava um risco aumentado de desenvolver doença cardiovascular fatal em 10 anos.	Além da maior prevalência de obesidade e história familiar relatada de DCC prematura entre os estudantes sauditas e a prevalência significativamente maior de hipertensão entre os estudantes egípcios, não houve diferença estatisticamente significativa entre os perfis de risco de ambas as populações.
Pubmed: Hadaye, Dass, 2021, Índia.	Avaliação de fatores de risco evitáveis de doenças cardiovasculares entre estudantes universitários: um estudo transversal	Estudo transversal. 416 alunos do 11º e 12º anos de uma escola de uma cidade metropolitana	A Etapa 1 incluiu um roteiro de entrevista e a Etapa 2 envolveu antropometria, pulso e pressão arterial de todos os participantes.	As prevalências de consumo de tabaco e álcool, inatividade física e hábitos alimentares não saudáveis foram de 5,5%, 5%, 74,5% e 52,1%, respectivamente. A prevalência de estudantes com excesso de peso foi de 13,9%. A prevalência de pré-hipertensão e hipertensão foi de 26,9% e 12,7%, respectivamente.	Os fatores de risco como o sedentarismo e a hábitos alimentares não saudáveis foram prevalentes entre a amostra estudada, 74,5% e 52,1% respectivamente.
Pubmed: Natarajan, Sekar, Chockalingam, 2020, Índia.	Prevalência de comportamentos de risco à saúde cardiovascular em mulheres universitárias em uma grande metrópole da Índia	Estudo transversal. 554 estudantes de duas faculdades femininas em Chennai.	Questionário autoaplicável anônimo pré-testado distribuído on-line foi usado para coletar dados demográficos e comportamentos de risco de DCV.	72% consumiam uma dieta mista, dentre esses, 28% eram vegetarianos, 21% seguiam as recomendações de uma dieta saudável, com ingestão de 5 porções de frutas e vegetais por dia. 84% relataram praticar algum tipo de exercício aeróbico. 39% relataram estar cronicamente estressados. 3% relataram uso regular de tabaco e 1% do consumo de álcool.	Comportamentos de risco cardiovascular modificáveis, como dieta não saudável, exercícios inadequados e estresse psicossocial, são amplamente prevalentes entre mulheres universitárias na cidade de Chennai, na Índia.
Pubmed: Nansseu <i>et al.</i> , 2019, Camarões	Avaliando o risco global de doença cardiovascular em um grupo de estudantes universitários:	Estudo transversal. 949 estudantes universitários com idade igual ou superior a 18 anos, sem histórico	Um questionário padronizado, anônimo, pré-testado e autoaplicável serviu para a coleta de dados.	O risco de DCV variou entre 2 e 21, com mediana de 9 (IQR 7-12); 51,2% dos estudantes apresentaram baixo risco de DCV, 43,7% de risco moderado e 5,1% alto risco de DCV.	Quase 50% dos participantes apresentaram risco moderado ou alto de DCV. Intervenções específicas direcionadas aos principais fatores de risco de DCV devem ser implementadas

	estudo transversal de base populacional em Yaoundé, Camarões	conhecido de DCV, encontrados no campus durante o recrutamento e que voluntariamente concordaram em ser incluídos no estudo.			entre adultos jovens para prevenir ou reduzir esse quadro sobrecarregado de DCV.
--	--	--	--	--	--

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

7. DISCUSSÃO

No estudo de Tibelle *et al.* (2018), foi identificado a presença do histórico familiar de Doenças Cardiovasculares (DCVs) em 81,1% dos estudantes, contemplando desde hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes, cardiopatias, dislipidemias, infarto agudo do miocárdio e acidente vascular encefálico. Os autores complementam ao sinalizar que o conhecimento do histórico familiar de doenças auxilia na prevenção e/ou retardamento do desenvolvimento desses agravos.

O que também pode ser observado no estudo de Pereira *et al.* (2020), onde a presença de antecedentes familiares hipertensos esteve presente em quase metade dos estudantes participantes do estudo onde pelo menos um dos pais apresentava diagnóstico de hipertensão arterial sistólica. Este dado corrobora com o estudo de Silva *et al.* (2014), onde encontraram que mais da metade dos indivíduos participantes possuíam antecedentes familiares com diagnóstico de doença cardiovascular, com destaque para diabetes mellitus, câncer, doenças cardíacas e obesidade.

A presença de histórico familiar de doença cardiovascular prematura também foi observada no estudo de Mahmoud (2015). Bem como prevalência que foi significativa quantos a hipertensão em estudantes do Egito, em comparação com os estudantes da Arábia Saudita.

