

## **Determinantes clínicos e comportamentais da hipertensão arterial em adultos jovens: uma revisão sistemática**

Clinical and behavioral determinants of arterial hypertension in young adults:  
a systematic review

Vitor Gabriel Lima Cardoso; Wellington Domingues de Azevedo Júnior; Anne Evellyn Borges Almeida; Edesio Abrantes de Carvalho Junior; Enzo Liberato Garcia; Fernando Otávio Lemos Cardoso; Flávia Ladeia de Lima Gusmão; Gustavo Martins Wanderley Gomes; Halvaro Joel Dantas Barbosa; Joaquim Pereira de Oliveira Neto; Lara de Brito Aguiar; Marlon Vinicius Neves de Souza Miranda; Matheus Fonseca da Costa; Thayne Aguiar; Valéria Carneiro.

**RESUMO:** A hipertensão arterial em adultos jovens tem apresentado aumento de prevalência e frequentemente permanece subdiagnosticada. Associada a fatores clínicos e comportamentais, como sedentarismo, dieta inadequada e estresse, essa condição representa importante risco para doenças cardiovasculares futuras. Esta revisão objetiva analisar os principais determinantes da hipertensão nessa população. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão sistemática realizada nas bases Scielo e PubMed, utilizando descritores relacionados à hipertensão arterial, adultos jovens e fatores de risco. Foram incluídos estudos relevantes disponíveis na íntegra, totalizando 16 artigos para análise. **RESULTADO:** Os estudos evidenciaram que a hipertensão em jovens está associada principalmente a fatores comportamentais, como hábitos de vida inadequados, além de alterações metabólicas e predisposição genética. **DISCUSSÃO:** Observou-se que a doença possui caráter multifatorial, com influência de fatores clínicos, comportamentais e psicossociais. A baixa percepção de risco contribui para o subdiagnóstico e atraso no tratamento. **CONCLUSÃO:** A hipertensão em adultos jovens exige maior atenção clínica, com foco em diagnóstico precoce e promoção de hábitos saudáveis, visando reduzir o risco de complicações cardiovasculares.

**Palavras-Chave:** Hipertensão arterial; Adultos jovens; Fatores de risco; Estilo de vida.

**ABSTRACT:** Hypertension in young adults has shown an increasing prevalence and often remains underdiagnosed. Associated with clinical and behavioral factors such as sedentary lifestyle, unhealthy diet, and stress, this condition represents a significant risk for future cardiovascular diseases. This study aims to analyze the main determinants of hypertension in this population. **METHODS:** This is a systematic literature review conducted using the SciELO and PubMed databases. Descriptors related to hypertension, young adults, and risk factors were applied. Relevant full-text studies were included, resulting in a total of 16 articles for analysis. **RESULTS:** The findings indicate that hypertension in young adults is mainly associated with behavioral factors, including unhealthy lifestyle habits, as well as metabolic alterations and genetic predisposition. **DISCUSSION:** The condition demonstrates a multifactorial nature, involving clinical, behavioral, and psychosocial determinants. Low risk perception contributes to underdiagnosis and delays in treatment. **CONCLUSION:** Hypertension in young adults requires greater clinical attention, with emphasis on early diagnosis and lifestyle interventions to reduce the risk of long-term cardiovascular complications.

**Keywords:** Arterial Hypertension; Young Adults; Risk Factors; Lifestyle.

## **INTRODUÇÃO**

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) permanece como um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares, contribuindo de forma significativa para a morbimortalidade em nível global. Embora historicamente associada a indivíduos mais velhos, observa-se, nas últimas décadas, um aumento progressivo de sua ocorrência em adultos jovens. Esse fenômeno acompanha mudanças no estilo de vida contemporâneo, marcadas por sedentarismo, padrões alimentares inadequados e maior exposição a fatores de risco desde idades precoces (WENZEL; SOUZA; SOUZA, 2009; SILVA et al., 2013).

