



Introdução

As doenças cardiovasculares (DCV), representadas pelo infarto agudo do miocárdio e pelo acidente vascular cerebral, são causadas, principalmente, pelo acúmulo de gordura nas paredes internas dos vasos sanguíneos que irrigam o coração ou o cérebro, o que caracteriza a aterosclerose. Essa se instala a partir de uma combinação de fatores de risco, que podem ou não ser modificados. Os fatores de risco comportamentais - tais como: dietas inadequadas, sedentarismo, uso de tabaco e uso nocivo de álcool - e os fatores de risco metabólicos - representados pela hipertensão arterial sistêmica, diabetes, dislipidemias e obesidade - podem ser modificados. Estes, por meio de intervenções direcionadas, medicamentosas ou não, e aqueles, por meio de mudanças no estilo de vida. No cenário atual, outros determinantes têm sido incluídos no grupo dos fatores de risco para as DCV, a exemplo disso, citam-se as alterações mentais representadas pelo estresse e condições psicológicas, como a depressão e a ansiedade. Embora a manifestação de DCV esteja relacionada, preferencialmente, ao grupo etário de 60 anos ou mais, o início da exposição aos fatores de risco que desencadeiam as DCV acontece quando o indivíduo ainda é jovem. Isso porque a aterosclerose, que é o principal mecanismo que conduz às DCV, começa a se desenvolver na adolescência e progride lentamente ao longo das décadas, obstruindo gradualmente a luz arterial, e terminando por manifestar-se clinicamente como uma das DCV no indivíduo com mais idade. Diante disso, estratégias que visem a mudança de hábito devem ter como público-alvo indivíduos de todas as faixas etárias, incluindo crianças, adolescentes e indivíduos jovens. Neste sentido, as universidades são locais estratégicos para trabalhar a prevenção dos fatores de risco para as DCV, pois vinculados a elas encontram-se estudantes, funcionários e professores que pertencem a faixas etárias variadas, possuem hábitos de vida diversos e estão expostos a situações estressantes específicas e peculiares.

Objetivo

Descrever o risco cardiovascular global e o estado mental de estudantes, professores e funcionários de uma universidade pública.

Materiais e métodos

Trata-se de um estudo observacional, descritivo, cuja amostra foi composta por alunos, professores e funcionários, com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos. Esta pesquisa foi realizada em uma instituição de ensino superior de Minas Gerais. A instituição é uma universidade pública, com três campus e cerca de 20 mil estudantes e 3.500 funcionários, incluindo funcionários técnico-administrativos e professores. A amostra foi selecionada a partir da população que mantinha algum vínculo acadêmico ou empregatício com a instituição de ensino. Adotou-se como critério de inclusão: indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos. Foram excluídos os indivíduos que não apresentaram completude no preenchimento dos dados necessários ao cálculo do risco cardiovascular em dez anos, por meio do Escore de Framingham, e dos questionários empregados para avaliação do estado mental. A amostra foi organizada em três grupos, estabelecidos de acordo com vínculo mantido pelo indivíduo com a instituição de ensino. O primeiro grupo foi constituído por estudantes, tanto da graduação, quanto da pós-graduação; o segundo, por professores e o terceiro, por funcionários técnico-administrativos. Toda a população vinculada à instituição foi convidada a participar da pesquisa. Ao final do período estabelecido para a coleta de dados, cerca de 1000 indivíduos haviam respondido à pesquisa, porém apenas 247, a responderam de forma completa. Previamente à execução da pesquisa, cada participante concordou em participar, aceitando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A coleta de dados foi realizada durante os meses de agosto e setembro de 2021, utilizando-se um questionário online, contemplando os dados necessários para o cálculo do risco cardiovascular global, pelo Escore de Framingham e por três instrumentos de triagem do estado mental: o Inventário de depressão de Beck (BDI), o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) e o Self-Reporting Questionnaire (SQR-20). Foram aplicados métodos estatísticos de acordo com as características dos dados, para investigar as possíveis diferenças estatísticas entre os parâmetros estudados, considerando o sexo, a faixa etária e a atividade acadêmica.

