

PESQUISA MOVIMENTA INOVAÇÃO. INOVAÇÃO MOVIMENTA O FUTURO.

XXVIII ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES E
X MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA

07 e 08 de OUTUBRO de 2020
UCS CAMPUS-SEDE - CAXIAS DO SUL



UCS
UNIVERSIDADE
DE CAXIAS DO SUL
PESSOAS EM
MOVIMENTO

**RELAÇÃO DE HIPERTENSÃO, DIABETES E OBESIDADE EM IDOSAS DO
PROGRAMA UCS SÊNIOR COM NUTRIENTES E ANTROPOMETRIA.**

NUTENV

Valéria Cristina Artico¹, Ricardo Reichenbach¹, Josiane Siviero²

¹Acadêmicos do curso de Medicina, bolsistas voluntários do projeto NUTENV da Universidade de Caxias do Sul- Medicina.
E-mail: vcartico@ucs.br e rreichenbach@ucs.br

² Docente da Universidade de Caxias do Sul – UCS
Doutora em Ciências da Saúde. Coordenadora NUTENV
E-mail: jsiviero@ucs.br

INTRODUÇÃO / OBJETIVO

A prevalência de diabetes mellitus tipo 2 (DM2), hipertensão arterial sistêmica (HAS) e obesidade em idosas é significativa no Brasil. Diante disso, identificar essa população é extremamente importante para orientação e manejo dessas doenças à fim de minimizar seus impactos a médio e longo prazo. Uma mudança de estilo de vida, com adequação dietética e controle do peso corporal, podem ser importantes aliados. O objetivo foi avaliar a prevalência de algumas doenças crônicas em idosas do Programa de extensão UCS Sênior e a relação com nutrientes e antropometria.

EXPERIMENTAL

Estudo transversal retrospectivo e descritivo com 130 idosas (≥ 60 anos) do Programa UCS Sênior. As variáveis foram obtidas através de entrevistas e avaliação antropométrica. Utilizou-se o recordatório alimentar de 24 horas para conhecer a alimentação; obteve-se o relato de serem portadoras de HAS, DM2 e diagnosticou-se obesidade. Avaliou-se peso, altura, índice de massa corporal (IMC) e circunferência abdominal (CA). Os dados foram analisados de acordo com o preconizado pelas Diretrizes Brasileiras referentes às patologias já mencionadas. Utilizou-se o Excel 14.0 para análise estatística.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As idosas hipertensas da amostra consomem 5% menos sódio que as não hipertensas e apenas 14% consomem mais sódio do que é recomendado. Quanto ao consumo quantitativo de micronutrientes preconizado pelas DRIS (*Dietary Reference Intakes*), há deficiência por parte dessa população. Referente aos macro nutrientes, das hipertensas 54% consomem o percentual de gordura preconizado, 60% o de carboidrato e 40% o recomendado para proteínas. Entre as diabéticas, 53% consomem os lipídeos, 67% os carboidrato e 33% as proteína de acordo com a diretriz. Entre as obesas, 49% consome o que é preconizado para gorduras, 40% para proteínas e apenas 22% para carboidratos tais dados estão explanados no gráfico 1.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

