

LEVANTAMENTO DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM SERVIDORES DE UMA UNIVERSIDADE

João Cruz Neto¹, Natália Rodrigues Vieira², Célida Juliana de Oliveira³

Resumo: As doenças cardiovasculares constituem alterações no funcionamento cardíaco e são as principais causas de mortalidade brasileira. O presente estudo objetivou identificar a presença de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis em servidores de uma universidade pública. Trata-se de uma pesquisa transversal quantitativa realizada com docentes de uma Instituição de Ensino Superior. Encontrou-se prevalência do sexo feminino (55,2%), cor branca (51,3%) e com companheiro (61,7%) alterações em IMC, glicemia, valores lipídicos e nutricionais em até (43%). Conclui-se que os fatores de risco cardiovasculares são preocupantes no público pesquisado, demonstrando que grau de escolaridade pode não implicar na prática de hábitos de vida saudáveis.

Palavras-chave: Fatores de Risco, Doenças Cardiovasculares, Fatores de Risco Cardiovascular, Docentes.

1. Introdução

Durante os últimos cinco anos, observou-se aumento significativo da mortalidade por doença cardíaca em adultos com idades de 35 a 64 anos (RITCHEY, 2018). Essa incidência aumenta dramaticamente com o envelhecimento populacional. Por isso, as doenças cardiovasculares (DCV) constituem o maior grupo dentro das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e inclui o acidente vascular encefálico, a hipertensão arterial a síndrome metabólica, dentre outras. Contudo, se faz necessário o avanço em pesquisas na área que contemplem as diversas camadas populacionais e prevejam estratégias de prevenção de agravos e riscos.

No Brasil, a maioria dos óbitos e das despesas com assistência hospitalar ao Sistema Único de Saúde (SUS) continua sendo atribuída às DCNT com gastos elevados com atenção à saúde (COSTA, 2012). Diante desse panorama, a assistência visa cada vez mais uma busca com planejamento a atenção que atendam a população. Entretanto, com o crescente aumento populacional e o ciclo vital alcançando estimativas de vida cada vez maiores, o sistema não está preparado para receber este contingente

1 Discente do curso de graduação em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA). Participante do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular (GPESCC). Bolsista no programa PET. E-mail: jncruz007@gmail.com

2 Enfermeira. Mestranda do Curso de Mestrado Acadêmico em Enfermagem da URCA. Participante do GPESCC. Bolsista FUNCAP. E-mail: vieirarodriguesnaty@gmail.com

3 Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente dos cursos de Graduação e Mestrado em Enfermagem da URCA. Líder do GPESCC. E-mail: celida.oliveira@urca.br

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

sendo necessária a produção de estratégias de promoção à saúde que contemple novos cenários e dentre eles o público docente.

As Diretrizes de Prevenção Cardiovascular enfatizam a necessidade de cuidados relativos a comportamentos como consumo de álcool e tabaco, hábitos alimentares/excesso de peso corpóreo, sedentarismo e pressão arterial elevada. A importância destes fatores deve-se à sua influência no desenvolvimento de DCNT, visto que as doenças cardiovasculares, dentro deste grupo, são principal causa de morte no mundo (DBHA, 2016).

Contudo, considera-se pertinente a realização dessa pesquisa, por acreditar que ao promover a detecção dos fatores de risco cardiovascular à população adulta, especialmente aqueles indivíduos na fase economicamente ativa da vida, pode auxiliar as equipes multidisciplinares de saúde a terem dados concretos para estimular o indivíduo a modificar comportamentos nocivos à saúde. Especialmente para a Enfermagem, este conhecimento poderá favorecer a execução de cuidados melhor direcionados à saúde desta população específica, dimensionando a prática do trabalho do enfermeiro para as reais necessidades da clientela.

2. Objetivo

O estudo tem por objetivo identificar a presença de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis em servidores de uma universidade pública. Para tal, foram traçados como objetivos específicos: Descrever as características sociodemográficas e clínico-epidemiológicas dos servidores, detectar os principais fatores de risco cardiovascular, comuns à hipertensão arterial, diabetes melito e síndrome metabólica aos quais esta população está exposta e verificar se há associação entre as características dos indivíduos e os fatores de risco identificados.

3. Metodologia

Estudo transversal e de natureza quantitativa, caracterizado como exploratório, desenvolvido em uma Instituição de Ensino Superior (IES), localizada no interior cearense.

