

NÍVEL DE ADIPOSIDADE VISCERAL COMO INDICADOR PARA PREVALÊNCIA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS FREQUENTADORES DE UMA PARÓQUIA EM BELÉM/PA

Rayanna Leticia dos Santos Leite¹; Réia Sílvia Lemos²; Samara da Silva Queiroz³;
Thaís Franco dos Santos⁴; Walyson Santos de Souza⁵

¹Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Doutorado, UFPA;

³Graduando, UFPA;

⁴Graduando, UFPA;

⁵Graduação, UFPA

r.leticialeite@gmail.com

Introdução: O atual estilo de vida da população mundial indica acentuada predisposição para aumento de peso devido a alimentação inadequada e hábitos de risco que contribuem para o desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Com o processo de envelhecimento, diversas alterações ocorrem no indivíduo idoso e é comum o desenvolvimento de algumas complicações, tais como a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS). A HAS se caracteriza como uma doença crônica multifatorial, na qual os níveis de pressão arterial (PA) mantêm-se elevados ≥ 140 e/ou 90 mmHg, e o seu agravamento está relacionado a fatores de risco, como Dislipidemias, Diabetes Mellitus e Obesidade, sendo assim, a prevenção destes fatores auxilia no controle dos níveis pressóricos¹. Na população geriátrica também se observam muitas mudanças na constituição de gordura corporal, como diminuição da massa magra, aumento da adiposidade e uma tendência a redução do tecido adiposo periférico e aumento de adiposidade central. O excesso de gordura corporal pode ocasionar consequências maléficas à saúde do idoso, nesse contexto, as medidas antropométricas auxiliam no monitoramento do estado nutricional, no entanto, apenas o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) não é suficiente para avaliar a distribuição de gordura corporal, além de ser pouco preciso em idosos. A avaliação da gordura abdominal é importante no diagnóstico de sobrepeso e obesidade, pois a gordura visceral é um fator de risco para doenças cardiovasculares. Uma das medidas antropométricas que indica a distribuição de gordura visceral é a Circunferência da Cintura (CC), sendo considerada um importante parâmetro de avaliação nutricional em idosos^{2,3}. **Objetivos:** Utilizar parâmetros antropométricos, como a circunferência da cintura, para verificar a relação entre o nível de adiposidade visceral e a prevalência de hipertensão arterial sistêmica em idosos de uma paróquia localizada em Belém/PA. **Métodos:** Estudo transversal, descritivo, realizado no período de Janeiro de 2016 a Julho de 2017 durante atividades de extensão voluntária com idosos frequentadores do Núcleo de Convivência da Pastoral da Pessoa Idosa de uma Paróquia no bairro do Guamá, em Belém-Pa. No que se refere aos aspectos éticos da pesquisa, a mesma atende as exigências da Resolução CNS nº 466, de 12 de dezembro de 2012, submetida à Plataforma Brasil, na qual recebeu autorização sob CAAE nº 56210016.5.0000.0018. Aos respondentes foi explicitado o objetivo da pesquisa e concordando em participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O instrumento de pesquisa aplicado foi um questionário estruturado com perguntas fechadas sobre dados sociodemográficos e condições de saúde, pesquisou-se também algumas variáveis antropométricas como: peso e altura para verificação IMC que seguiu as diretrizes da Organização Pan-americana de Saúde (OPAS)⁴ e alguns perímetros corporais, como a circunferência da cintura, que obedece a classificação da Organização Mundial de Saúde (OMS)⁵. Os dados coletados foram registrados e analisados em planilha eletrônica do Microsoft

