

# AVALIAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E CLASSIFICAÇÃO DA CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA COMO FATOR DE RISCO NUTRICIONAL E CARDIOVASCULAR, EM UMA AÇÃO EM SAÚDE NO MUNICÍPIO DE ANANINDEUA-PA

Juliana Almeida de Almeida<sup>1</sup>; Nadja Lobato da Silva<sup>2</sup>; Danielle Sales Santos<sup>3</sup>; Mariana Santos Correia Rodrigues<sup>4</sup>; Cleonisce Alves da Silva<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

<sup>2</sup>Especialização em Oncologia, UFPA;

<sup>3</sup>Graduando, UFPA;

<sup>4</sup>Graduando, UFPA;

<sup>5</sup>Graduando, UFPA

jualmeidah6@gmail.com

**Introdução:** Alterações nos padrões alimentares e o uso de maior quantidade de alimentos processados e ultraprocessados resultaram no aumento dos alimentos com maior concentração de sódio, gorduras e adoçantes, e no decréscimo do consumo de alimentos básicos como frutas, vegetais e grãos integrais<sup>1</sup>. As mudanças dietéticas afetaram a nutrição e já estão refletindo nas atuais preocupações com o peso e com o desequilíbrio nutricional<sup>1</sup>. O ganho de peso elevado surge como resultado de alterações genéticas ou de um desequilíbrio entre o balanço energético gerado a partir de o consumo alimentar e prática de atividade física, isso predispõe o organismo a doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), em que tem como principais causas a mortalidade precoce e custos elevados tanto para o indivíduo quanto para o sistema público de saúde; essas doenças podem ocorrer por influências psicológicas, culturais e fisiológicas<sup>1,2</sup>. Há uma relação direta da obesidade com doenças inflamatórias como as cardiovasculares, alguns tipos de câncer e diabetes mellitus tipo 2, e consumo excessivo de álcool<sup>1,2</sup>. A privação do sono pode modificar a quantidade, composição e distribuição da ingestão de alimentos e contribuir para obesidade. A variedade de alimentos industrializados com preços mais acessíveis e maior praticidade podem contribuir para uma maior ingestão de calorias. Os indivíduos tendem a comer mais quanto maior a oferta e a diversidade, do que quando há apenas um alimento disponível. O excesso de peso é o estado em que a massa corporal excede um padrão, baseado na estatura, contribuindo para uma condição de gordura excessiva. Quando a circunferência da cintura (CC) e o percentual de gordura são altos, situações de insuficiência cardíaca e outros riscos associados à obesidade podem instalar-se; a CC tem forte correlação em idosos com o índice de sensibilidade à insulina.

**Objetivos:** Demonstrar o estado nutricional de acordo com o Índice de Massa Corporal (IMC) e a frequência de risco cardiovascular, a partir da circunferência da cintura (CC)

**Descrição da Experiência:** Trata-se de um relato de experiência do tipo descritivo e analítico com dados coletados a partir de uma ação em saúde realizada na Praça do Complexo do Conjunto Cidade Nova VIII em Ananindeua-PA, no dia 19 de Agosto de 2017 tendo como tema: “Aleitamento materno, saúde da mulher e osteoporose: o que preciso saber?”, com duração de 6 horas, em que teve como principal público adultos e idosos de ambos os sexos. Além dos temas abordados como aleitamento materno, saúde da mulher e osteoporose, a equipe de acadêmicas de nutrição realizou avaliação nutricional, utilizando os seguintes parâmetros, peso, altura e CC para adultos e para os idosos foram os mesmos parâmetros mais a circunferência da panturrilha. Foi utilizada uma ficha para classificações de: IMC, Circunferência da Panturrilha e circunferência da Cintura. Para avaliação antropométrica utilizou-se: balança digital e estadiômetro portáteis para verificar peso e altura, respectivamente, e a fita inelástica antropométrica para aferição das circunferências. A partir do peso e da altura, calculou-se o índice de

massa corpórea (IMC) pela divisão do peso (kg) pelo quadrado da estatura (m). Os valores do IMC foram classificados segundo World Health Organization (1995)<sup>3</sup>. A CC foi analisada a partir dos pontos de corte em relação ao risco de desenvolvimento de complicações metabólicas e adiposidade abdominal, sugeridos pela Organização Mundial da Saúde<sup>4</sup>. Foi considerado fatores de risco cardiovascular a CC acima de 80 cm para as mulheres e acima de 94 para os homens. O diagnóstico nutricional foi avaliado junto ao participante e este respondeu algumas perguntas sobre os seus hábitos alimentares, se praticava atividade física e sobre doenças ou intercorrências que portava, as acadêmicas realizaram orientações nutricionais e esclareceram dúvidas. Os dados antropométricos coletados foram analisados no Microsoft Excel®. **Resultados:** : Foram avaliados 30 indivíduos que participaram da ação, sendo que para variável idade, 60% eram adultos e 40% idosos. E para a variável sexo, 43% eram do sexo masculino e 57% do sexo feminino. O Diagnóstico Nutricional segundo classificação do IMC para adulto, percebeu-se que 27,78% dos adultos apresentaram eutrofia, 38,89% sobrepeso, 16,67% obesidade grau 1, 11,11% obesidade grau 2 e 5,56% obesidade grau 3. Os idosos, apenas 16,67% estavam com magreza, 41,67% apresentaram eutrofia e 41,67% classificados com sobrepeso. E para a classificação da circunferência da cintura de ambos os grupos etários, percebeu-se que 27% tinham a circunferência adequada e a 73% dos participantes estavam com a circunferência da cintura elevada. De acordo com os resultados analisados a maioria dos adultos e metade dos idosos estava com sobrepeso, o que reflete que hábitos alimentares impróprios e o sedentarismo, relatados por muitos participantes, podem estar contribuindo para o aumento do sobrepeso/obesidade, sendo estes fatores de risco para desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis e o risco cardiovascular. Observou-se que a maior parte da população que apresentou IMC elevado também teve risco cardiovascular. Um estudo de 2016 realizado com 138 indivíduos através de uma Ação educativa realizada em Belém-PA, que tinha como objetivo verificar a correlação entre o estado nutricional e o risco coronariano dos participantes atendidos na Ação, concluiu que mais da metade dos indivíduos estavam com sobrepeso/obesidade (63,77%) a avaliação nutricional segundo a circunferência da cintura mostrou que 57,97% estão com risco de desenvolver doenças cardiovasculares, os achados confirmam os resultados encontrados no presente estudo realizado em Ananindeua-PA. **Conclusão ou Considerações Finais:** O sobrepeso/obesidade foi evidenciada como fator de risco cardiovascular tanto para os idosos quanto para os adultos que participaram da ação em saúde em Ananindeua. Foram verificados que uma parcela considerável dos participantes estava acima do peso e com acúmulo de gordura abdominal que evidencia que estes grupos estão expostos a fatores de risco cardiovascular. Conclui-se que a ação em saúde contribuiu para conscientizar e orientar os participantes sobre os riscos e os graves que o sobrepeso/obesidade pode proporcionar, mostrando que a prevenção e bons hábitos alimentares podem prevenir doenças cardiovasculares e melhorar a qualidade de vida da população.

**Descritores:** Índice de Massa Corporal, Circunferência da Cintura, Risco Cardiovascular.

#### **Referências:**

1. Mahan, L. Kathleen; et al. Krause – Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 13ª edição, Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.
2. Vitolo, Márcia Regina. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. 2. Ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.

3. World Health Organization. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Geneva; 1995.
4. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Geneva; 1997.