



# 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



## Associação entre o Perfil Lipídico, Ingestão Alimentar e nível de atividade física em indivíduos diagnosticados com Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus no contexto da Atenção Primária a Saúde

Rafael Costa Linhares Braga ([rafael.linhares@ufv.br](mailto:rafael.linhares@ufv.br)) – Departamento de Medicina e Enfermagem da Universidade Federal de Viçosa  
Rosângela Minardi Mitre Cotta ([rmmitre@ufv.br](mailto:rmmitre@ufv.br)) – Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa  
Emily de Souza Ferreira ([emilynut@gmail.com](mailto:emilynut@gmail.com)) - Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa  
Renata Oliveira Caetano ([renata.o.caetano@ufv.br](mailto:renata.o.caetano@ufv.br)) - Departamento de Medicina e Enfermagem da Universidade Federal de Viçosa  
Tabata Iabely Souza Neves ([tabata.neves@ufv.br](mailto:tabata.neves@ufv.br)) - Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa  
Bruna Oliveira Viana ([bruna.viana@ufv.br](mailto:bruna.viana@ufv.br)) - Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa

**Palavras-Chave:** Perfil lipídico, Atividade física, ingestão alimentar, Atenção Primária à Saúde.

**Área de conhecimento:** Ciências Biológicas e da Saúde

**Área temática:** Saúde coletiva

### Introdução

A dislipidemia é uma doença caracterizada pela elevação de colesterol e triglicerídeos no plasma ou a diminuição dos níveis de HDL (high-density lipoprotein) e LDL (Low-density lipoprotein), que contribuem para a aterosclerose (SBD, 2021; ADA, 2022). As causas podem ser primárias (genéticas) ou secundárias, sendo que o tratamento envolve alterações alimentares, atividade física e fármacos hipoglicemiantes (Gusso, 2019). Dada sua elevada frequência na população geral, o diagnóstico e manejo adequados acontecem, majoritariamente, na Atenção Primária à Saúde (APS).

### Objetivos

Analisar a relação entre o perfil lipídico, ingestão alimentar e atividade física em indivíduos com diagnóstico de Hipertensão Arterial (HA) e, ou Diabetes Mellitus (DM), atendidos pela APS.

### Material e Métodos

Estudo transversal, realizado com 42 indivíduos acompanhados pelas equipes da APS do município de Piranga, Minas Gerais, em maio de 2022. Foram aplicados questionários semiestruturados baseados em escores validados, níveis de atividade física e ingestão alimentar, por meio do Questionário de Frequência Alimentar adaptado para a população de estudo. Os exames bioquímicos foram acessados pelo e-SUS e prontuários físicos. Para avaliar a associação estudada, foi realizado uma regressão linear múltipla.

### 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 dos valores de colesterol total foi de 169,3 mg/dl, de LDL foi de 111,6 mg/dl, de HDL de 65,5 mg/dl e de triglicerídeos de 117,4 mg/dl, todos os valores estão dentro do limite recomendado para a população de estudo. Em relação aos níveis de atividade física, a taxa 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 26,2%. Já a taxa de atividade moderada por 7 dias contínuos foi de 21,4% enquanto a ausência de atividade moderada de foi de 33,3%. O consumo de salada crua na população estudada foi de 26,2% todos os dias e 14,3% referiram a ausência de salada crua em sua alimentação. Apenas o tempo de atividade moderada e o consumo de salada crua se associaram as taxas dislipidêmicas, sendo que o aumento em 1 unidade do tempo de atividade moderada, diminui o colesterol em 16,4 (p=0,03) e o aumento em 1 unidade de consumo de salada crua, diminuiu o colesterol total em 9,3 (p=0,04).

### Conclusões

O estudo demonstrou que atividade física moderada tem relação com a redução dos níveis de colesterol na população estudada de forma diretamente proporcional, o que indica a importância da atividade física no controle das dislipidemias. Além disso o consumo de salada crua se associou positivamente a redução dos níveis lipídicos. Assim, destaca-se a necessidade de se associar tanto medidas farmacológicas quanto não farmacológicas como dieta e prática de atividades físicas nos quadros de dislipidemia, visando a importância do cuidado integral na APS, reduzindo a mortalidade por doenças cardiovasculares e metabólicas.

### Referências bibliográficas

American Diabetes Association (ADA). Standards of Medical Care in Diabetes. Diabetes Care. 2022; 45(Suppl 1):S1-264.  
Gusso G, Lopes JMC. Tratado de medicina de família e comunidade. 2a ed. Porto Alegre: Artmed; 2019.  
Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD). Diagnóstico do diabetes e rastreamento do diabetes tipo 2. São Paulo: SBD; 2021.