

## **ALIMENTAÇÃO NÃO SAUDÁVEL E HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NA INFÂNCIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

**HAACK, C. M.<sup>[1]</sup>; PERUZZO, G. J. J. J.<sup>[1]</sup>; DA ROSA, B. D.<sup>[1]</sup>; DIAS, A. C. A.<sup>[1]</sup>;  
WITZEL, J. C.<sup>[1]</sup>; KARLINSKI, M.<sup>[1]</sup>; PEREIRA, R. D. J.<sup>[1]</sup>;  
LEITE, H. M.<sup>[2]</sup>**

### **RESUMO**

A alimentação saudável na infância é crucial para o desenvolvimento infantil, sendo fator protetivo para distúrbios metabólicos e doenças crônicas, em contrapartida, uma alimentação não saudável está interligada no desencadeamento dessas comorbidades. A hipertensão arterial sistêmica (HAS) foi considerada uma doença adulta por um período considerável, contudo atualmente, nota-se prevalência desde a infância. O artigo teve como objetivo investigar e relacionar a alimentação não saudável com o risco de desenvolvimento de hipertensão arterial sistêmica na infância. Foi realizada uma revisão sistemática da literatura que incluiu estudos longitudinais, transversais e de caso-controle, excluindo relatos de caso, editoriais e revisões. A pesquisa foi realizada nos bancos de dados BIREME e PUBMED, limitando-se a artigos em português e inglês publicados nos últimos 10 anos. Os participantes eram crianças de 2 a 12 anos. Incluíram-se os estudos que investigaram o consumo de alimentos como sal, alimentos de alta densidade energética, ultraprocessados e bebidas açucaradas. Os critérios utilizados para determinação de HAS na infância foram os valores de pressão arterial sistólica e/ou diastólica iguais ou superiores ao percentil 95 para sexo, idade e percentil da altura, aferida em três ou mais ocasiões diferentes. Foram encontrados 648 estudos, dos quais 41 foram lidos integralmente. Coletaram-se as seguintes informações dos estudos incluídos: delineamento, população, forma de avaliação alimentar, resultados de hipertensão e principais resultados. A análise foi feita de forma descritiva em uma planilha. Os estudos mostram uma forte relação entre os fatores dietéticos específicos e o desenvolvimento de HAS infantil. A prevalência de hipertensão em crianças variou, com alguns estudos indicando até 10,07% de hipertensão e 20,2% de pré-hipertensão. O consumo excessivo de sal, *fast food* e bebidas açucaradas, além da ingestão frequente de *junk food*, é significativamente associado à elevação da pressão arterial. Crianças com hipertensão tendem a ter hábitos alimentares com maior consumo de sal, especialmente em áreas rurais e entre meninos. Dietas ricas em sal, açúcares e alimentos ultraprocessados aumentam a prevalência de HAS, e podem contribuir para o desequilíbrio dietético. Portanto, promover hábitos alimentares saudáveis desde a infância é essencial para prevenir esse desfecho e os riscos cardiovasculares durante o desenvolvimento infantil até a fase adulta. A partir disso foi possível concluir que a alimentação saudável atua como fator protetivo para a hipertensão arterial sistêmica e melhora a saúde cardiovascular a longo prazo.

**Palavras-chave:** Alimentação; Hipertensão; Crianças; Revisão Sistemática.

**Área do Conhecimento:** Ciências da Saúde.

**Origem:** Pesquisa.

**Instituição Financiadora/Agradecimentos:** NSA.

**Aspectos Éticos: NSA**

---

- [1] Carolina Maliska Haack. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. Endereço eletrônico: [carolina.haack@estudante.uffs.edu.br](mailto:carolina.haack@estudante.uffs.edu.br).
- [1] Gláucan Jean Jerry Joubert Peruzzo. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. Endereço eletrônico: [glaucan@estudante.uffs.edu.br](mailto:glaucan@estudante.uffs.edu.br).
- [1] Betina Drehmer da Rosa. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. Endereço eletrônico: [betina.rosa@estudante.uffs.edu.br](mailto:betina.rosa@estudante.uffs.edu.br).
- [1] Ana Cristina Almeida Dias. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. [anacristina.dias@estudante.uffs.edu.br](mailto:anacristina.dias@estudante.uffs.edu.br).
- [1] Janaína Concatto Witzel. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. Endereço eletrônico: [janainawitzel@estudante.uffs.edu.br](mailto:janainawitzel@estudante.uffs.edu.br).
- [1] Mariana Karlinski. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. Endereço eletrônico: [mariana.karlinski@estudante.uffs.edu.br](mailto:mariana.karlinski@estudante.uffs.edu.br).
- [1] Ramon De Jesus Pereira. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. Endereço eletrônico: [ramon.pereira@estudante.uffs.edu.br](mailto:ramon.pereira@estudante.uffs.edu.br).
- [2] Heloísa Marquardt Leite. Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul - *Campus* Chapecó. [heloisa.leite@uffs.edu.br](mailto:heloisa.leite@uffs.edu.br)