

HIPERTENSÃO ARTERIAL E RISCO CARDIOVASCULAR: ESTRATÉGIAS ATUAIS DE PREVENÇÃO E CONTROLE.

THAYNARA.SANTOS@UFPE.BR

THAYNARA CASELI DOS SANTOS - Programa de pós-graduação em Morfotecnologia UFPE¹, **MARIA CLARA CHÁR GOMES**, Licenciatura em Ciências Biológicas UFPE², **RAYANE ALEXANDRA LIRA DE MELO COSTA**, Licenciatura em Ciências Biológicas UFPE², **GIDAINÉ RIBEIRO DA SILVA**, Licenciatura em Ciências Biológicas UFPE², **MARIA EDUARDA CARNEIRO DE LIMA BIANO**, Programa de pós-graduação em Morfotecnologia UFPE¹, **MARIA MANUELA DOS SANTOS RODRIGUES** - Programa de pós-graduação em Morfotecnologia, UFPE¹, **RENAN GABRIEL DA SILVA FERREIRA**, Programa de pós-graduação em Morfotecnologia UFPE¹, **WESLEY SANTOS DA SILVA**, Licenciatura em Ciências Biológicas UFPE², **JOSÉ ABEL PESSÔA NETO** - Bacharelado em Odontologia, UFPE⁴, **FERNANDA DAS CHAGAS ANGELO MENDES TENÓRIO** - Professora associada I do departamento de Histologia e embriologia, UFPE⁵.

Palavras-Chave: Hipertensão arterial; Risco cardiovascular; Controle da pressão arterial.

ÁREA TEMÁTICA: Temas livres

INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial representa um importante fator de risco modificável para doenças cardiovasculares, sendo observado um aumento contínuo do risco cardiovascular conforme se elevam os níveis de pressão arterial. Nesse contexto, o controle da pressão arterial por meio da terapia anti-hipertensiva desempenha papel fundamental na redução de eventos cardiovasculares e da mortalidade (Haze et al., 2025). Entre as complicações cardiovasculares associadas à hipertensão, destaca-se a insuficiência cardíaca, cuja ocorrência apresenta associação significativa com níveis elevados de pressão arterial. Evidências de estudos de coorte demonstram maior risco de desenvolvimento de insuficiência cardíaca entre indivíduos hipertensos, reforçando a importância do controle adequado da pressão arterial na prevenção dessa condição (Baffour et al., 2024).

Além dos níveis pressóricos, a manutenção da pressão arterial dentro da faixa terapêutica ao longo do tempo também pode influenciar os desfechos clínicos. Estudos recentes indicam que maior tempo de permanência da pressão arterial dentro da faixa-alvo está associado a menor risco de mortalidade por todas as

causas, eventos cardiovasculares e insuficiência cardíaca, destacando a importância de um controle pressórico contínuo e adequado (Wang et al., 2025).

Nesse sentido, o acompanhamento sistemático da pressão arterial torna-se fundamental para avaliar a efetividade do tratamento e identificar possíveis alterações que não sejam observadas em uma única medida realizada no ambiente clínico. As diretrizes da European Society of Cardiology destacam a importância da monitorização da pressão arterial fora do consultório, por meio da monitorização ambulatorial ou da medida residencial, tanto para a confirmação do diagnóstico quanto para o acompanhamento do controle pressórico. Essa abordagem permite uma avaliação mais representativa do comportamento da pressão arterial ao longo do tempo e pode contribuir para uma condução terapêutica mais individualizada, especialmente em pacientes que apresentam variações nos níveis pressóricos ou dificuldade em atingir as metas recomendadas (McEvoy et al., 2024).

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura, realizada por meio da análise de artigos científicos relacionados à hipertensão arterial, ao risco cardiovascular e às estratégias de prevenção e controle da pressão arterial. A busca dos estudos foi realizada na base de dados PubMed, utilizando termos e palavras-chave relacionados ao tema, como “hipertensão arterial”, “risco cardiovascular”, “pressão arterial”, “controle da pressão arterial”, “prevenção cardiovascular” e “doenças cardiovasculares”. Foram priorizados artigos científicos recentes que apresentassem relação direta com a temática proposta e que contribuíssem para a compreensão dos fatores associados ao risco cardiovascular e das estratégias utilizadas para a prevenção e o controle da hipertensão arterial. Foram excluídos estudos que não apresentassem relação com o tema ou que não contribuíssem para os objetivos da revisão. Após a busca e seleção dos artigos, os estudos foram analisados de forma qualitativa, considerando principalmente as evidências relacionadas aos efeitos da hipertensão sobre o risco cardiovascular, à importância do controle pressórico e às estratégias atuais de prevenção de complicações cardiovasculares.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A hipertensão arterial é uma das principais condições crônicas associadas ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, constituindo um importante fator de risco modificável para complicações como doença arterial coronariana, acidente vascular cerebral, insuficiência cardíaca e doença renal. O aumento da pressão arterial está relacionado de forma contínua ao risco cardiovascular, de modo que níveis pressóricos mais elevados estão associados a maior probabilidade de ocorrência de eventos cardiovasculares. Dessa forma, a identificação precoce e o acompanhamento adequado dos indivíduos com pressão arterial elevada são fundamentais para a redução das complicações relacionadas à hipertensão (McEvoy et al., 2024).