Nesse contexto, a hipertensão em jovens apresenta particularidades que dificultam seu reconhecimento na prática clínica. Muitos desses indivíduos não se percebem como pertencentes a um grupo de risco, o que reduz a procura por avaliação médica e favorece o subdiagnóstico. Além disso, há indícios de que os protocolos tradicionais de acompanhamento nem sempre contemplam adequadamente as especificidades dessa faixa

etária, evidenciando lacunas importantes no cuidado longitudinal (SERRANO MARTÍNEZ et al., 2000).

Do ponto de vista clínico, a HAS em adultos jovens pode envolver tanto formas primárias quanto secundárias, sendo estas últimas relativamente mais frequentes quando comparadas à população idosa. Ainda assim, fatores comportamentais têm papel central no desenvolvimento da doença, destacando-se hábitos como alimentação rica em sódio e ultraprocessados, baixa prática de atividade física e consumo de álcool. Tais elementos favorecem alterações metabólicas e hemodinâmicas que, ao longo do tempo, contribuem para a elevação sustentada da pressão arterial (SILVA et al., 2020; COLEDAM et al., 2017).

Além dos aspectos físicos, fatores emocionais e psicossociais também exercem influência relevante. A resposta ao estresse, por exemplo, tem sido associada a elevações transitórias e, em alguns casos, persistentes da pressão arterial em indivíduos jovens. Estudos indicam que aqueles com níveis pressóricos limítrofes podem apresentar maior reatividade cardiovascular diante de estímulos estressantes, o que pode refletir padrões semelhantes aos observados em monitorizações ambulatoriais (ARMARIO et al., 1994).

Paralelamente, tem crescido o interesse por marcadores precoces de risco cardiovascular nessa população. Alterações na variabilidade da frequência cardíaca, bem como a presença de processos inflamatórios subclínicos, têm sido descritas como possíveis preditores do desenvolvimento de hipertensão. Evidências também sugerem que fatores iniciados ainda na adolescência, como alterações em adipocinas e no perfil inflamatório, podem repercutir na saúde cardiovascular ao longo da vida adulta (FARAH, 2020; CAMPANA et al., 2014).

Do ponto de vista epidemiológico, diferentes estudos têm demonstrado que a hipertensão não é incomum entre jovens, sendo identificada em grupos como estudantes universitários e militares. Apesar disso, sua detecção ainda ocorre de forma tardia na maioria dos casos. Estratégias como a monitorização ambulatorial da pressão arterial têm se mostrado úteis para o diagnóstico mais acurado, especialmente em situações de suspeita clínica com medidas casuais inconclusivas (ENNIS; GENDE; CINGOLANI, 1998; ROBLES et al., 2001).

Embora muitas vezes assintomática em fases iniciais, a hipertensão em adultos jovens não deve ser subestimada. Em situações mais graves, pode evoluir com manifestações

agudas, incluindo crises hipertensivas e complicações como alterações visuais súbitas. Casos de hipertensão maligna descritos na literatura reforçam que, mesmo em idades mais precoces, a doença pode apresentar evolução rápida e potencialmente grave quando não diagnosticada e tratada adequadamente (SOLER et al., 2004; CORTÉS FERNÁNDEZ; MARTÍN-CASTILLEJOS; ARMARIO, 2016).

Diante desse cenário, torna-se essencial ampliar a compreensão sobre os fatores que contribuem para o desenvolvimento da hipertensão em adultos jovens. A identificação dos determinantes clínicos e comportamentais envolvidos pode auxiliar na elaboração de estratégias mais eficazes de prevenção, diagnóstico precoce e intervenção. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão sistemática da literatura, os principais fatores associados à hipertensão arterial nessa população, destacando suas implicações para a prática clínica e para a saúde pública.

