



Simpósio de Integração Acadêmica

“Bicentenário da Independência: 200 anos de ciência, tecnologia e inovação no Brasil e 96 anos de contribuição da UFV”

SIA UFV 2022



ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA, DIABETES MELLITUS E HIPERTENSÃO ARTERIAL NO CENÁRIO DE ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Marina Marilac dos Santos Lara - Departamento de Medicina e Enfermagem UFV (marina.lara@ufv.br)

Rosângela Minardi Mitre Cotta - Departamento de Nutrição e Saúde UFV (rmmitre@ufv.br)

Emily de Souza Ferreira - Departamento de Nutrição e Saúde UFV (emily.s.ferreira@ufv.br)

Ana Luiza Sobreira Sena - Departamento de Nutrição e Saúde UFV (ana.l.sena@ufv.br)

Lara Camargo de Oliveira - Departamento de Nutrição e Saúde UFV (lara.camargo@ufv.br)

Adriana de Cássia Sabino Silva - Departamento de Nutrição e Saúde UFV (adriana.sabino@ufv.br)

Palavras-Chave: Diabetes Mellitus, Hipertensão Arterial, Questionário Internacional de Atividade Física.

Projeto de pesquisa em Ciências biológicas e da saúde - Saúde coletiva

Introdução

O **Diabetes Mellitus (DM)** é uma síndrome metabólica que pode levar a complicações sérias se não for diagnosticada e manejada adequadamente (Benedetti, 2007). No Brasil, estima-se que a incidência seja de 16,8 milhões, enquanto a prevalência aproxima-se de 9,2% (Alcocer, 2019). Também na Hipertensão Arterial (HA), se observa alta prevalência na população (Pires, 2022). A HA é uma condição crônica em que os níveis pressóricos se encontram elevados por um longo período de tempo.

Objetivos

Analisar a relação entre a prática de **atividade física, DM e HA** em indivíduos acompanhados pela Estratégia de Saúde da Família (ESF).

Material e Métodos

Estudo de caráter observacional, realizado com indivíduos acompanhados pelas equipes da ESF de um município da Zona da Mata Mineira (n= 42) em 2022. Foram aferidas a Pressão Arterial Sistólica (PAS) e diastólica (PAD) dos pacientes, seguidas de aplicação de um questionário semiestruturado com questões sociodemográficas, de condições de saúde e histórico familiar. Além disso, também foi aplicado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). Os resultados de exames bioquímicos foram obtidos a partir de prontuários físicos e eletrônicos. Para avaliar a associação estudada, foi realizada uma regressão linear por meio do Software SPSS.

Apoio Financeiro

O presente estudo foi financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG), Processo nº APQ-02708-21 e pelo CNPq, processo nº: 306358/2020.

Resultados e Discussão

A média de glicemia de jejum foi de 99,35 mg/dL e de PASxPAD de 150x88 mmHg. O nível de caminhada por no mínimo 10 minutos contínuos em 7 dias na semana foi de 33,3%, enquanto a ausência de caminhada leve durante a semana foi de 26,2% dentre a população analisada. A taxa de atividade moderada contínua em 7 dias na semana foi de 21,4% e a ausência de atividade moderada foi de 33,3%. A taxa de atividade vigorosa por 3 dias na semana foi de 4,8% enquanto a ausência desta foi de 81,0%. Apenas a caminhada leve se associou negativamente à glicemia de jejum, sendo que o aumento do nível de caminhada leve em 1 unidade, diminui a glicemia em 0,69 mg/dL (p=0,05).

Conclusões

O estudo mostra que atividade física leve, com pelo menos 10 minutos contínuos de caminhada durante a semana está relacionada com a redução do nível sérico da glicemia de jejum, de modo diretamente proporcional. Os achados deste estudo, comprovam a importância da atividade física no controle glicêmico e a relevância de se associar a prática de caminhadas leves em escala progressiva no cuidado dos indivíduos com diagnóstico de DM.

Referências bibliográficas

Benedetti, Tânia R. Bertoldo et al. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) em homens idosos. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. 2007, v. 13, n. 1, pp. 11-16.
Pires, L.C., Marçola, L.G., Siqueira, J.P.B. de, Vieira, N.A., Jorge, R.A., Barbosa, A.P. e Batista, M.J. Fatores associados à hipertensão arterial sistêmica e diabetes mellitus na população atendida pelo Projeto Vozes das Ruas em Jundiá. Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade. 2022, v. 17, n. 44, p. 2986.
ALCOCER L, ÁLVAREZ-LÓPEZ H, BORRAYO-SÁNCHEZ GB, CARDONA-MUÑOZ EG, CHÁVEZ-MENDOZA A, et al. Hipertensão como um problema persistente de saúde pública, 2019.