

Estresse, hábitos de vida e perfil de hipertensão arterial sistêmica (HAS) em servidores da universidade federal de viçosa

Enzo B. C. Alves; Taíssa G. C. Reis; Isabella L. S. de Jesus; Pedro P. P. Júnior

ODS 3 – Saúde e Bem-Estar

Pesquisa

Introdução

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica caracterizada por níveis de pressão arterial iguais ou superiores a 140/90 mmHg, e representa um grande desafio para saúde pública, já que se trata de um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (Malta, 2022). Essa patologia possui caráter multifatorial, estando relacionada, por exemplo, a aspectos genéticos, ambientais, culturais e ao estilo de vida (Santiago et.al, 2021). Nesse aspecto, entender o perfil desses elementos entre os servidores, torna-se essencial para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde, voltadas para esse público.

Tabela 1 - Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial

Classificação da pressão arterial			
Medição feita com médico a partir dos 18 anos			
Classificação	Pressão arterial sistólica (mmHg)		Pressão arterial diastólica (mmHg)
Ótima	< 120	e	< 80
Normal	120-129	e/ou	80-84
Pré-hipertensão	130-139	e/ou	85-89
Hipertensão arterial estágio 1	140-159	e/ou	90-99
Hipertensão arterial estágio 2	160-179	e/ou	100-109
Hipertensão arterial estágio 3	≥ 180	e/ou	≥ 110

Feitosa et. al (2023)

Objetivos

Analisar níveis de estresse, hábitos de vida e HAS entre servidores técnico-administrativos da Universidade Federal de Viçosa.

Metodologia

Este estudo integra a pesquisa ampliada “Perfil de Saúde, Qualidade de Vida e Risco Ocupacional de Servidores da UFV”. A amostra, composta por 308 servidores do campus Viçosa, foi definida a partir de uma população de 1.556, considerando 95% de confiança e 5% de erro amostral. Até o momento, 182 participantes responderam a questionários sobre saúde, qualidade de vida e condições de trabalho. Os dados quantitativos foram analisados no SPSS® (versão 23), com significância de $p < 0,05$, enquanto os qualitativos pela Análise de Conteúdo de Bardin (2011), conforme diretrizes do COREQ.

Apoio Financeiro

Resultados

Entre os hipertensos, observou-se que a maioria (60,0%) tinha entre 40 e 59 anos, refletindo a faixa etária predominante na universidade. A hipertensão foi mais frequente entre homens (63,3%), casados (66,7%), com mestrado (43,4%), técnicos de ensino médio (53,3%) e com mais de 5 anos de serviço na UFV (96,7%), embora essas diferenças não fossem estatisticamente significativas.

Quanto aos hábitos de vida, o uso de medicamentos foi significativamente mais comum entre hipertensos (93,3%). Nenhum hipertenso era tabagista, mas 36,7% consumiam álcool. A prática de atividade física foi relatada por 80,0% dos hipertensos, e 33,3% não se consideravam estressados. Em relação ao IMC, houve predominância de sobrepeso (20,6%) e obesidade (52,2%) entre os hipertensos.

Conclusões

Os resultados apontam uma relação significativa entre a hipertensão arterial, especialmente com a idade e o excesso de peso. Embora nem todas as variáveis tenham demonstrado significância estatística, elas têm potencial de influenciar na condição. Esses resultados reforçam a importância de ações de prevenção e educação em saúde, por meio de uma abordagem integrada e contextualizada.

Bibliografia

MALTA, Deborah Carvalho; BERNAL, Regina Tomie Ivata; RIBEIRO, Edmar Geraldo; et al. **Hipertensão arterial e fatores associados: Pesquisa Nacional de Saúde**, 2019. Revista de Saúde Pública, v. 56, p. 122, 2022.

SANTIAGO, Carla; PIRES, Cristine; SOUSA, António Manuel; et al. **Pressão Arterial Elevada em Servidores de Universidades Públicas no Norte do Brasil**. Cogitare Enfermagem, v. 26, p. e74371, 2021.

FEITOSA, Audes Diogenes de Magalhães et al. **Diretrizes brasileiras de medidas da pressão arterial dentro e fora do consultório-2023**. Arquivos brasileiros de cardiologia, v. 121, p. e20240113, 2024.