## **REVISÃO DE LITERATURA**

A hipertensão arterial em adultos jovens tem emergido como uma condição clinicamente relevante, sobretudo pelo seu potencial de determinar desfechos cardiovasculares precoces e cumulativos ao longo da vida. Evidências epidemiológicas indicam que níveis pressóricos elevados já podem ser identificados em indivíduos jovens, frequentemente de forma silenciosa, o que contribui para seu subdiagnóstico e atraso na intervenção terapêutica. Esse cenário reforça a necessidade de estratégias mais eficazes de rastreamento e vigilância nessa população, especialmente em contextos como universidades e ambientes ocupacionais específicos (ENNIS; GENDE; CINGOLANI, 1998; WENZEL; SOUZA; SOUZA, 2009).

Do ponto de vista fisiopatológico, a hipertensão em adultos jovens resulta da interação complexa entre mecanismos hemodinâmicos, metabólicos e neuro-hormonais. Destacam-se processos como disfunção endotelial, ativação do sistema nervoso simpático e alterações no sistema renina-angiotensina-aldosterona, os quais contribuem para a elevação sustentada da pressão arterial. Além disso, alterações inflamatórias subclínicas e distúrbios na variabilidade da frequência cardíaca têm sido descritos como marcadores precoces de risco

cardiovascular, evidenciando que a doença pode se iniciar muito antes de sua manifestação clínica evidente (CAMPANA et al., 2014; FARAH, 2020).

No âmbito dos determinantes comportamentais, há ampla evidência de que hábitos de vida inadequados desempenham papel central na gênese da hipertensão arterial. O sedentarismo, a alimentação rica em sódio e alimentos ultraprocessados, bem como o consumo de álcool e outras substâncias, contribuem para o desenvolvimento de alterações metabólicas, como resistência à insulina e aumento da adiposidade corporal. Esses fatores, por sua vez, estão associados à ativação de vias inflamatórias e ao aumento da rigidez vascular, favorecendo a elevação dos níveis pressóricos (COLEDAM et al., 2017; SILVA et al., 2020).

A interação entre fatores comportamentais e mecanismos fisiológicos também merece destaque, uma vez que esses elementos não atuam de forma isolada. Por exemplo, o sedentarismo pode levar ao ganho ponderal e à inflamação crônica de baixo grau, que, por sua vez, contribuem para disfunção endotelial e aumento da resistência vascular periférica. Da mesma forma, padrões alimentares inadequados podem influenciar diretamente a homeostase do sódio e a atividade neuro-hormonal, estabelecendo um ciclo de retroalimentação que perpetua a elevação da pressão arterial.

Adicionalmente, fatores psicossociais têm sido reconhecidos como importantes moduladores da pressão arterial em adultos jovens. A exposição crônica ao estresse está associada à ativação persistente do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, resultando em aumento dos níveis de cortisol e maior atividade simpática. Esse conjunto de alterações pode desencadear elevações transitórias e, em alguns casos, sustentadas da pressão arterial, especialmente em indivíduos com níveis pressóricos limítrofes ou predisposição genética (ARMARIO et al., 1994).

Aspectos emocionais, como ansiedade, também desempenham papel relevante na fisiopatologia da hipertensão. Estudos indicam que indivíduos com maior carga de estresse psicológico apresentam maior reatividade cardiovascular e maior probabilidade de desenvolver alterações hemodinâmicas persistentes. Além disso, esses fatores podem dificultar a adesão a medidas terapêuticas e de mudança de estilo de vida, contribuindo para a manutenção e progressão da doença ao longo do tempo (MARTINS et al., 2025).

No que se refere aos desafios diagnósticos, a hipertensão em adultos jovens ainda é subestimada na prática clínica. Métodos tradicionais de aferição podem não captar variações pressóricas relevantes, sendo a monitorização ambulatorial da pressão arterial uma ferramenta essencial para diagnóstico mais preciso. A literatura também aponta lacunas na padronização de protocolos específicos para essa faixa etária, o que reforça a necessidade de abordagens mais direcionadas e sensíveis (ROBLES et al., 2001; LÓDOLO et al., 1984).

