

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM ADULTOS JOVENS: PERFIL EPIDEMIOLÓGICO E FATORES DE RISCO ASSOCIADOS

Julia David Fadlallah 1; Julia Fidalgo Pelaes 2; Lucas Pizano Vieira Beltrão 3; Otávio Resende Cabral 4; Pedro Jorge Dias Gomes 5; Samira Túlia Macedo de Oliveira 6; Victória Santos Torres do Carmo 7; Helder Martins Figueira 8.

1. Graduanda do Curso de Medicina da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ; 2. Graduanda do Curso de Medicina da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ; 3. Graduando do Curso de Medicina da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ; 4. Graduando do Curso de Medicina da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ; 5. Graduando do Curso de Medicina da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ; 6. Graduanda do Curso de Medicina da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ; 7. Graduanda do Curso de Medicina da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ; 8. Professor Adjunto da Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna/RJ.

E-mail do autor principal: victoriatorresmed@gmail.com

Introdução e/ou Fundamento – A hipertensão arterial (HA) é uma doença crônica não transmissível caracterizada por níveis pressóricos $\geq 140/90$ mmHg em medidas repetidas, sendo multifatorial e influenciada por fatores genéticos e ambientais, conforme definido na Diretriz Brasileira de 2025. As doenças cardiovasculares (DCV) representam importante causa de morbimortalidade, correspondendo a 31,3% dos óbitos por doenças crônicas no Brasil em 2009. Estudos como o CARDIA demonstram que, em adultos jovens, fatores comportamentais especialmente o sedentarismo associam-se ao pior perfil cardiometabólico, enquanto o deslocamento físico ativo exerce efeito protetor. **Objetivo** – Este estudo tem como objetivo compreender o aumento da hipertensão arterial em adultos jovens, com enfoque epidemiológico e nos fatores associados. **Material e Métodos** – A pesquisa foi realizada por meio de uma revisão sistemática baseada na análise de estudos epidemiológicos nacionais e internacionais sobre hipertensão arterial e fatores de risco cardiovasculares em adultos jovens. Foram incluídos inquéritos populacionais, como o VIGITEL e a Pesquisa Nacional de Saúde, além de estudos prospectivos como o CARDIA. **Resultados** – Dados do VIGITEL indicam prevalência média de HA de 24,5% na população adulta brasileira entre 2006 e 2019, com aumento progressivo conforme a idade. A literatura classifica os fatores de risco cardiovasculares em modificáveis, como sedentarismo, alimentação inadequada, tabagismo, consumo de álcool e obesidade, e em não modificáveis, como hereditariedade, sexo e idade. Embora a HA

primária possui base poligênica, sua manifestação é fortemente modulada por fatores ambientais e comportamentais. Entre adultos jovens, observa-se associação entre inatividade física, sobrepeso e piores desfechos cardiovasculares, conforme evidenciado pelo estudo CARDIA. Fatores socioeconômicos, urbanização, uso de determinadas medicações e esteroides anabolizantes também são descritos como contribuintes para elevação pressórica uma vez que a exposição precoce a esses fatores favorece o desenvolvimento antecipado de alterações cardiovasculares.

Conclusões – Conclui-se que o aumento da hipertensão arterial em adultos jovens relaciona-se principalmente à maior exposição a fatores de risco modificáveis, especialmente sedentarismo, hábitos alimentares inadequados e sobrepeso. Apesar da influência genética, os determinantes comportamentais e socioambientais exercem papel central nesse processo, reforçando a necessidade de estratégias preventivas voltadas à população jovem.

Palavras-chave: hipertensão arterial; adulto jovem; fatores de risco; estilo de vida; epidemiologia.