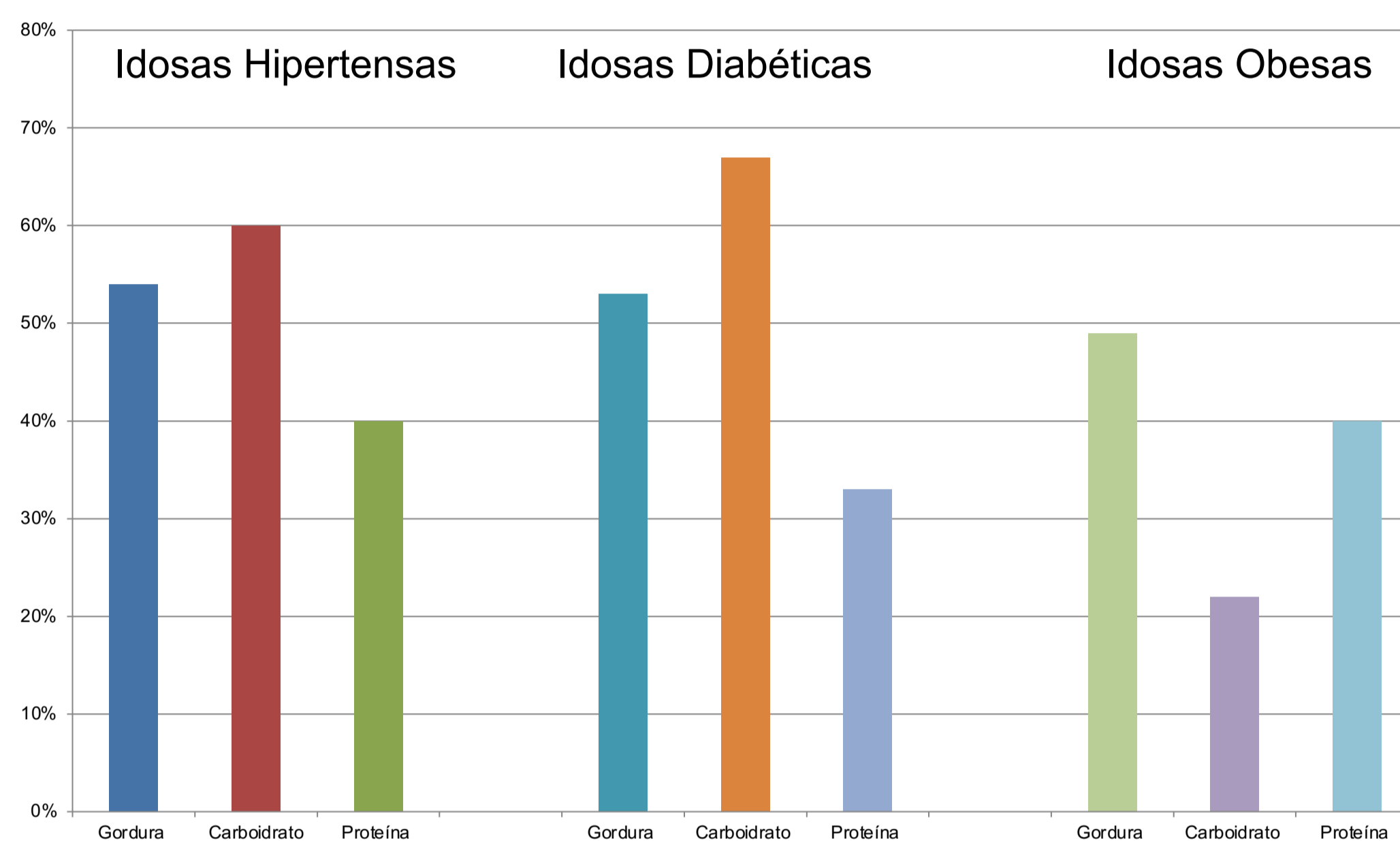


Gráfico 1

Referente às obesas e o consumo de macro nutrientes, a maioria apresenta um déficit na quantidade segundo as diretrizes. Mais de 80% das idosas da amostra não cumprem com o preconizado para a CA.

CONCLUSÕES

As idosas hipertensas frequentadoras do Programa UCS Sênior demonstram-se orientadas em relação ao consumo de sódio abaixo dos 2 gramas/dia. No entanto, observa-se que não houve, por parte da maioria das idosas da amostra, aderência ao consumo adequado de micro e macro nutrientes conforme preconizado pelas diretrizes de suas condições patológicas e DRIs. Com tais dados, é possível, direcionar uma atividade de orientação no programa UCS Sênior pautada sobre os principais déficits nutricionais, sendo pontual na correção de determinadas práticas alimentares.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CASTILHO, Ingrid. Hipertensão é diagnosticada em 24,7% da população, segundo a pesquisa Vigitel. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/45446-no-brasil-388-pessoas-morrem-por-dia-por-hipertensao#:~:text=Os%20novos%20dados%20Sistema%20de,5%25%20na%20faixa%20et%C3%A1ria%20de>. Acesso em: 17 maio 2019.
- DIRETRIZES BRASILEIRAS DE OBESIDADE. São Paulo: Roca, 2016
- DIRETRIZES DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. São Paulo: Clannad, 2019^a
- DIRETRIZ BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL. Rio de Janeiro: Roca, v. 7, n. 3, set. 2016
- WILLIAMS, Bryan et. al. ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension. Journal Of Hypertension, [S.L.], v. 36, n. 10, p. 1953-2041, out. 2018. Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health).
- AMERICAN DIABETES ASSOCIATION. 12. Older Adults: standards of medical care in diabetes.:2020. Diabetes Care, [S.L.], v. 43, n. 1, p. 152-162, 20 dez. 2019. American Diabetes Association
- GRAVINA, Claudia F.. Tratamento não-medicamentoso da hipertensão no idoso. Revista Brasileira de Hipertensão, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 33-36, set. 2006.