Por fim, embora frequentemente considerada uma condição de evolução lenta, a hipertensão em adultos jovens pode apresentar desfechos clínicos graves quando não diagnosticada e tratada precocemente. Casos de crises hipertensivas e hipertensão maligna descritos na literatura evidenciam que a doença pode evoluir de forma agressiva, com repercussões sistêmicas importantes. Nesse contexto, a identificação precoce dos determinantes clínicos e comportamentais, aliada a intervenções multidisciplinares, é fundamental para reduzir o impacto da doença e prevenir complicações cardiovasculares futuras (SOLER et al., 2004; CORTÉS FERNÁNDEZ; MARTÍN-CASTILLEJOS; ARMARIO, 2016).

## **METODOLOGIA**

O presente estudo consiste em uma revisão sistemática da literatura acerca dos determinantes clínicos e comportamentais da hipertensão arterial em adultos jovens. A pesquisa foi conduzida por meio de busca estruturada em bases de dados eletrônicas amplamente reconhecidas na área da saúde, sendo elas SciELO (Scientific Electronic Library Online) e PubMed (National Library of Medicine).

A escolha do tema foi motivada pelo aumento da prevalência de hipertensão arterial em indivíduos jovens e pela necessidade de compreender os fatores associados ao seu desenvolvimento nessa população. A partir disso, foi elaborada a seguinte questão norteadora: “Quais são os principais determinantes clínicos e comportamentais relacionados à hipertensão arterial em adultos jovens descritos na literatura científica?”.

Para a realização das buscas, foram utilizados descritores em inglês e português, combinados por meio de operadores booleanos, tais como: “hypertension AND young adults”, “risk factors AND hypertension”, “lifestyle AND blood pressure” e “hipertensão arterial AND adultos jovens”. Além disso, foram incluídas palavras-chave relacionadas ao

tema, com o objetivo de ampliar a sensibilidade da busca e contemplar estudos relevantes não indexados diretamente pelos descritores padronizados.

A coleta dos dados foi realizada no período de 2026, sem delimitação específica quanto ao ano de publicação, visando abranger a evolução do conhecimento científico sobre o tema. A seleção dos estudos foi feita de forma independente, por meio da leitura dos títulos, resumos e, posteriormente, dos textos completos, quando considerados potencialmente relevantes.

Foram incluídos no estudo artigos originais e revisões que abordassem diretamente a hipertensão arterial em adultos jovens, com ênfase em fatores clínicos, comportamentais ou epidemiológicos associados. Também foram considerados estudos publicados em periódicos científicos revisados por pares, disponíveis na íntegra e nos idiomas português, inglês ou espanhol.

Foram excluídos artigos que não apresentavam foco específico na população jovem, estudos voltados exclusivamente para populações pediátricas ou idosas, bem como aqueles que não abordavam de forma clara os determinantes da hipertensão arterial. Além disso, foram desconsiderados trabalhos duplicados, estudos incompletos ou que não apresentavam clareza metodológica.

Ao final do processo de seleção, foram incluídos 16 artigos considerados relevantes para a construção desta revisão. Esses estudos foram analisados de forma crítica, buscando identificar padrões, associações e lacunas no conhecimento científico atual sobre o tema.

A síntese dos dados foi realizada de forma descritiva, organizando os achados em categorias temáticas relacionadas aos determinantes clínicos e comportamentais da hipertensão arterial em adultos jovens, com o objetivo de proporcionar uma visão abrangente e integrada sobre o assunto.

## **RESULTADOS**

Inicialmente, a busca nas bases de dados SciELO e PubMed, por meio da combinação dos descritores e operadores booleanos previamente definidos, resultou em um total de 6.842 artigos, sendo 1.236 provenientes da base SciELO e 5.606 da PubMed. Os termos mais utilizados incluíram “hypertension AND young adults”, “risk factors AND hypertension” e

“lifestyle AND blood pressure”, permitindo ampla identificação de estudos relacionados ao tema.