Já no estudo de Lacerda *et al.* (2022), os participantes relataram problemas de saúde preexistentes, sendo eles depressão, asma, hipotireoidismo, diabetes mellitus e outras doenças. Dentre aqueles que haviam relatado depressão, três (50%) foram diagnosticados há 5-7 anos, dois (33,3%) há um ano e um estudante (16,7%) há sete meses.

No estudo de Pereira *et al.* (2020), 80,8% dos estudantes possuíam níveis pressóricos normais, 4,4% possuíam pré-hipertensão, e 14,8% possuíam hipertensão. A idade superior a 35 anos ($p=0,002$) esteve associada à hipertensão. Os autores também encontraram uma relação entre níveis pressóricos elevados e o período do curso em que os estudantes universitários estavam matriculados. Os alunos do primeiro ao segundo ano e terceiro ao quinto ano apresentaram uma frequência equivalente. No estudo os estudantes que estavam cursando o curso de Enfermagem apresentaram níveis pressóricos menores em comparação com os demais cursos ($p=0,000$).

Sousa *et al.* (2015), apresentaram dados semelhantes, registrando uma preocupação referente aos primeiros anos da vida universitária. Os autores relataram que neste momento ocorre um aumento dos fatores de risco para doenças cardiovasculares já que grande parte dos estudantes passa a ter uma vida desregrada, além de se depararem com uma nova perspectiva de vida.

O estudo de Natarajan, Sekar e Chockalingam (2020) avaliou a dieta dos estudantes, encontrando o consumo de uma dieta mista em 72%, e dieta vegetariana em 28% dos estudantes. A alimentação saudável de pelo menos 5 porções de vegetais e frutas por dia foi encontrada em 21% dos indivíduos, e o consumo de alimentos integrais em 16% indivíduos. Já o consumo de lanches pré-embalados e alimentos prontos com alto teor de sódio e gorduras foram consumidos de forma regular por 33% dos alunos participantes da pesquisa.

Moraes *et al.* (2021), concordam com o estudo anterior ao registrar que o padrão alimentar dos estudantes de enfermagem varia entre um nível intermediário, sendo encontrado em 55 (50,5%) dos estudantes, e ruim, em 54 (49,5%) dos estudantes, com média de $28,39 \pm 5,47$ pontos. Também destacam que o grupo em maior risco para obesidade concentrou-se na população feminina, estando a obesidade associada à medida elevada de circunferência abdominal (8,65%), contrapondo-se aos homens (1,92%), considerando os valores de referência determinados pela OMS para o cálculo das variáveis.

A alimentação tem impacto quanto aos níveis de colesterol, em um estudo realizado com 50 estudantes de enfermagem do primeiro ano de graduação do México foi possível observar que 72% da amostra estava com o colesterol HDL em níveis baixos, conseqüentemente possuindo maior risco para o desenvolvimento de doenças associadas ao aparelho cardiovascular (FLORES *et al.*, 2018).

Pereira *et al.* (2020), complementam ao dizer que a adiposidade abdominal é negligenciada constantemente como fator de risco, não sendo aferida e acompanhada rotineiramente na população. Os autores afirmam ser necessária a realização de orientações referentes ao risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, assim como orientações voltadas às mudanças necessárias do consumo alimentar. No mesmo estudo foi relatado que possuir adiposidade abdominal e sobrepeso esteve relacionado à níveis pressóricos elevados ($p=0,002$ em ambos). Os autores também encontraram que 32 (15,8%) dos universitários também faziam uso excessivo de sal e 83 (41,7%) possuíam antecedentes familiares hipertensos.

Os estudantes do estudo de Lacerta *et al.* (2020), apresentavam uma vida sedentária, além de fazerem uso de cigarro e bebidas alcoólicas, apresentando também sobrepeso, obesidade ou

circunferências cervical e abdominal aumentadas. Menos de 50% dos alunos participantes referiram exercitar-se em média $204,8 \pm 189,8$ minutos/semana, sendo o mínimo encontrado de 35 minutos e o máximo de 840 minutos/semana.

Maurício *et al.* (2018), encontraram o sedentarismo como fator relevante visto estar presente em 44,3% dos estudantes. Carvalho *et al.* (2015), encontraram resultados semelhantes em seu estudo realizado com estudantes, sugerindo que o uso de computadores e a falta de tempo disponível para lazer em decorrência das atividades acadêmicas interferem negativamente na prática de atividades físicas.

