**ESTRESSE PSICOSSOCIAL E HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTEMICA-HAS**

INTRODUÇÃO: A Hipertensão arterial sistêmica (HAS) é fator de risco para inúmeras doenças cardiovasculares, estima-se que atualmente até 30% dos adultos sejam acometidos por HAS e que esse número tende a aumentar nos próximos anos devido as mudanças no estilo de vida e os níveis de estresse psicossocial aos quais a população está cada vez mais submetida. OBJETIVO:O objetivo desse estudo foi entender qual a relação entre o estresse psicossocial e a hipertensão bem como seus mecanismos de ação, sejam eles psicológicos, sociais ou fisiológicos. MÉTODO: Para tanto, foram selecionados 17 artigos publicados entre 2017 e 2022 nas plataformas de pesquisa de dados online Scientific Electronic Library Online (SciELO) e US National Library of Medicine National Institutes of Health (PubMed). Os termos utilizados para a busca foram “estresse psicossocial e hipertensão”, “estresse e hipertensão”, “fisiopatologia da hipertensão” e seus correspondentes na língua inglesa. RESULTADOS: Foi observado ao longo dessa revisão que indivíduos submetidos a níveis constantes de estresse podem apresentar taxas elevadas de cortisol sanguíneo através da hiper estimulação do sistema nervoso simpático. Tal liberação desencadeia fatores responsáveis por vasoconstrição periférica, consequente redução da capacitância venosa, aumento do retorno sanguíneo, débito cardíaco e consequentemente hipertensão arterial. CONCLUSÃO: Por fim, esse estudo demonstrou que o estresse age por meio de vários mecanismos como a adoção de hábitos de vida pouco saudáveis como sedentarismo e alimentação inadequada, além de uma hiperativação do Sistema Nervoso Autônomo (SNA) e da liberação de catecolaminas que culminam no aumento da pressão arterial de forma inicialmente aguda e posteriormente crônica. REFERÊNCIAS: MUNAKATA, M. Clinical significance of stress-related increase in blood pressure: current evidence in office and out-of-office settings. **Hypertens Res.** 2018 Aug;41(8):553-569. doi: 10.1038/s41440-018-0053-1. Epub 2018 May 29. PMID: 29808034. LIU,M.Y; LI.N; LI,W.A;KHAN,H : Association between psychosocial stress and hypertension: a systematic review and meta-analysis. **Neurological Research**.2017 April; DOI: 10.1080/01616412.2017.1317904. LI,J; ATASOY, S; FANG, X; ANGERER, P; LADWIG, K.H. Combined effect of work stress and impaired sleep on coronary and cardiovascular mortality in hypertensive workers: The MONICA/KORA cohort study. **Eur J Prev Cardiol.** 2021 Apr 10;28(2):220–226. doi: 10.1177/2047487319839183. Epub 2019 Apr 27. PMID: 33838034. VALENZUELA, P.L; CARRERA-BASTOS, P; GÁLVEZ, B.G et al. Intervenções de estilo de vida para a prevenção e tratamento da hipertensão. **Nat Rev Cardiol 18**, 251-275 (2021). <https://doi.org/10.1038/s41569-020-00437-9>. LU, X; JUON, H.S; HE, X; Dallal ,C.M; WANG, M.Q; LEE, S. The Association Between Perceived Stress and Hypertension Among Asian Americans: Does Social Support and Social Network Make a Difference? **J Community Health.** 2019 Jun;44(3):451-462. doi: 10.1007/s10900-018-00612-7. PMID: 30604222; PMCID: PMC6504578. KALINOWSKI,J; KAUR, K; NEWSOME-GARCIA, V; LANGFORD, A; KALEJAIYE, A; VIEIRA, D; IZEOGU, C; BLANC, J;TAYLOR,J; OGEDEGBE, O;SPRUILL, T. Stress interventions and hypertension in Black women. **Women's Health (Lond)**. 2021 Jan-Dec;17:17455065211009751. doi: 10.1177/17455065211009751. PMID: 34254559; PMCID: PMC8280834. ZIEGLER, M.G; MILIC, M. Sympathetic nerves and hypertension in stress, sleep apnea, and caregiving. **Curr Opin Nephrol Hypertens.** 2017 Jan;26(1):26-30. doi: 10.1097/MNH.0000000000000288. PMID: 27755119. WIRIX, A.J; FINKEN, M.J;VON, R.I.A; HEIJBOER,A.C; NAUTA, J; GROOTHOFF,J.W; CHINAPAW, M.J; KIST-VAN,H.J.E. Is There an Association Between Cortisol and Hypertension in Overweight or Obese Children? **J Clin Res Pediatr Endocrinol**. 2017 Dec 15;9(4):344-349. doi: 10.4274/jcrpe.4802. Epub 2017 Jul 17. PMID: 28720554; PMCID: PMC5785641. HUBER, M.J; CHEN, Q.H;SHAN, Z. The Orexin System and Hypertension. **Cell Mol Neurobiol**. 2018 Mar;38(2):385-391. doi: 10.1007/s10571-017-0487-z. Epub 2017 Mar 27. PMID: 28349223; PMCID: PMC5617754. CECCATO,F;MANTERO, F. Monogenic Forms of Hypertension. **Endocrinol. Metab. Clin. North Am.** 48, 795–810 (2019). VIEIRA,J.O;DUARTE,J.O;COSTA-FERREIRA,W;CRESTANI,C.C.Influence of pre-existing hypertension on neuroendocrine and cardiovascular changes evoked by chronic stress in female rats.**Psychoneuroendocrinology,Volume 97**,2018,Pages 111-119,ISSN 0306-4530,<https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2018.07.014>. EWART, C.K;GAVIN,G.E; JORGENSEN, R.S;FITZGERALD, S.T. The Role of Agonistic Striving in the Association Between Cortisol and High Blood Pressure. **Psychosom Med.** 2017 May;79(4):416-425. doi: 10.1097/PSY.0000000000000412. PMID: 28198751; PMCID: PMC5413400. TAO, N; GE, H; WU, W. et al. Association of glucocorticoid receptor gene polymorphism and occupational stress with hypertension in desert petroleum workers in Xinjiang, China. **BMC Med Genet 19**, 213 (2018). <https://doi.org/10.1186/s12881-018-0688-4>. SPRUILL,T.M; BUTLER, M.J; THOMAS, S.J; TAJEU, G.S; KALINOWSKI, J; CASTAÑEDA, S.F; LANGFORD, A.T; ABDALLA, M; BLACKSHEAR, C; ALLISON, M; OGEDEGBE, G; SIMS, M; SHIMBO, D. Association Between High Perceived Stress Over Time and Incident Hypertension in Black Adults: Findings From the Jackson Heart Study. **J Am Heart Assoc.** 2019 Nov 5;8(21):e012139. doi: 10.1161/JAHA.119.012139. Epub 2019 Oct 16. PMID: 31615321; PMCID: PMC6898810. ZHOU, X; YANG, H; SONG, X. et al. Central blockade of the AT1 receptor attenuates pressor effects via reduction of glutamate release and downregulation of NMDA/AMPA receptors in the rostral ventrolateral medulla of rats with stress-induced hypertension. **Hypertens Res 42**, 1142–1151 (2019). <https://doi.org/10.1038/s41440-019-0242-6>. CARRIVE,P;Orexin, Stress and Central Cardiovascular Control. A Link with Hypertension?**,Neuroscience & Biobehavioral Reviews**,Volume 74, Part B,2017,Pages 376-392,ISSN 0149-7634,https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.06.044.

PALAVRAS-CHAVE; Hipertensão arterial sistemica,estresse emocional, cortisol.