



HIPERTENSÃO ARTERIAL EM JOVENS: FATORES DE RISCO E PREVENÇÃO

Diogo Rodrigues Batista
Centro Universitário São Lucas

Walter de Almeida Junior
Afy - São Lucas Porto Velho - Rondônia

Vinicius da Silva
Centro Universitário São Lucas Porto Velho

Yuri Cesar Dua
São Lucas

Gaspar Gomes Santana
Centro Universitário São Lucas

Guilherme Douglas Pereira de Souza
Centro Universitário São Lucas

Gabriel Vinicius Moura Pacifico Monteiro
Centro Universitário São Lucas

Júlio César Bezerra Cordeiro
Centro Universitário São Lucas

INTRODUÇÃO: Nos últimos anos, a hipertensão arterial tem recebido maior atenção devido ao aumento de casos entre os jovens. Muitos adolescentes estão vulneráveis a essa condição crônica, tornando essencial a compreensão de seus determinantes e estratégias de prevenção. Diante disso, este estudo busca explorar o tema, destacando fatores associados ao problema e abordagens para sua redução. **OBJETIVO:** O presente estudo tem como objetivo analisar os principais fatores de risco da hipertensão arterial em jovens e as estratégias preventivas mais eficazes. **METODOLOGIA:** Foram realizadas buscas nas bases de dados PUBMED, SciELO e BVS, utilizando os descritores “hipertensão arterial”, “adolescentes e jovens” e “fatores de risco”. A partir dos resultados encontrados foram selecionados artigos em português, inglês e espanhol, publicados até o ano de 2025. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Estudos indicam que a hipertensão arterial sistêmica na vida adulta frequentemente tem início durante juventude. Entre os principais fatores associados ao seu desenvolvimento, destacam-se o histórico familiar, especialmente a presença de hipertensão nos pais, o sobrepeso, a obesidade e o sedentarismo. Assim, estratégias preventivas tornam-se fundamentais, especialmente aquelas voltadas para a redução desses fatores de risco. Medidas como a adoção de hábitos alimentares equilibrados e a promoção da atividade física regular são essenciais para conter o avanço da hipertensão entre os jovens. **CONCLUSÃO:** A partir dos resultados obtidos, verifica-se a necessidade em investimentos de políticas públicas e programas de educação em



saúde voltados à juventude. A implementação de estratégias preventivas baseadas na promoção de hábitos saudáveis pode reduzir significativamente a incidência de hipertensão nessa faixa etária, minimizando complicações futuras e melhorando a qualidade de vida a longo prazo.

Palavras-Chave: Hipertensão, Juventude, Prevenção

REFERÊNCIAS:

LIMA, Janaína Soares et al. AVALIAÇÃO DE RISCOS CARDIOVASCULARES EM POPULAÇÕES JOVENS: ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO PRECOCE. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 3, p. 2674-2681, 2024.

MACENO, Lindhisey Kianny; GARCIA, M. dos S. Fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares em jovens adultos/Risk factors for the development of cardiovascular diseases in young adults. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 5, n. 1, p. 2820-2842, 2022.