

ESTADO NUTRICIONAL DE UNIVERSITÁRIOS DE DUAS REGIÕES DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL E O RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Autor: JUSTEN, Simone Kunz¹;

¹ Departamento de Nutrição – Faculdade de Nutrição – Universidade Federal de Pelotas – Pelotas – RS.

Orientador: RODRIGUES, Kelly Lameiro¹

¹ Departamento de Nutrição – Faculdade de Nutrição – Universidade Federal de Pelotas – Pelotas – RS.

1. INTRODUÇÃO

A obesidade, compreendida como doença multifatorial, é contatada quando ocorre um desequilíbrio entre o consumo alimentar e o gasto energético. Nos últimos anos, o excesso de gordura corpórea representa o problema nutricional de maior ascensão entre a população.

O sedentarismo e a prática de hábitos alimentares inadequados estão associados ao aumento da incidência de obesidade, a qual determina um aumento na prevalência de DCNT (Doenças Crônicas Não Transmissíveis), a exemplo da hipertensão (HAS) e do *Diabetes Mellitus* (DM). (DALLA COSTA, 2007; REGO, 2006).

Relacionado a isso, o modo de vida urbano, caracterizado pela escassez de tempo para o preparo e consumo de alimentos, fazendo com que as pessoas se dediquem mais aos afazeres laborais e estudantis, do que com a sua própria vida e saúde, esquecendo de outras necessidades, como manter uma alimentação adequada (GARCIA, 2003).

O objetivo deste estudo foi comparar o estado nutricional de universitários de um município da região noroeste com universitários de um município da região sul do estado do Rio Grande do Sul e identificar risco para desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

2. METODOLOGIA

O estudo transversal foi desenvolvido nos municípios de São Paulo das Missões, na região noroeste e Pelotas na região sul do estado do Rio Grande do Sul. A amostra foi composta por 100 universitários em cada município, escolhidos aleatoriamente.

A coleta dos dados foi realizada no mês de outubro de 2009, sendo o questionário preenchido por entrevistador treinado. As entrevistas individuais, com liberação do professor, foram realizadas durante o período de aula, em sala disponibilizada pela faculdade e/ou universidade para realização da entrevista. Os participantes da pesquisa assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O critério de inclusão na amostra foi o universitário estar matriculado no 2º, 3º, 4º ou 5º semestres de qualquer curso da faculdade e/ou universidade particular no período noturno e trabalhar durante o dia. Foram excluídos os estudantes do primeiro e últimos semestres por representarem, respectivamente, uma fase de adaptação ao ambiente universitário, e outra de transição ao

mercado de trabalho, em que haveria um maior comprometimento do tempo do aluno com atividades intra e extra campus, como estágios, o que poderia inviabilizar as entrevistas.

Para levantamento dos dados antropométricos e socioeconômicos utilizou-se um questionário desenvolvido especificamente para este estudo, previamente testado, e com base na literatura existente. Foram coletados dados pessoais, antropométricos, histórico de saúde, frequência de atividade física e a existência de fatores de risco para doença cardiovascular.

Em relação à antropometria, o peso foi obtido através de balança eletrônica, a estatura e medida da circunferência da cintura (CC) foram verificadas com fita métrica inextensível. Após a verificação das medidas foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC), classificado conforme critérios da Organização Mundial de Saúde (OMS): Desnutrido (<18 kg/m²), Eutrófico (18,1 até 24,9 kg/m²), Sobrepeso (25 até 29,9 kg/m²), Obesidade Grau I (30 até 34,9 kg/m²), Obesidade grau II (35 até 39,9 kg/m²) e Obesidade grau III ou Obesidade Mórbida (> de 40 kg/m²) (OMS, 2004). Para análise estatística foi usado o software SPSS (versão 16.0, 2007, SPSS Inc, Chicago).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 mostra o estado nutricional e atividade física dos universitários dos dois municípios estudados.

Tabela 1. Estado nutricional e atividade física de universitários de duas regiões do Rio Grande do Sul, 2010.

	Pelotas (%)	São Paulo das Missões (%)
Estado nutricional*		
Desnutrição	0	3
Eutrofia	45	50
Sobrepeso	46	37
Obesidade grau I	9	10
Atividade Física Regular		
Sim	53	63
Não	47	37

* segundo classificação da OMS pelo IMC

Quanto ao estado nutricional, observou-se que no município de Pelotas, 55% dos universitários apresentaram sobrepeso e obesidade grau I, enquanto em São Paulo das Missões, 47% encontravam-se acima do peso ideal, indicando que as duas cidades apresentaram alta porcentagem de universitários com sobrepeso e obesidade.