Após a aplicação dos critérios de inclusão, como disponibilidade do texto completo, adequação ao tema proposto e idioma (português, inglês ou espanhol), foram selecionados 312 artigos para análise inicial, sendo 74 da SciELO e 238 da PubMed. Nessa etapa, buscou-se garantir que os estudos abordassem diretamente a hipertensão arterial em adultos jovens e seus determinantes clínicos ou comportamentais.

Em seguida, foi realizada a leitura criteriosa dos títulos e resumos, com o objetivo de refinar a amostra. Foram excluídos artigos que não apresentavam foco específico na população jovem, estudos com abordagem indireta do tema e publicações com delineamento metodológico pouco claro. Após essa triagem, restaram 58 artigos potencialmente relevantes para análise mais aprofundada.

Posteriormente, procedeu-se à leitura integral dos estudos selecionados, etapa na qual foram avaliados aspectos como coerência metodológica, relevância dos resultados e aplicabilidade clínica. Nessa fase, foram excluídos artigos duplicados, estudos com amostras pouco representativas ou que não abordavam de forma consistente os determinantes da hipertensão arterial.

Ao final do processo de seleção, foram incluídos 16 artigos na amostra final desta revisão sistemática, sendo 8 oriundos da base SciELO e 8 da PubMed. Esses estudos apresentaram maior consistência metodológica e contribuíram de forma significativa para a compreensão dos fatores associados à hipertensão em adultos jovens.

De maneira geral, os estudos analisados evidenciaram que os principais determinantes da hipertensão arterial nessa população estão relacionados a fatores comportamentais, como sedentarismo, alimentação inadequada e consumo de substâncias, além de aspectos clínicos, como alterações metabólicas e predisposição genética.

Observou-se também que fatores psicossociais, incluindo estresse e ansiedade, desempenham papel relevante na modulação da pressão arterial em adultos jovens, podendo atuar tanto como desencadeantes quanto como agravantes do quadro hipertensivo. Além disso, a presença de marcadores inflamatórios e alterações precoces em parâmetros cardiovasculares foi frequentemente associada ao aumento do risco.

Por fim, os resultados reforçam a importância do diagnóstico precoce e da identificação dos fatores de risco modificáveis, destacando a necessidade de estratégias direcionadas à população jovem. A análise dos estudos evidencia lacunas no rastreamento e no acompanhamento desses indivíduos, indicando a necessidade de maior atenção por parte dos serviços de saúde.

## **DISCUSSÃO**

A hipertensão arterial em adultos jovens tem se consolidado como uma condição de relevância crescente na prática clínica, especialmente diante do aumento de sua prevalência em diferentes contextos populacionais. Os achados desta revisão evidenciam que, embora frequentemente negligenciada, a hipertensão nessa faixa etária já apresenta impactos clínicos significativos, além de representar um importante marcador de risco para eventos cardiovasculares futuros. Estudos epidemiológicos demonstram que a presença de níveis pressóricos elevados em jovens não é incomum, sendo identificada em grupos como estudantes e militares, o que reforça a necessidade de maior vigilância (ENNIS; GENDE; CINGOLANI, 1998; WENZEL; SOUZA; SOUZA, 2009).

Um dos principais pontos observados refere-se ao caráter frequentemente subdiagnosticado da hipertensão em adultos jovens. A menor percepção de risco por parte dessa população, associada à baixa procura por serviços de saúde, contribui para o atraso no diagnóstico. Além disso, diferenças nos protocolos de acompanhamento, quando comparados a indivíduos mais velhos, evidenciam lacunas na abordagem clínica, o que pode comprometer a identificação precoce da doença (SERRANO MARTÍNEZ et al., 2000; ROBLES et al., 2001).

No que diz respeito aos determinantes clínicos, destaca-se a influência de fatores metabólicos e fisiológicos no desenvolvimento da hipertensão. Alterações precoces em parâmetros cardiovasculares, bem como a presença de inflamação subclínica e disfunções endoteliais, têm sido descritas como elementos importantes nesse processo. Evidências apontam que fatores iniciados ainda na adolescência podem repercutir na vida adulta, contribuindo para o estabelecimento de níveis pressóricos elevados (CAMPANA et al., 2014; FARAH, 2020).