Excel® 2013. **Resultados e Discussão:** A pesquisa contou com uma amostra de 80 idosos, no qual houve prevalência do sexo feminino representando 85% desta amostra (n=68). A faixa etária variou de 60 a 93 anos, sendo predominante a faixa de 60 a 69 anos, considerados “idosos jovens”, que corresponderam a 47,5% dos idosos do estudo (n=38). Quanto ao estado civil, observou-se maior frequência de viúvos 38% (n=31); seguidos por solteiros 34% (n=27) e casados 25% (n=20). Em relação à escolaridade, houve prevalência de idosos com ensino fundamental incompleto, 50% (n=40). Quanto aos aspectos econômicos, a maior parte dos idosos recebe alguma forma de benefício do governo, sendo geralmente aposentadoria, e representando 71% (n=57). Contudo, 74% se mantêm com, no máximo, 1 salário mínimo por mês (n=59). Em relação aos parâmetros antropométricos para avaliação do estado nutricional, na avaliação do IMC observou-se o predomínio de eutrofia, 39% (n=31), seguido de sobrepeso 36% (n=29) e desnutrição/baixo peso 18,5% (n=15). Quanto à Circunferência da Cintura (CC) para avaliação da gordura subcutânea, 85% dos idosos apresentaram risco aumentado ou muito aumentado para desenvolvimento de doenças cardiovasculares (n=68) e apenas 15% não apresentaram riscos (n=12). Em relação à pressão arterial, 64% dos idosos apresentaram alterações na pressão no momento de verificação (n=51) e 36% apresentaram valores adequados (n=29). Dentre os participantes do estudo, 74% relataram fazer uso de algum medicamento para hipertensão (n=59). Dentre os idosos que apresentaram níveis pressóricos adequados 36% (n=29), 72% (n=21) haviam utilizado anti-hipertensivos, o que pode ter ocasionado alterações no resultado do exame, normalizando a pressão desses idosos. Por fim, dos 80 idosos participantes, 74% apresentam hipertensão (n=59) e 16% apresentaram níveis pressóricos alterados no momento de verificação, porém, ainda sem diagnóstico confirmado de HAS (n=13), resultando em alterações dos níveis pressóricos de 90% dos participantes (n=72). A partir de tais dados, é possível fazer correlações entre os níveis de gordura visceral e as alterações na pressão arterial destes idosos. Dos idosos com pressão arterial alterada (n=72), 84% possuem risco aumentado para doenças cardiovasculares, por meio da circunferência da cintura (n=61). Dentre o total de idosos, 34% foram classificados com risco aumentado para doenças cardiovasculares e apresentam, simultaneamente, sobrepeso e hipertensão (n=27). Além disso, todos os idosos com sobrepeso também possuem circunferência da cintura acima da média permitida (n=29), fato importante, pois a associação do IMC e da CC, ambos alterados, aumenta as chances de ocorrência de HAS2. Tais dados corroboram com os achados na literatura, que indicam a obesidade como fator de risco para o aumento dos níveis pressóricos dos indivíduos, sendo o IMC e a CC ótimos parâmetros antropométricos para determinar a distribuição de gordura em idosos, quando utilizados simultaneamente². **Conclusão:** O nível de adiposidade visceral se apresenta como fator de risco para desenvolvimento da HAS e doenças cardiovasculares. O estudo demonstrou a forte relação entre o nível de gordura intra-abdominal e as alterações dos níveis pressóricos, ocasionando a prevalência de HAS. A terceira idade é um grupo populacional que necessita de maiores cuidados a saúde, sendo imprescindível o monitoramento contínuo das condições de saúde desses indivíduos. Nesse contexto, o profissional nutricionista tem grande importância no monitoramento e na recuperação do estado de saúde desses indivíduos, realizando triagem nutricional adequada, fazendo uso de parâmetros antropométricos associados, utilizando educação nutricional individualizada, a fim de corrigir erros alimentares; na prescrição de planos alimentares que ajudem na manutenção do peso adequado e que possibilitem meios de tratamentos para DCNTs, fatores que associados à estratégias de outros profissionais de saúde possam garantir melhor assistência e qualidade de vida a este público.

Descritores: Saúde do Idoso, Gordura Visceral, Hipertensão Arterial Sistêmica.

Referências:

1. Malachias MVB, Souza WKS, Plavnik FL, Rodrigues CIS, Brandão AA, Neves MFT, et al. 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. *Arq Bras Cardiol* 2016; 107(3Supl.3):1-83.
2. Previato HDRA, Dias APV, Nemer ASA, Nimer M. Associação entre índice de massa corporal e circunferência da cintura em idosos, Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil. *Nutr. clín. diet. hosp.* 2014; 34(1):25-30.
3. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica Diretrizes brasileiras de obesidade 2016 / ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. 4.ed. 2016: 33-34.
4. Organización Panamericana de la Salud. Encuesta multicéntrica Salud Bienestar y Envejecimiento (SABE) en América Latina y el Caribe: informe preliminar. 92p. XXXVI Reunión del Comité Asesor de Investigaciones en Salud, Kingston – Jamaica, 9-11 jul 2001. Washington/D.C: OPAS. 2001.
5. World Health Organization. “Obesity: preventing and managing the global epidemic”. WHO Technical Report Series. Geneva, 1998.