A população investigada trata dos docentes da referida IES, constituída de todos os docentes, efetivos ou substitutos e temporários, maiores de 18 anos, que estejam em pleno exercício laboral. Não foi calculada nenhuma amostra, pois se pretende realizar o levantamento dos fatores de risco no maior número de servidores possível.

Inicialmente, a equipe de trabalho realizou visitas aos diversos departamentos docentes da instituição, visando a apresentação da pesquisa e dos seus objetivos, já para marcar o melhor dia e horário para a avaliação física dos docentes, dentro do seu ambiente de trabalho.

Após anuência em termo de consentimento livre e esclarecido, foi aplicado um instrumento de coleta de dados que abordava características sociodemográficas (idade, sexo, cor, ocupação, escolaridade, renda familiar, estado civil) e clínicas dos participantes (valores do peso, estatura, circunferência abdominal, pressão arterial, glicemia, nível de atividade física e identificação de outros fatores de risco cardiovascular).

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

A pesquisa segue com aprovação do comitê de ética em pesquisa da Universidade Regional do Cariri com o parecer de número 092010.

4. Resultados

Participaram desse estudo 261 docentes, representando 95% da população inicial no quantitativo por departamento. Dos entrevistados obteve-se prevalência do sexo feminino (55,2%), cor branca (51,3%), com companheiro (61,7%), com média de 41 anos, dentre eles 20,3% mantêm outros vínculos profissionais.

A prevalência de hipertensão arterial (HA) entre homens e mulheres aponta diferenças, sendo mais elevada nas mulheres. Corroborando com esses dados, essa pesquisa mostrou que o sexo prevalente foi o feminino, o que aponta um primeiro fator de risco não modificável. Salienta-se ainda que apenas cerca de metade dos adultos com idade entre 35 e 64 anos com hipertensão têm os níveis pressóricos controlados.

Em relação à cor da pele, a hipertensão tem maior prevalência em indivíduos de cor não branca. Porém, nesse estudo, a maioria dos participantes declarou-se de cor branca, embora 48,7% dos pesquisados tenha a raça como o fator de risco para HA.

Os indivíduos avaliados no estudo encontram-se classificados com sobrepeso, verificado pela média do Índice de Massa Corporal (IMC) igual a 27. Para que os mesmos se encontrem dentro dos parâmetros de normalidade, os valores obtidos deveriam ser até 24,9. Em relação aos achados pertinentes à circunferência abdominal, a média de ambos os sexos obtidos foi 90,7 cm. Porém, ao estratificar os resultados por sexo, a média encontrada na população feminina foi 87,1 cm (padrão limítrofe de 88 cm) tendo como valores mínimo 50 cm e máximo 114 cm e na população masculina 96,7 cm (padrão limítrofe de 102 cm), com valores mínimo 72 cm e máximo 135 cm, evidenciando grande discrepância nos valores encontrados.

Pode-se verificar associação entre a elevação da PA e IMC, circunferência abdominal e dobras cutâneas para cálculo do percentual de gordura, ou seja, indivíduos com IMC > 24,49 kg/m² ou circunferência abdominal aumentada apresentam mais chances de ter elevação da PA, que seus congêneres com valores menores ou iguais. Além disso, o excesso de peso favorece o aparecimento de doenças ateroscleróticas.

Em relação às doenças cardiovasculares, dentre os entrevistados, 44% acreditam apresentar fatores de risco para problemas dislipidêmicos e 27,5% para diabetes. Entretanto, ao avaliar a glicemia capilar, a média encontrada nos participantes foi de 107,6 mg/dL. Esse valor encontra-se dentro dos parâmetros de normalidade, pois o estudo captava os profissionais em períodos do dia em que se aproximavam das grandes refeições, sendo utilizado para mensuração o valor de referência da glicemia pós-prandial.

Observou-se que 43,3% dos entrevistados possuiu em algum momento, alteração nos índices de pressão arterial. Em relação aos valores de colesterol e triglicérido, 32,5% e 26,8% dos docentes, relataram alteração, respectivamente. Esses valores podem estar relacionados com o excesso de carga horária trabalhada e conseqüentemente, a falta de tempo para desfrutar de uma alimentação adequada, saudável e de qualidade.

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

Em relação aos hábitos de vida, são variáveis que avaliam a adoção de estilos de vida saudáveis, como restrição da ingestão de bebida alcoólica, abolição do tabagismo, planejamento alimentar com redução do sal e alimentos hipercalóricos, manejo de situações estressantes e atividade física regular, deve fazer parte da assistência direcionada às pessoas com hipertensão. No presente estudo, verificou-se que 34,8% fazem consumo em excesso de sal e 29,5% consomem gordura de forma excessiva. Esses hábitos podem estar associados, respectivamente, à retenção de líquidos e espessamento das paredes arteriais/ formação de placas ateroscleróticas, tornando-os predispostos a HA.