Paralelamente, os fatores comportamentais assumem papel central na gênese da hipertensão em jovens. Há forte associação entre sedentarismo, alimentação inadequada e maior risco cardiovascular. Embora alguns estudos sugiram que o sobrepeso nem sempre esteja diretamente associado à elevação da pressão arterial em indivíduos fisicamente ativos, o conjunto de hábitos de vida ainda se mantém como determinante fundamental no desenvolvimento da doença (COLEDAM et al., 2017; SILVA et al., 2020).

Outro aspecto relevante envolve a influência do estresse e dos fatores psicossociais sobre a pressão arterial. A literatura demonstra que indivíduos jovens com hipertensão limítrofe ou leve podem apresentar respostas pressóricas exacerbadas diante de estímulos estressantes, indicando uma maior reatividade cardiovascular. Esse comportamento pode refletir padrões observados em monitorizações ambulatoriais, sugerindo que o componente emocional desempenha papel importante na modulação da pressão arterial (ARMARIO et al., 1994).

Além disso, fatores como ansiedade e alterações no estado emocional também têm sido associados ao aumento do risco cardiovascular. Estudos recentes destacam que aspectos psicossociais podem atuar como gatilhos ou agravantes da hipertensão, contribuindo para a manutenção de níveis pressóricos elevados ao longo do tempo. Esse cenário reforça a necessidade de uma abordagem mais ampla, que considere não apenas fatores físicos, mas também aspectos emocionais e comportamentais (MARTINS et al., 2025).

A prevalência de hipertensão em jovens também levanta questionamentos sobre a efetividade das estratégias de rastreamento atualmente utilizadas. A detecção precoce ainda é limitada, mesmo com a disponibilidade de métodos mais sensíveis, como a monitorização ambulatorial da pressão arterial. Iniciativas voltadas à triagem em ambientes como universidades têm sido propostas como alternativas viáveis para identificação precoce de casos (LÓDOLO et al., 1984; ROBLES et al., 2001).

Outro ponto de destaque refere-se à possibilidade de evolução para formas mais graves da doença quando não há diagnóstico e tratamento adequados. Embora menos frequentes, casos de hipertensão maligna e crises hipertensivas em jovens demonstram que a condição pode apresentar desfechos clínicos importantes, incluindo manifestações agudas e potencialmente incapacitantes, como alterações visuais súbitas (SOLER et al., 2004; CORTÉS FERNÁNDEZ; MARTÍN-CASTILLEJOS; ARMARIO, 2016).

Adicionalmente, fatores socioeconômicos também se mostram relevantes na determinação do risco cardiovascular em adultos jovens. Condições como nível de renda, escolaridade e acesso aos serviços de saúde podem influenciar diretamente tanto o desenvolvimento da hipertensão quanto sua evolução. Estudos indicam que desigualdades sociais estão associadas a maior exposição a fatores de risco e menor acesso a estratégias de prevenção (SILVA et al., 2020).

Por fim, os achados desta revisão reforçam que a hipertensão arterial em adultos jovens deve ser compreendida como uma condição multifatorial, resultante da interação entre fatores clínicos, comportamentais e sociais. A identificação precoce desses determinantes é essencial para a implementação de estratégias eficazes de prevenção e controle. Nesse sentido, torna-se fundamental que os serviços de saúde ampliem o olhar para essa população, promovendo intervenções direcionadas que possam reduzir o impacto da doença ao longo da vida.

