

## Trabalho apresentado no 26º CBCENF

**Título:** RISCO CARDIOVASCULAR EM UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA

**Relatoria:** Luanna Áquila Rodrigues Duarte  
Livia Karen Ferreira Costa Aguiar  
Maria Leticia de Oliveira Silva

**Autores:** Beatriz dos Santos do Nascimento  
Antonia Elizangela Alves Moreira  
Emiliana Bezerra Gomes

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

Introdução: Durante a trajetória universitária os estudantes frequentemente adotam hábitos de vida que podem predispor a doenças cardiovasculares no futuro. Fatores como alimentação inadequada, sedentarismo, consumo de substâncias nocivas e altos níveis de estresse são comuns nessa fase da vida e podem acarretar a longo prazo efeitos adversos na saúde cardiovascular. Objetivo: Objetivou-se levantar na literatura os fatores de risco cardiovascular mais prevalentes entre universitários. Método: Trata-se de uma revisão narrativa realizada em junho de 2024. A busca foi realizada através da Biblioteca Virtual em Saúde, nas bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na Base de dados de Enfermagem (BDEnf), com os descritores “risco cardiovascular”, “universitários” e “promoção da saúde”, entrecruzados pelo operador booleano AND. Foram selecionados textos completos na íntegra, publicados nos últimos cinco anos, nos idiomas português, inglês e espanhol. Excluiu-se os artigos sem relação ao tema, editoriais e manuais, obtendo-se uma amostra de 20 estudos. Resultados e discussão: Verificou-se que os fatores de risco cardiovascular mais prevalentes nos universitários incluem: Dieta inadequada, caracterizada pelo alto consumo de fast food e baixo consumo de frutas e vegetais; Sedentarismo ou níveis insuficientes de atividade física, o que contribui para o aumento do índice de massa corporal (IMC) e obesidade; Consumo de álcool e tabaco. Além disso, o estresse acadêmico, frequentemente elevado devido às exigências dos estudos, especialmente entre os que estudam e trabalham, propiciando comportamentos não saudáveis como: comer em excesso, uso de substâncias ilícitas e privação de sono, todos associados ao aumento do risco cardiovascular. Considerações finais: Conclui-se que os hábitos de vida e fatores de risco como dieta inadequada, sedentarismo, consumo de álcool, tabagismo e o estresse são os mais prevalentes e determinantes da saúde cardiovascular. Dessa forma, é essencial que as instituições de ensino superior reconheçam e atuem informando sobre esses fatores de risco, promovendo a saúde e o bem-estar cardiovascular de seus alunos. Sugere-se pesquisas futuras que foquem em estratégias inovadoras e eficazes para a promoção da saúde cardiovascular nessa população.