Acredita-se que aproximadamente 32,8% da população adulta brasileira encontra-se acima da faixa de peso ideal, o que está associado ao maior risco de desenvolvimento de enfermidades crônicas não transmissíveis (CASTRO, 2004; IBGE, 2010). Em estudo realizado por Matos et al. (2004) avaliando a prevalência dos fatores de risco para doenças cardiovasculares (DCV) em funcionários do Centro de Pesquisas da Petrobrás, foram verificadas prevalências de 42% de sobrepeso e de 17% de obesidade, ou seja, 59% da população amostrada. Diante

disso, verificou-se neste estudo, alta prevalência de sobrepeso e obesidade, refletindo o quadro atual encontrado em pesquisas realizadas no Brasil.

No município de Pelotas, 47% dos universitários não praticavam nenhuma forma de atividade física regular (Tabela 1). A relação entre atividade física e DCV mostrou relação significativa ($p=0,000$), indicando que pode existir relação entre a alta porcentagem de entrevistados com fator de risco para DVC e a baixa porcentagem de prática de exercício físico. O município de São Paulo das Missões teve um número maior (63%) de praticantes regulares de exercício físico, porém a prática de atividade física não apresentou relação significativa com os fatores de risco para DCV ($p=0,357$)

Em São Paulo das Missões a porcentagem dos universitários que não praticavam nenhuma forma de atividade física foi menor do que em Pelotas, fato que pode ser explicado devido ao município ser de menor proporção em relação à Pelotas, levando os universitários a se locomoverem mais a pé e não de carro ou de ônibus, devido a uma menor distância entre a faculdade e o trabalho.

Segundo a OMS (2004) o risco de complicação metabólica aumentada existe quando a circunferência da cintura é superior a 94 cm (homens) e 80 cm (mulheres). Neste estudo, os valores médios de circunferência da cintura (CC) para Pelotas e São Paulo das Missões são apresentados na Tabela 2.

Tabela 2. Média das medidas antropométricas de universitários de duas regiões do Rio Grande do Sul e sua relação com os fatores de risco para DCV, 2010.

	Pelotas média (DP)	p-valor*	São Paulo das Missões média (DP)	p-valor*
Medidas antropométricas				
Circunferência cintura (cm)	85,34(12,09)	0,018	84,91 (11,87)	0,057
Peso (kg)	73,93(10,00)	0,612	68,57 (13,81)	0,851

* Coeficiente de Pearson

Estes valores indicam que maioria da população estudada se encontra abaixo dos limites máximos, porém se encontram muito próximos destes, e estes dados podem ter associação com o alto índice de sobrepeso e obesidade encontrados no estudo.

Também encontrou-se relação significativa ($p=0,018$) entre a medida da circunferência da cintura e os fatores de risco para DCV encontrados em Pelotas, indicando que pode existir risco para o desenvolvimento de doenças metabólicas associadas à gordura abdominal, e conseqüentemente, à obesidade. Porém em São Paulo das Missões não houve relação significativa, o que pode estar associado a uma média de peso menor registrada em relação aos universitários de Pelotas.

4. CONCLUSÕES

Os resultados permitem concluir que um alto percentual de universitários dos dois municípios apresentaram sobrepeso e obesidade, e os universitários do município de Pelotas apresentaram maior excesso de peso. Os universitários de ambas as cidades apresentaram porcentagem alta de sedentarismo, e este, apresentou relação significativa para DCV. Também a média de CC limítrofe pode

ter relação com o alto índice de universitários com peso acima do ideal e o sedentarismo, porém apenas no município de Pelotas foi encontrada relação significativa entre CC e DCV.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DALLA COSTA, Marcia Cristina; CORDONI JUNIOR, Luiz; MATSUO, Tiemi. Hábito alimentar de escolares adolescentes de um município do oeste do Paraná. **Revista de Nutrição**. Campinas, v. 20, n. 5, out. 2007.

GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 16, n. 4, Dez 2003.

IBGE (Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) **Aprofunda Investigação de Indicadores Sociais**. 1998. Disponível em: <<http://www.ibge.org/imprensa/noticias/ppv11.htm>>. Acesso em: 30 abr. 2010.

MATOS, M.F.D.; SILVA, N.A.S.; PIMENTA, A.J.M.; CUNHA, A.J.L.A. Prevalência dos fatores de risco para doença cardiovascular em funcionários do centro de pesquisas da Petrobrás. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. v.82, n1, p1-4, 2004.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Obesidade: prevenindo e controlando a epidemia global**. São Paulo: Roca; 2004.

REGO, Ana Lúcia Viégas; CHIARA, Vera Lucia. Nutrition and excess body mass: cardiovascular risk factors in adolescents. **Revista de Nutrição**. Campinas, v. 19, n. 6, Dez. 2006.