



HIPERTENSÃO ARTERIAL RELACIONADA AO ESTRESSE PSICOLÓGICO EM ESTUDANTES

ARTERIAL HYPERTENSION RELATED TO PSYCHOLOGICAL STRESS IN STUDENTS

Vitória Sales Firmino¹ Jéssica Barreto Pereira²

RESUMO - O estresse psicológico é caracterizado por um conjunto de reações que causam desequilíbrio na homeostase corporal, influenciando diretamente nos níveis normais da pressão arterial. A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma doença crônica caracterizada por níveis elevados e sustentados da pressão sanguínea contra a parede das artérias durante as sístoles e diástoles ventriculares. Seu caráter multifatorial permite que diversos aspectos do estilo de vida individual afetem de forma direta o limiar entre a normalidade e a patogenicidade. O presente estudo teve como objetivo analisar a literatura científica acerca da relação entre o estresse psicológico e a Hipertensão Arterial Sistêmica em estudantes. Trata-se de um estudo de revisão de literatura e, para tal, foram selecionados artigos e textos completos nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde – BVS e Scientific Electronic Library Online – SciELO, utilizando os descritores “Hipertensão” AND “Estresse psicológico” AND “Estudantes”. Diante dos resultados, foram selecionados 04 artigos que abordavam a temática, disponibilizados na íntegra e que foram publicados entre 2014 e 2019. Foram descartados textos que não abrangiam a temática principal sobre estresse psicológico e HAS em estudantes. Como resultados obteve-se que os estudantes constituem um grupo de risco para o estresse psicológico devido às cobranças geradas pelas instituições de ensino, família e sociedade, bem como para a aquisição de doenças relacionadas aos maus hábitos alimentares, sedentarismo e sono desregrado. Foi possível inferir que o estresse contribui para diversas enfermidades de ordem biológica e psicológica inespecíficas, dentre elas a HAS. Contudo, os fatores predisponentes à hipertensão, associados ao estresse é que ditam essa relação direta, como o estilo de vida e histórico familiar, sendo o estresse psicológico apenas o fator desencadeante. A falta de consenso sobre o significado de estresse tem causado dificuldades na determinação do verdadeiro papel da HAS nas doenças psíquicas. Conclui-se, portanto, que o estresse pode causar ou até agravar algumas patologias. O estilo de vida que o estudante está submetido aliado a fatores genéticos, somados ao estresse psicológico favorece o surgimento da HAS, mas esta por si só não é determinante para tal.

Palavras-chave: Hipertensão; Estresse psicológico; Estudantes.

ABSTRACT- Psychological stress is characterized by a set of reactions that cause imbalance in body homeostasis, directly influencing normal blood pressure levels. Systemic Arterial Hypertension (SAH) is a chronic disease characterized by elevated and sustained levels of blood pressure against the artery wall during ventricular systoles and diastoles. Its multifactorial character allows different aspects of the individual lifestyle to directly affect the threshold between normality and pathogenicity. This study aimed to analyze the scientific literature on the relationship between psychological stress and systemic arterial hypertension in students. This is a literature review study and, for this, full articles and texts were selected from the *Biblioteca Virtual em Saúde - BVS* and Scientific Electronic Library Online - SciELO databases, using the descriptors “Hypertension” AND “Psychological stress” AND “Students”. In view of the results, 04 articles were selected that addressed the theme, made available in full and that were published between 2014 and 2019. Texts that did not cover the main theme on psychological stress and SAH in students were discarded. As a result, it was found that students constitute a risk group for psychological stress due to the charges generated by educational institutions, family and society, as well as for the acquisition of diseases related to bad eating habits, physical inactivity and unruly sleep. It was possible to infer that stress contributes to several

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, Membro do Grupo de Pesquisa Violência e Saúde UFCG/CNPq. E-mail: vitoria.saless@outlook.com

²Enfermeira. Mestra em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB), campus João Pessoa-PB. Membro do Grupo de Pesquisa Violência e Saúde UFCG/CNPq e Grupo de Estudos e Pesquisa em Enfermagem Forense UFPB/CNPq. E-mail: jessicabarreto93@gmail.com

non-specific biological and psychological diseases, including SAH. However, the factors predisposing to hypertension, associated with stress, dictate this direct relationship, such as lifestyle and family history, with psychological stress being only the triggering factor. The lack of consensus on the meaning of stress has caused difficulties in determining the true role of SAH in mental illness. It is concluded, therefore, that stress can cause or even aggravate some pathologies. The lifestyle that the student is subjected to, combined with genetic factors, added to psychological stress, favors the onset of SAH, but this alone is not decisive for this.

Keywords: Hypertension; Psychological stress; Students.