Além do aumento dos níveis pressóricos, a ausência de controle adequado da hipertensão representa um importante desafio para a prevenção cardiovascular. A Organização Mundial da Saúde destaca que a hipertensão apresenta elevada prevalência mundial e que uma parcela significativa dos indivíduos hipertensos não apresenta níveis pressóricos adequadamente controlados. Nesse contexto, o tratamento da hipertensão deve envolver tanto medidas relacionadas ao estilo de vida quanto, quando indicadas,

intervenções farmacológicas, com acompanhamento periódico para avaliação da resposta ao tratamento e alcance das metas pressóricas estabelecidas (World Health Organization, 2021).

Entre as principais estratégias não farmacológicas para o controle da pressão arterial estão a adoção de uma alimentação saudável, a redução do consumo de sal, a prática regular de atividade física, o controle do peso corporal e a redução do consumo de álcool. Essas medidas são importantes tanto para a prevenção do desenvolvimento da hipertensão quanto para auxiliar no controle dos níveis pressóricos em indivíduos já diagnosticados. Quando as mudanças no estilo de vida não são suficientes ou quando o risco cardiovascular do paciente indica a necessidade de tratamento medicamentoso, a terapia anti-hipertensiva pode ser utilizada com o objetivo de reduzir a pressão arterial e, consequentemente, o risco de eventos cardiovasculares (Unger et al., 2020).

As estratégias atuais de controle da hipertensão também enfatizam a necessidade de uma abordagem individualizada, considerando não apenas os valores da pressão arterial, mas também o risco cardiovascular global do paciente e a presença de outros fatores de risco ou doenças associadas. As diretrizes da European Society of Cardiology recomendam a avaliação da pressão arterial fora do consultório, quando possível, além do acompanhamento contínuo dos níveis pressóricos durante o tratamento. Dessa forma, o manejo da hipertensão deve ser compreendido como um processo contínuo, que envolve diagnóstico adequado, mudanças no estilo de vida, tratamento farmacológico quando indicado e monitoramento periódico, visando à redução do risco cardiovascular e à prevenção de complicações a longo prazo (McEvoy et al., 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As evidências disponíveis demonstram que a hipertensão arterial está diretamente relacionada ao aumento do risco de eventos cardiovasculares, sendo considerada um dos principais fatores de risco modificáveis para essas condições. A elevação persistente da pressão arterial pode favorecer o desenvolvimento de lesões em órgãos-alvo e aumentar a ocorrência de complicações como doença arterial coronariana, acidente vascular cerebral e insuficiência cardíaca. Nesse contexto, o controle adequado dos níveis pressóricos, associado à adoção de hábitos de vida saudáveis, ao acompanhamento periódico e ao tratamento farmacológico quando indicado, constitui uma das principais estratégias para reduzir o risco cardiovascular. Dessa forma, a identificação precoce da pressão arterial elevada e a manutenção de níveis pressóricos adequados ao longo do tempo são fundamentais para a prevenção de complicações e para a redução da morbimortalidade cardiovascular (McEvoy et al., 2024; Kreutz et al., 2024).

REFERÊNCIAS

BAFFOUR, Priscilla Kyei; JAHANGIRY, Leila; JAIN, Shalu; SEN, Abhijit; AUNE, Dagfinn. Blood pressure, hypertension, and the risk of heart failure: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *European Journal of Preventive Cardiology*, v. 31, n. 5, p. 529–556, 2024. DOI: 10.1093/eurjpc/zwad344.

HAZE, Tatsuya; KATSURADA, Kenichi; SAKATA, Satoko; et al. Effect of intensive versus standard blood pressure control on cardiovascular outcomes in adult patients with hypertension: a systematic review and meta-analysis. *Hypertension Research*, v. 48, n. 6, p. 1846–1858, 2025. DOI: 10.1038/s41440-025-02131-0.

KREUTZ, R. et al. 2024 European Society of Hypertension clinical practice guidelines for the management of arterial hypertension. *European Journal of Internal Medicine*, v. 126, p. 1–15, 2024. DOI: 10.1016/j.ejim.2024.05.033.

MCEVOY, J. W. et al. 2024 ESC Guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension. *European Heart Journal*, v. 45, n. 38, p. 3912–4018, 2024. DOI: 10.1093/eurheartj/ehae178.

UNGER, T. et al. 2020 International Society of Hypertension global hypertension practice guidelines. *Journal of Hypertension*, v. 38, n. 6, p. 982–1004, 2020. DOI: 10.1097/HJH.0000000000002453.

WANG, Huairong; SONG, Jialu; LIU, Zhike; YU, Huan; WANG, Kun; QIN, Xueying; WU, Yiqun. Time in Target Range for Blood Pressure and Adverse Health Outcomes: A Systematic Review. *Hypertension*, v. 82, n. 3, p. 419–431, 2025. DOI: 10.1161/HYPERTENSIONAHA.124.24013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults*. Geneva: World Health Organization, 2021.