

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

**ALTERAÇÕES METABÓLICAS NA POPULAÇÃO ADULTA
BRASILEIRA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**MELINA SÁ DA SILVEIRA¹; RAYSSA PEREIRA DA ROCHA²; GISELE DE SOUSA
RODRIGUES³; ROBERTA FREITAS CELEDONIO**

¹Centro Universitário Fametro – Unifametro; melina.silveira@aluno.unifametro.edu.br;

²Centro Universitário Fametro – Unifametro; rayssa.rocha01@aluno.unifametro.edu.br;

³Centro Universitário Fametro – Unifametro; gisele.rodrigues01@aluno.unifametro.edu.br,
Centro Universitário Fametro – Unifametro; roberta.celedonio@professor.unifametro.edu.br.

Área Temática: NUTRIÇÃO CLÍNICA

Introdução: A Síndrome Metabólica (SM) é um transtorno composto por um conjunto de fatores de risco cardiovasculares que se manifesta em um indivíduo e aumentam as chances de desenvolver doenças cardíacas, derrames, diabetes Mellitus tipo 2 ocasionadas pelas alterações nos níveis de glicose, colesterol, triglicerídeos e o aumento da pressão arterial. Estudos evidenciam que com o passar dos anos a sua incidência aumenta, associada a obesidade, advinda da má alimentação e sedentarismo. **Objetivo:** Revisar na literatura a ocorrência de alterações metabólicas na população brasileira. **Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura de artigos científicos nacionais, em a busca foi realizada através das bases de dados Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), National Library of Medicine (PUBMED) e a Revista Brasileira de Epidemiologia. Para a escolha dos artigos, adotou-se como critérios de inclusão: artigos publicados nos últimos dez anos, na língua portuguesa, que tratassem da incidência das principais alterações metabólicas e os efeitos delas na população brasileira. Após a aplicação dos critérios, foram escolhidos cinco artigos. **Resultados:** Dentre as doenças metabólicas prevalentes, destaca-se a hipertensão arterial sistêmica (HAS) que representa o maior risco para desenvolvimento de doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral, infarto, aneurisma arterial e insuficiência renal. No Brasil, 90% dos casos são diagnosticados de forma tardia pela ausência de sintomas. Dos brasileiros maiores de 18 até 65 anos, que vivem nas capitais do país, 24,7% têm diagnóstico de hipertensão arterial, sendo mais prevalente em mulheres do que em homens. Os fatores de risco associados à HAS descritos na literatura abrangem a alimentação inadequada, a ingestão exacerbada de sódio, o consumo abusivo de álcool, a inatividade física e o excesso de lipídio na alimentação. Em estudo transversal de base populacional, da Política Nacional de Saúde (PSN) com dados de 2013 e 2019, realizado pelo IBGE em parceria com o

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

Ministério da Saúde, avaliou-se a incidência de hipertensão arterial em cinco grandes regiões geográficas nacionais, dos 26 estados da Federação e no Distrito Federal, em Unidades Primárias de Amostragem (UPA) e Sistema Integrado de Pesquisas Domiciliares (SIPD), verificou-se que em 2013, dentre 58.415 indivíduos incluídos na PNS, 12.500 referiram diagnóstico médico de HAS (21,4%); destes, 11.129 haviam se consultado por causa da doença nos últimos três anos. Em 2019, entre 88.736 incluídos, 23.851 referiram diagnóstico médico de HAS (26,9%), e destes, 19.107 haviam se consultado por esse motivo nos últimos três anos. O resultado da pesquisa demonstra que apesar da conscientização dos indivíduos sobre o acompanhamento médico da HAS, os índices vêm aumentando na população adulta. Além da HAS, no Brasil existe alta prevalência de diabetes mellitus tipo 2, e entre as complicações associadas, estão a neuropatia e a retinopatia, como as mais frequentes, sendo mais prevalentes entre as mulheres. Já no que se refere à prevalência de cegueira e incidência de pé diabético, amputação e nefropatia, foram superiores entre os homens. Em todas as pesquisas investigadas, a proporção de indivíduos que estavam em tratamento medicamentoso foi acima de 80%, sendo obtido, em sua maioria, pela rede pública. Quanto à atenção ao indivíduo com diabetes no Brasil, em geral, observou-se que problemas na qualidade da atenção, realização de exames e no acesso aos serviços de saúde resultam em maior incidência de complicações e em maior contingente de internações e idas a emergências. Além disso, outra alteração metabólica muito encontrada foi a hipertrigliceridemia, que é uma das dislipidemias mais prevalentes no adulto, sendo um fator de risco para cardiopatias devido ao efeito aterogênico das lipoproteínas ricas em triglicerídeos. O perfil dos pacientes com os exames de triglicerídeos alterados são os que ingerem excessos de calorias e possuem maior resistência à insulina. Ainda no que se refere à dislipidemia, estudos apontam evidências de que valores elevados de colesterol sérico aumentariam o risco de infarto do miocárdio, e nos anos subsequentes do estudo, outras pesquisas confirmaram associações entre níveis altos de colesterol e o aumento do risco para doenças cardíacas e acidente vascular cerebral. De acordo com os resultados dos estudos, mais de um terço da população adulta apresentou colesterol total (CT) alto, sendo mais elevado em mulheres e na população com idade mais avançada, porém menor entre os que apresentam mais anos de estudo. Quando observada a redução do colesterol, ela pode ser explicada pela redução do excesso de peso e pela melhoria dos hábitos alimentares. Investigações revelam que, além dos tratamentos instituídos com medicamentos, a dieta e atividade física regular também podem contribuir com a redução do colesterol. **Conclusão:** As alterações metabólicas de acordo com estudos, mostraram-se prevalentes em mulheres de 18 a 65 anos, associadas a obesidade e má alimentação. O tratamento medicamentoso a depender do estado de saúde do indivíduo pode se fazer necessário, no entanto, na maioria dos casos mudanças no hábito de vida, orientação nutricional e aumento da atividade física são fatores que garantem uma melhor qualidade de vida para esses pacientes.

Referências:

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

MALTA, DC. et al. Prevalência da hipertensão arterial segundo diferentes critérios diagnósticos, Pesquisa Nacional de Saúde. Revista Brasileira de Epidemiologia.

MALTA, DC. et al. Prevalência e fatores associados com hipertensão arterial autorreferida em adultos brasileiros. Revista Saúde Pública, 2017.

MALTA, DC. et al. Prevalência de colesterol total e frações alterados na população adulta brasileira: Pesquisa Nacional de Saúde. Revista Brasileira De Epidemiologia.

MUZY, Jéssica. et al. Prevalência de diabetes mellitus e suas complicações e caracterização das lacunas na atenção à saúde a partir da triangulação de pesquisas. Cadernos de Saúde Pública, v. 37, n. 5.

TOMASI, Elaine. et al. Adequação do cuidado a pessoas com hipertensão arterial no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013 e 2019. Epidemiol. Serv. Saúde.

Palavras-chave: Síndromes metabólicas; diabetes mellitus; colesterol; hipertrigliceridemia, hipertensão arterial.