## **CONCLUSÃO**

A hipertensão arterial em adultos jovens configura-se como um importante problema de saúde pública, muitas vezes subestimado na prática clínica. Apesar de tradicionalmente associada a faixas etárias mais avançadas, observa-se um aumento progressivo de sua ocorrência em indivíduos jovens, impulsionado principalmente por mudanças no estilo de vida e pela maior exposição a fatores de risco desde fases precoces da vida. Nesse contexto, a doença pode evoluir de forma silenciosa, dificultando o diagnóstico precoce e favorecendo o desenvolvimento de complicações cardiovasculares ao longo do tempo.

Os achados desta revisão evidenciam que a hipertensão nessa população é resultado de uma complexa interação entre fatores clínicos e comportamentais. Elementos como sedentarismo, alimentação inadequada, estresse e alterações metabólicas desempenham papel central no desenvolvimento da condição. Além disso, fatores psicossociais e aspectos socioeconômicos também influenciam diretamente tanto o surgimento quanto a progressão da doença, reforçando seu caráter multifatorial.

Outro ponto relevante refere-se às dificuldades no rastreamento e na identificação precoce da hipertensão em jovens. A baixa percepção de risco, associada à menor procura por

serviços de saúde, contribui para o subdiagnóstico e atraso no início do tratamento. Dessa forma, estratégias voltadas à triagem precoce e à educação em saúde tornam-se fundamentais para reduzir o impacto da doença nessa população.

Apesar da relevância dos achados, esta revisão apresenta limitações, entre as quais destaca-se a heterogeneidade dos estudos incluídos, com diferentes metodologias e enfoques, além da predominância de análises direcionadas a fatores isolados, sem uma abordagem integrada dos determinantes clínicos e comportamentais. Tais aspectos podem limitar a generalização dos resultados e evidenciam a necessidade de estudos mais abrangentes sobre o tema.

Diante disso, destaca-se a importância de uma abordagem multidisciplinar no manejo da hipertensão arterial em adultos jovens, considerando não apenas os aspectos clínicos, mas também os fatores comportamentais, emocionais e sociais envolvidos. Intervenções precoces, com foco na promoção de hábitos de vida saudáveis e no acompanhamento contínuo, são essenciais para prevenir a progressão da doença e reduzir o risco de complicações futuras.

Portanto, reforça-se a necessidade de maior atenção por parte dos profissionais de saúde em relação a essa população, com o desenvolvimento de estratégias específicas de prevenção, diagnóstico e tratamento. A compreensão dos determinantes associados à hipertensão em adultos jovens pode contribuir significativamente para a melhoria da prática clínica e para a redução do impacto das doenças cardiovasculares ao longo da vida.

**Conflito de Interesse:** Os autores afirmam que não há conflitos de interesse nesta pesquisa.

**Financiamento:** O financiamento deste trabalho foi realizado por meios próprios dos autores.

## REFERÊNCIAS

ARMARIO, P.; HERNÁNDEZ DEL REY, R.; PONT, F.; ALONSO, A.; TRESERRAS, R.; PARDELL, H. Resposta da pressão arterial ao estresse mental em pacientes jovens com hipertensão arterial limite ou leve. **Clínica Médica (Barcelona)**, v. 102, n. 17, p. 647-651, 1994.

CAMPANA, E. M. G. et al. Pressão arterial na adolescência, adipocinas e inflamação no adulto jovem: estudo do Rio de Janeiro. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 102, n. 1, p. 60–69, 2014. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/abc/a/sBczm7LZhQTXZLWhGyWMGGN/?lang=pt>. Acesso em: 2 jun. 2026.

COLEDAM, D. H. C. et al. O sobrepeso e a obesidade não estão associados com a pressão arterial elevada em jovens praticantes de esportes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 12, p. 4051–4060, 2017. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csc/a/LkKH8jrTm7xZTZYMVPr63Zv/?lang=pt>. Acesso em: 2 jun. 2026.

CORTÉS FERNÁNDEZ, M. S.; MARTÍN-CASTILLEJOS, C.; ARMARIO, P. Crise hipertensiva e alteração brusca da visão em paciente jovem. **Hipertensión y Riesgo Vascular**, v. 33, n. 3, p. 111-113, 2016. DOI: 10.1016/j.hipert.2015.12.004.

