**PADRÃO DE CONSUMO ALIMENTAR EM INDIVÍDUOS COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA NO MUNICIPIO DE SAPEAÇU-BA**

Carvalho, Ananda Peixoto Costa ¹

Nunes, Luana Dos Santos 2

Sousa, Adriana Duarte de 3

Carvalho, Antônia Sílvia Souza 4

Noronha, Sttefanny Gomes 5

Menezes, Sarah Iris Amaral 6

RESUMO: A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) popularmente conhecida como pressão alta configura-se um importante problema de saúde no Brasil, por possuir elevada prevalência e pelas complicações agudas e crônicas a que está associada. A prevalência de diagnósticos de hipertensão arterial no Brasil foi de 29,3% em 2019. A HAS atinge 36 milhões de indivíduos adultos no mundo, sendo mais de 60% idosos, possui baixas taxas de controle, apesar de muitas medicações anti-hipertensivas disponíveis para o seu tratamento. O tratamento dos níveis pressóricos consiste em dois tipos de abordagem: a farmacológica que se caracteriza pelo uso de fármacos para controle da pressão arterial (PA) e a não farmacológica que consiste em estratégias que visam mudar o estilo de vida, favorecendo a redução da PA, que por sua vez, reduz a necessidade do uso de drogas anti-hipertensivas. O objetivo do estudo foi avaliar o padrão de consumo alimentar de indivíduos com HAS no município de Sapeaçu-BA. Trata-se de uma pesquisa transversal, com abordagem quantitativa, realizados nas duas Unidades de Saúde da Família (USF) da Zona Urbana do município com homens e mulheres com idade igual ou superior a 19 anos que possuíam HAS. Os dados foram coletados por meio de entrevista estruturada dirigida com a aplicação de um questionário fechado composto por 16 itens sobre a frequência de consumo de grupos alimentares. As informações foram comparadas com as recomendações propostas pela Pirâmide Alimentar Brasileira adaptada por Philippi et al. (2014), considerando como regular o consumo igual ou maior, em número de porções, dos grupos de alimentos, e não regular quando o indivíduo consumiu quantidades inferiores às porções recomendadas. A análise dos dados foi realizada por meio do Microsoft Office Excel. Foram avaliados 100 indivíduos com níveis pressóricos elevados, sendo 53% do sexo feminino e 47% sexo masculino com idade mediana de 48 anos. Verificou-se que 52% dos indivíduos realizam de 5 a 6 refeições/dia, e 48%, de 3 a 4 refeições/dia. O consumo não regular de frutas foi de 83%, quanto ao consumo de leguminosas, 57% foram regulares e para leite e derivados 84% foram não regulares. O consumo de cereais não regulares foi de 83% e carnes e ovos 100% dos entrevistados foram regulares. O consumo de frituras e embutidos 82 %, e doces e refrigerantes 81% foram regulares para os dois grupos. De acordo com os resultados foi possível perceber algumas práticas alimentares inadequadas que podem contribuir como fator de risco para outras doenças crônicas, verifica-se também a necessidade de aprofundar o conhecimento sobre o estado de saúde dessa população, assim como a elaboração de estratégias e políticas de saúde que permitam melhorar sua qualidade de vida.

**Palavras-Chave:**Fatores de risco, Consumo alimentar, Hipertensão Arterial

**E-mail do autor principal:**anandapccarvalho@gmail.com

**REFERÊNCIAS:**

IBGE- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa nacional de saúde 2019**: tabelas [Internet]. [local desconhecido]: IBGE; 2020 [acesso em 13 fev. 2022]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/9160-pesquisa-nacional-desaude.html?=&t=resultados>

LOBO, L. A. C. et al. Tendência temporal da prevalência de hipertensão arterial sistêmica no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, 2019.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva (Coord.). **Pirâmide dos alimentos**: fundamentos básicos da nutrição. 2., revisada. BARUERI: Manole, 2014, 399 p.

KOHLMANN JUNIOR, O. et al. III Consenso Brasileiro de Hipertensão Arterial. **Arq.Bras. Endocrinol. Metab**., São Paulo, v. 43, n. 4, p.257-286, ago. 1999.

¹Pós Graduada em Nutrição Estética e Funcional, Faculdade Roraimense De Ensino Superior, Boa Vista-RR, [anandapccarvalho@gmail.com](anandapccarvalho%40gmail.com)

²Nutricionista, Residente em Nutrição Clínica com ênfase em Pediatria, Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, Santo Antônio de Jesus- BA, luana.nunes31@hotmail.com

3Pós-Graduanda em Nutrição Clínica, Metabolismo, Prática e Terapia Nutricional, Estácio de Sá, São José dos Campos- SP, [adriana\_duarte2@hotmail.com](adriana_duarte2%40hotmail.com)

4Nutricionista Clínica, Centro Universitário Inta – Sobral- CE, asilvianutri@gmail.com

5Graduanda em Medicina, Universidade Federal da Fronteira do Sul – Passo Fundo, RS, sttefannygnoronha@gmail.com

6 Mestranda em Biologia Microbiana, Universidade Ceuma, São Luiz – MA, sarah\_iris210@hotmail.com