Quanto à ingestão de álcool, 37,9% dos docentes fazem uso. Vale destacar que o consumo por períodos prolongados pode aumentar a PA e a mortalidade cardiovascular em geral. Pesquisas apontam que o consumo excessivo de etanol é mais frequente entre os mais jovens, mas aumenta com o nível de escolaridade. Dentre os docentes, apenas 6,8% fazem uso do fumo.

Ao abordar a prática de exercício físico, 47% dos docentes entrevistados não praticam nenhum esporte. A prática regular de atividade física aeróbica, como caminhada por pelo menos trinta minutos por dia, três a cinco vezes por semana, é bem recomendada como promotor da qualidade de vida e conseqüentemente para prevenção de fatores de risco cardiovascular e diminuição do estresse, por eles relatado em até 56,7%.

Em relação ao histórico familiar, demonstraram que os genitores (mãe e pai) apresentam 45,2% e 33,3% respectivamente, se somados representam 78,5% para a HA. Sendo este grupo, responsável por cargas genéticas de doenças como AVC, IAM e HAS.

5. Conclusão

Os dados apontam para a prevalência de mulheres, brancas e com companheiro como predispostos aos fatores de risco. Características consideradas importantes cooperadores para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares já que nacionalmente o AVC e o infarto têm acometido principalmente mulheres.

Em relação ao IMC apresentado, percebe-se que a população em estudo possui valores médios correspondentes ao sobrepeso. Apresentaram também, por pelo menos uma vez, elevadas taxas de colesterol, triglicérides e pressão arterial. Esse desajuste pode estar relacionado ao excesso de atividade laboral e a preferência por alimentos prático-industrializados. Os genitores têm considerável indício de doenças crônicas não transmissíveis o que aponta para fatores genéticos importantes nos entrevistados. Porém, mesmo diante dessas circunstâncias, os avaliados apresentam boa prática de exercícios físicos regulares, mas espera-se que esses hábitos ganhem mais adeptos, uma vez que ainda há um número expressivo daqueles que realizam atividades de forma inadequada ou são sedentários.

Desta forma, há fatores de risco cardiovasculares preocupantes no público pesquisado, demonstrando que grau de escolaridade pode não implicar na prática de hábitos de vida saudáveis.

6. Agradecimentos

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

Agradecimento ao fundo de pesquisa: CNPq

7. Referências

COSTA, J. S. D; BARCELLOS, F. C; SCLOWITZ, L. M; SCLOWITZ, I. K. T; CASTANHEIRA, M; OLINTO, M. T. A; MENEZES, A. M. B; GIGANTE, D. P; MACEDO, S; FUCHS, S. C. Prevalência de Hipertensão Arterial em Adultos e Fatores Associados: um Estudo de Base Populacional Urbana em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Arq Bras Cardiol**, v.88, n.1, p.59-65, 2007.

COSTA, M.C et al. Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis identificados em trabalhadores atendidos em um ambulatório de nutrição. *Rev. Baiana de Saúde Publica*. v.36, n.3, p.727-739 julho/setembro, 2012.

DIRETRIZ Brasileira de Hipertensão, 7^a. **Arq Bras Cardiol**. v.107, n.3, setembro, 2016.

FERNANDES, C.E et al. I Diretriz brasileira sobre prevenção de doenças cardiovasculares em mulheres climaterias e a influencia da terapia de reposição hormonal(TRH) da Sociedade Brasileira de Cardiologia e da Associação Brasileira de Climatério (SOBRC). **Arq. Brasileiro de Cardiologia**. Vol.1, n.91,p.1-23,2008.

MOREIRA, O. C. et al. Associação entre risco cardiovascular e hipertensão arterial em professores universitários. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**. v.25, n.3, p.397-406, 2011.

OLIVEIRA R. A. R; MOREIRA O. C; ANDRADE F. N; AMORIM W; COSTA E. G; MARINS J. C. B. Prevalência de sobrepeso e obesidade em professores da Universidade Federal de Viçosa. **Fisioter Mov**. v.24, n.4, p. 603-612, 2011.

RITCHEY,M.D et al. Vital Signs: State-Level Variation in Nonfatal and Fatal Cardiovascular Events Targeted for Prevention by Million Hearts 2022. **Rev. MMWR Morb Mortal Wkly Rep**. v.35,n.67,p.974-982,setembro,2018.