DE LENA DE RUÓTOLO, S.; RINALDI, G. J.; ALMIRÓN, M. A.; GENDE, O. A.; CINGOLANI, H. E. Considerações sobre a definição de hipertensão arterial a partir de um estudo de prevalência em jovens. **Medicina (Buenos Aires)**, v. 52, n. 2, p. 119-130, 1992.

ENNIS, I. L.; GENDE, O. A.; CINGOLANI, H. E. Prevalência de hipertensão arterial em estudantes jovens. **Medicina (Buenos Aires)**, v. 58, n. 5, p. 483-491, 1998.

FARAH, B. Q. Variabilidade da frequência cardíaca como indicador de risco cardiovascular em jovens. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 115, n. 1, p. 59–60, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abc/a/bphZ7NFc5rkbncbdfwh3fzL/?lang=pt>. Acesso em: 2 jun. 2026.

LÓDOLO, A. O.; LÓDOLO, N. O.; ESTARIO, J. C.; MARTÍNEZ, F.; CORREA ZALAZAR, C. L.; BUTELER RIU, H. Detecção precoce da hipertensão arterial em jovens universitários. **Revista de la Facultad de Ciencias Médicas (Universidad Nacional de Córdoba)**, v. 42, n. 2, p. 6-8, 1984.

MARTINS, J. A. A. et al. The impact of anxiety on patients referred for transesophageal echocardiography. **ABC Imagem Cardiovascular**, v. 38, n. 2, p. e20250005, 2025.

Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2675-312X2025000200102](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2675-312X2025000200102) (pt). Acesso em: 2 jun. 2026.

PARDONO, E. et al. Post-exercise hypotension of normotensive young men through track running sessions. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 21, n. 3, p. 192–195, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/mZh4GwgQP93Tm3sNRx8Y5xB/?lang=en>. Acesso em: 2 jun. 2026.

ROBLES, N. R.; DOMÍNGUEZ TRISTANCHO, M. I.; CANCHO, B.; SÁNCHEZ CASADO, E. Monitorização ambulatorial da pressão arterial em pacientes jovens. **Anales de Medicina Interna**, v. 18, n. 6, p. 305-308, 2001.

SERRANO MARTÍNEZ, M.; ARRIOLA APERRIBAY, E.; FERNÁNDEZ CARBALLAL, C.; HERNÁEZ RODRÍGUEZ, R.; PRADO SANTAMARÍA, M.; MARTÍNEZ-LOSA, E. Diferencias entre pacientes jovens e idosos em um protocolo de diagnóstico e acompanhamento de hipertensão arterial. **Atención Primaria**, v. 26, n. 2, p. 86-90, 2000. DOI: 10.1016/S0212-6567(00)78616-1.

SILVA, D. A. S. et al. Pressão arterial elevada em adolescentes: prevalência e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 11, p. 3391–3400, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/8ttgxGc3PhxhLzLFgcxJvPP/?lang=pt>. Acesso em: 2 jun. 2026.

SILVA, F. A. C. C. et al. Socioeconomic status and cardiovascular risk factors in young adults: a cross-sectional analysis of a Brazilian birth cohort. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, p. e200001, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/NFrYVG5ZDBg7GW7HnVXg47D/?lang=en>. Acesso em: 2 jun. 2026.

SOLER, M. J.; PARRILLA, J.; VÁZQUEZ GONZÁLEZ, S.; ORFILA, A.; LLOVERAS, J. Hipertensão arterial maligna em adulto jovem. **Nefrología**, v. 24, supl. 3, p. 81-84, 2004.

WENZEL, D.; SOUZA, J. M. P.; SOUZA, S. B. Prevalência de hipertensão arterial em militares jovens e fatores associados. **Revista de Saúde Pública**, v. 43, n. 5, p. 789–795, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/W56fLwQ6MFZHnB73HrGXf4B/?lang=pt>. Acesso em: 2 jun. 2026.