Hadaye e Dass (2021) encontraram que a inatividade física foi identificada em 74,5% dos alunos entrevistados, sendo a prevalência de hábitos alimentares não saudáveis em 52,1% dos alunos. A prevalência de estudantes com sobrepeso/obesidade foi de 13,84%, sendo a prevalência de pré-hipertensão e hipertensão de 26,9% e 12,7%, respectivamente. O estudo também realizou o teste do Qui-quadrado que revelou que sexo, sedentarismo, hábitos alimentares não saudáveis e história familiar de hipertensão foram significativamente associados aos valores de pressão arterial dos participantes do estudo.

No estudo de Natarajan, Sekar e Chockalingam (2020), 470 (84%) dos indivíduos relataram realizar algum tipo de exercício aeróbico e 228 (42%) relataram realizar outros tipos de exercícios, como musculação e ioga. Apesar da alta porcentagem de alunos que realizam alguma forma de exercício físico, somente 66 (12%) indivíduos atingiram a recomendação de exercício aeróbico de pelo menos 150 minutos por semana.

Outros autores encontraram dados diferentes em relação à atividades físicas, encontrando que uma grande parte dos alunos são ativos ou muito ativos, no entanto, com padrão alimentar inadequado e consumo de álcool de baixo risco ou abstêmico, destacando um nível alto de estresse relacionado à formação acadêmica (MORAES *et al.*, 2021). Thwaite *et al.* (2020), reforçaram que os estudantes de enfermagem passam por situações rotineiras de estresse, as quais são induzidas por diversos fatores relacionados ao desenvolvimento científico e tecnológico, assim como a maior complexidade do processo de ensino/aprendizagem e avaliações e trabalhos acadêmicos exaustivos.

215 indivíduos (39%) participantes do estudo de Natarajan, Sekar e Chockalingam (2020) relataram estarem apresentando estresse crônico, além do relato de 155 (28%) indivíduos de possuírem de 6 a 8 horas de sono por dia. Os autores encontraram uma associação significativa entre apresentar estresse crônico e não dormir adequadamente ($p=0,0001$). Destes, uma pequena

quantidade de indivíduos (n=29,6%) relatava possuir diagnóstico de problemas de saúde mental anterior ao início da vida acadêmica.

Em relação ao consumo de álcool, Moraes *et al.* (2021), encontraram que 20 (32,3%) dos entrevistados realizava o consumo de risco de álcool, e 01 (1,6%) apresentavam um consumo de alto risco. Em contrapartida, 41 (66,1%) participantes apresentaram um consumo de baixo risco ou abstêmios, além de que nenhum entrevistado caracterizava quadro de dependência.

Maurício *et al.* (2018), encontraram que o uso de bebidas alcoólicas, este esteve presente no relato de 121 estudantes universitários, constituindo um percentual significativo de 36,2%. Em relação ao uso do tabaco, este foi considerado baixo, sendo relatado em apenas 18 (5,4%) dos estudantes.

Hadaye e Dass (2021) também observaram uma prevalência baixa de consumo de tabaco e álcool, onde, entre os sujeitos do estudo, encontrou-se uma porcentagem de uso em 5,5% e 5% respectivamente. Um questionário sobre dependência de nicotina foi aplicado no estudo de Lacerda *et al.* (2022), onde 5 alunos faziam uso de tabaco, destes 40% possuíam dependência muito baixa, 40% dependência baixa e 20% dependência moderada. Pereira *et al.* (2020), encontraram resultados semelhantes ao constatarem que 7,9% dos universitários eram fumantes, 5,9% faziam uso abusivo de álcool, 67,5% eram ativos, 31,5% possuíam adiposidade abdominal e 14,3% estavam com sobrepeso ou obesidade.

8. CONCLUSÃO

A vida acadêmica faz com que os estudantes apresentem alterações em suas rotinas diárias, sendo quanto a redução de tempo destinado ao lazer, prática de atividade física, até mesmo quanto a alimentação. O ambiente acadêmico também pode ser citado como um agente estressor devido a demanda de tempo e atividades relacionadas com o período de graduação, fazendo com que os estudantes estejam mais propensos a desenvolverem fatores de risco à sua própria saúde.

Com este estudo pôde-se observar que os fatores de risco para as doenças cardiovasculares mais comuns entre os estudantes universitários foi o histórico familiar positivo para DCV, sedentarismo, estresse, má alimentação bem como a dependência de tabaco ou álcool.

É notável que medidas preventivas devem ser tomadas durante este período, para que futuramente não sejam desenvolvidas as doenças cardiovasculares e conseqüentemente futuros

profissionais adoecidos, medidas que são importantes para a formação de profissionais que possam contribuir com o crescimento da sociedade e comunidade em que vivem.

