

## O ESTRESSE COMO UM FATOR DE RISCO CARDIOVASCULAR

V Congresso Nacional Online de Clínica Médica, 5<sup>a</sup> edição, de 05/08/2024 a 07/08/2024  
ISBN dos Anais: 978-65-5465-113-4

**COSTA; Marília Gabriela Silveira<sup>1</sup>, NASCIMENTO; Alice Barbosa<sup>2</sup>, PASSOS; Mariana Siqueira<sup>3</sup>,  
PIONÓRIO; Nayna Passos Barreto Alcântara<sup>4</sup>**

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** O estresse é definido como algo que ameaça o bem-estar do indivíduo, ele pode funcionar como combustível para a exacerbção da arteriosclerose, da disfunção endotelial e de alterações neuroendócrinas aumentando, dessa forma, o risco cardiovascular. Nesse contexto, o estresse atinge cerca de 90% da população através de formas variadas e o Brasil é apontado como o segundo país do mundo que mais sofre com esse fator. **OBJETIVO:** Avaliar, através de pesquisas científicas, a associação do estresse como um fator de risco para doenças cardiovasculares. **MÉTODO:** O estudo teve como respaldo 14 artigos científicos disponíveis nas bases de dados MEDLINE, LILACS e SCIELO, publicados no período de 2020 a 2024. **RESULTADOS:** Desse modo, destacou-se nas pesquisas feitas que a exposição a eventos estressantes é um potencial fator de risco para doenças cardiovasculares (DCV). Estudos realizados enaltecem o envolvimento fisiológico do estresse crônico com o sistema cardiovascular, em que a hiper-reatividade do Sistema Nervoso Simpático (SNS) e disfunção do eixo Hipotálamo-Pituitária-Adrenal (HPA) resultam em alterações neuroendócrinas no organismo e eventos cardíacos durante a exposição contínua ao stress mental como taquicardia e aumento da pressão arterial, com consequente aumento do risco para desenvolvimento de doenças cardiovasculares. **CONCLUSÃO:** Dessa forma, o estresse assim como hábitos de vida inadequados aceleram e agravam os processos fisiopatológicos das doenças cardiovasculares. Para prevenir as DCV, torna-se necessário o fortalecimento das medidas de proteção e de promoção da saúde, especialmente aquelas que promovem os hábitos de vida saudáveis.

**PALAVRAS-CHAVE:** ESTRESSE, CARDIOVASCULAR, FATORES DE RISCO

<sup>1</sup> UNIT, marilia567@gmail.com

<sup>2</sup> UNIT, alicebnasc@hotmail.com

<sup>3</sup> UNIT, mari.passos@hotmail.com

<sup>4</sup> UFS, naynapassos@hotmail.com