Resultados

Participaram do estudo 247 indivíduos, 171 (69,2%) do sexo feminino e 76 (30,8%) do sexo masculino. Em relação à idade, 120 (48,6%) tinham menos de 30 anos, 118 (47,8%), entre 30 e 60, e 9 (3,6%), mais de 60 anos. Foram 157 (63,3%) alunos, 49 (19,8) professores e 41 (16,6%) funcionários. As participantes do sexo feminino apresentaram menor risco de desenvolver doença cardiovascular em 10 anos ($p < 0,001$), maiores escores de ansiedade ($p < 0,001$), depressão ($p < 0,001$) e sofrimento mental ($p < 0,001$) quando comparadas aos participantes do sexo masculino. Na estratificação por faixa etária, dicotomizando por gênero, os indivíduos com menos de 30 apresentaram também menor risco de desenvolver doença cardiovascular em 10 anos ($p < 0,001$), maiores escores de ansiedade ($p = 0,003$), depressão ($p = 0,007$) e sofrimento mental ($p = 0,004$) quando comparados aos participantes com idade maior ou igual a 30 anos, independente do sexo. Os parâmetros idade, índice de massa corporal, colesterol total, LDL e triglicérides foram significativamente mais elevados em professores e funcionários quando comparados aos estudantes ($p < 0,01$). No entanto, escores significativamente maiores de depressão, ansiedade e sofrimento mental foram observados nos estudantes, quando comparados aos funcionários e professores ($p < 0,001$). Em adição, o grupo de professores apresentou o maior risco de DCV em 10 anos do que funcionários e estudantes ($p < 0,001$). Este estudo investigou a prevalência de fatores de risco cardiovascular e estado mental entre estudantes e funcionários de uma universidade pública e, dentre os resultados, observou-se que o risco cardiovascular é baixo em toda a amostra e que o estado mental é mais comprometido em estudantes, principalmente do sexo feminino, do que em professores e funcionários. A avaliação da amostra geral sugere que o sexo feminino apresenta maior interesse em participar de pesquisas relacionadas à saúde, os integrantes de centros acadêmicos que lidam com saúde e tecnologia apresentam maior interesse em participação devido à familiaridade e conhecimento sobre o assunto. O estudo sugere ainda que o risco de DCV é baixo na maioria dos participantes, visto que as classificações eutrófico, não-tabagista ativo, não-diabético, não-hipertenso e fisicamente ativo abrangem a maior parte da amostra. Quando a amostra foi estratificada pelo sexo, foi perceptível que quase todas as variáveis apresentaram diferença estatisticamente significativa. A título de relevância, os marcadores de saúde mental nas mulheres foram significativamente maiores, com pelo menos 50% dos participantes podendo ser classificados como portadores de distúrbio leve do humor, ansiedade leve e sofrimento mental. Conclusões: As mulheres apresentam maiores escores para distúrbios de saúde mental comparadas aos homens. Quanto menor a idade, maiores os escores para distúrbio de humor, ansiedade e sofrimento mental, independente do sexo. O risco de DCV em 10 anos não apresentou correlação com os marcadores de saúde mental na amostra estudada.

Referências

- FIUZA-LUCES, Carmen; SANTOS-LOZANO, Alejandro; JOYNER, Michael; CARRERA-BASTOS, Pedro; PICAZO, Oscar; ZUGAZA, José L.; IZQUIERDO, Mikel; RUILOPE, Luis M.; LUCIA, Alejandro. Exercise benefits in cardiovascular disease: beyond attenuation of traditional risk factors. *Nature Reviews Cardiology*, [S.L.], v. 15, n. 12, p. 731-743, 16 ago. 2018. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1038/s41569-018-0065-1>.
- PAULITSCH, Renata Gomes; DUMITH, Samuel Carvalho; SUSIN, Lulie Rosane Odeh. Simultaneidade de fatores de risco comportamentais para doença cardiovascular em estudantes universitários. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, [S.L.], v. 20, n. 4, p. 624-635, dez. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1980-5497201700040006>.
- SANCHES, Andrea; COSTA, Rafaela; MARCONDES, Fernanda Klein; CUNHA, Tatiana Sousa. Relationship among stress, depression, cardiovascular and metabolic changes and physical exercise. *Fisioterapia em Movimento*, [S.L.], v. 29, n. 1, p. 23-36, mar. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0103-5150.029.001.a002>