REFERÊNCIAS

- CARVALHO, C. A. *et al.* Associação entre fatores de risco cardiovascular e indicadores antropométricos de obesidade em universitários de São Luís, Maranhão, Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 20, n. 2, fev. 2015. Disponível: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015202.02342014>. Acessado em: Dez, 2022.
- FLORES, A. U. *et al.* Medición de parámetros al síndrome metabólico em alumnos de enfermería em Taxco, México. **Rev. Salud Pública**, Bogotá, v. 20, n. 3, mai-jun 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.15446/rsap.V20n3.53837>. Acessado em: Dez, 2022.
- GONÇALVES, J. S. *et al.* Perfil de risco cardiovascular em estudantes universitários. **Life Style**, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 91-108, 21 dez. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.19141/2237-3756.lifestyle.v5.n2.p91-108>. Acessado em: Nov, 2022.
- HADAYE, R. S.; DASS, R. Avaliação de fatores de risco evitáveis de doenças cardiovasculares entre estudantes universitários: um estudo transversal. **Indian J Community Med**, v. 46, n. 3, pg. 450-453, jul-set 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8575225/>. Acessado em: Set, 2022.
- LACERDA, M. F. *et al.* Fatores de risco modificáveis para doenças cardiovasculares e qualidade de vida em estudantes do primeiro ano de enfermagem. **Rev Gaúcha Enferm**, Porto Alegre, n. 43, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2022.20210066.en>. Acessado em: Set, 2022.
- MAHMOUD, A. E. H. Prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares entre estudantes de medicina egípcios e sauditas: um estudo comparativo. **Journal of the Egyptian Public Health Association**. Mar 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1097/01.EPX.0000460969.93981.c2>. Acessado em: Dez, 2022.
- MAURICIO, T. F. *et al.* Avaliação da presença dos fatores de risco cardiovascular em estudantes universitários de países lusófonos. **Rev. Cogitare enf.**, Curitiba, v. 23, n. 3, 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v23i3.55216>. Acessado em: Out, 2022.
- MORAES, H. S. C. *et al.* Fatores de risco para doença arterial coronariana em estudantes de enfermagem. **Rev. Bras. Enferm.**, São Paulo, v. 74, n. 1, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0824>. Acessado em: Out, 2022.
- NANSSEU, J. R. *et al.* Avaliando o risco global de doença cardiovascular em um grupo de estudantes universitários: estudo transversal de base populacional em Yaoundé, Camarões. **BMJ Open.**, v. 9, n. 9, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2019-030594>. Acessado em: Out, 2022.

NATARAJAN, V.; SEKAR, T.; CHOCKALINGAM, P. Prevalence of cardiovascular health risk behaviors in college-going women in a major metropolis in India. **Indian Heart Journal**, v. 72, n. 5, pg. 451-453, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ihj.2020.08.014>. Acessado em: Set, 2022.

NAVARRO, P. S. *et al.* Unhealthy Lifestyle and Nutritional Habits Are Risk Factors for Cardiovascular Diseases Regardless of Professed Religion in University Students. **Int J Environ Res Public Health**, v. 15, n. 12, Dez 2018 14;15(12):2872. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph15122872>. Acessado em: Dez, 2022.

OPAS. Organização Pan-Americana de Saúde. **Doenças Cardiovasculares**. 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/doencas-cardiovasculares>. Acessado em: Nov. 2022.

PEREIRA, C. S. R. *et al.* Fatores de risco associados a níveis pressóricos elevados em universitários. **Rev. Rene**, v. 21, p. e42272, fev 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.15253/2175-6783.20202142272>. Acessado em: Out, 2022.

SANTOS, A. M. *et al.* Fatores de risco para hipertensão em jovens universitários. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, Bahia, v. 17, n. 1, p. 52-60, 27 jun. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.9771/cmbio.v17i1.21186>. Acessado em: Nov, 2022.

SILVA, M. S. *et al.*, Risco de doenças crônicas não transmissíveis na população atendida em Programa de Educação Nutricional em Goiânia (GO), Brasil. **Ciênc. Saúde Coletiva**, v. 19, n. 5, p. 1409-14-18, mai 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232014195.16312013>. Acessado em: Dez, 2022.

SOUSA, L. S. N. *et al.* Change in blood pressure levels in college students. **Rev. Texto Contexto Enferm.**, v. 24, n. 4, p. 1087-93, ou 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0104-0707201500003730014>. Acessado em: Dez, 2022.

THWAITE, T. L. *et al.* Barriers to healthy lifestyle behaviors in Australian nursing students: a qualitative study. **Nurs Health Sci**, v. 22, n. 4, p. 921-928, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/nhs.12749>. Acessado em: Dez, 2022.