

PERFIL GLICÊMICO E DE PRESSÃO ARTERIAL DE ESCOLARES DO PERÍODO NOTURNO EM VÁRZEA GRANDE – 2016

Stéphany Karen de Oliveira Mello¹; Cindy Ellen Vargas Alamos¹; Dhini Tairini Borsatto¹; Leticia Gabrielly Deluque da Silva¹; Thame Caparroz Antunes Alves de Moraes¹; Fábio Alexandre Leal dos Santos².

1 - Discentes Biomedicina, Centro Universitário de Várzea Grande

2 - Prof^o. Me. Biomedicina, Centro Universitário de Várzea Grande

Palavras-Chave: Diabetes Mellitus; Hipertensão arterial; Prevenção.

INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial e o diabetes *mellitus* representam dois dos principais fatores de risco de morbidade na população. Não há uma causa única para essas doenças, mas várias razões que determinam esse agravamento na saúde, aumentando a probabilidade de sua ocorrência (BRASIL, 2001).

A hipertensão afeta de 11 a 20% da população adulta com mais de 21 anos. Cerca de 85% dos pacientes com acidente vascular encefálico (AVE) e 40% das vítimas de infarto do miocárdio apresentam hipertensão associada. O diabetes atinge a mulher grávida e todas as faixas etárias, sem distinção de raça, sexo ou condição socioeconômica. Na população adulta sua prevalência é de 7,6%.

A associação das duas doenças tem uma ordem de 50% na grande maioria dos casos, o manejo das duas patologias num mesmo paciente. A hipertensão arterial e diabetes mellitus são doenças que apresentam vários aspectos em comum: Fatores de risco, tais como obesidade e sedentarismo.

A relação entre enfermidades crônicas como o diabetes, hipertensão, entre outros, e qualidade de vida vem sendo levado em consideração nos últimos anos. Em 1998, a OMS definiu qualidade de vida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (Masson, 2011 et al)

Na escola onde obtivemos os resultados das taxas glicêmicas e pressão arterial, não existe nenhum tipo de orientação e informação para os alunos, de como prevenir e cuidar da saúde. Ao conscientizar os escolares dos malefícios da hipertensão arterial e diabetes, além dos riscos inerentes ao tratamento, suas peculiaridades e seus benefícios, ação aplicada na escola fez com que cada indivíduo se torne realmente um elemento ativo do cuidado.

Com frequência, essas doenças levam à invalidez parcial ou total do indivíduo, com graves repercussões para o paciente, sua família e a sociedade. Quando diagnosticadas precocemente, essas doenças são bastante sensíveis, oferecendo múltiplas chances de evitar complicações; quando não, retardam a progressão das já existentes e as perdas delas resultantes.

Investir na prevenção é decisivo não só para garantir a qualidade de vida como também para evitar a hospitalização e os consequentes gastos, principalmente, quando se considera o alto grau de sofisticação tecnológica da medicina moderna. Se é possível prevenir e evitar danos à saúde do cidadão, este é o caminho a ser seguido.

OBJETIVO

Traçar o perfil sócioeconômico, glicêmico e de pressão arterial de estudantes do período noturno de uma escola estadual em Várzea Grande, 2016.

MÉTODOS UTILIZADOS

Várzea Grande está na região metropolitana de Cuiabá, de acordo com o IBGE com uma população estimada de 271.339 habitantes, a comunidade escolar pesquisada desta cidade e composta por todas as faixas etárias e classes sociais, a escola Adalgisa de Barros foi escolhida

principalmente por conta de sua localização centralizada e possuindo um corpo discente heterogêneo.

A metodologia aplicada trata-se de um corte transversal de discentes do período noturno, onde foi elaborado um questionário socioeconômico, conforme a figura 1, para os alunos aonde eles citavam seu estilo de vida alimentar, físico e se há indícios de algumas dessas doenças na família; foi realizado a aferição da pressão arterial e o exame de glicemia capilar, como mostra as figuras 2 e 3. O único critério de inclusão para essa pesquisa foi que o participante fosse maior de idade, cada um assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido autorizando sua participação na pesquisa, conforme preconizado pelo CONEP a resolução 196/96 que aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

Com as informações comparou-se a os valores e avaliou-se cada questão respondida no formulário através de frequências absolutas, medidas de posição e regressão linear simples, todos executados pelo programa Microsoft Excel 2013.

DESCRIÇÃO DE RESULTADOS

Os dados analisados consistem de informações de 70 alunos e funcionários obtidos através da aplicação do questionário, no entanto, 17 avaliados não tiveram resultados de todos os exames necessários ou deixaram de responder uma das perguntas, na amostra do presente estudo ficou constituída por 53 pessoas. Após realizar as pesquisas e obter os dados, obteve-se uma média de idade entre os pesquisados de 20 anos (desvio padrão de 8,3).

Nas perguntas do questionário realizado, como mostra a tabela 1, 55,1% dos participantes relataram não ter histórico de diabetes na família, sabe-se que isso é um fator positivo para os avaliados, pois, tem um percentual relevante de não desenvolver a diabetes. A segunda pergunta, é relacionada a prática de atividades físicas, 58,6% citaram que praticam aos finais de semana e momentos de lazer com amigos e familiares, a prática de exercícios físicos. A questão que definia sobre alimentação saudável, segundo os dados que obtivemos 80% deles, teriam bons hábitos alimentares, isso é um fator relevante pois uma boa alimentação diminui as chances de adquirir tais doenças. A quarta questão, está relacionada ao consumo diariamente de frituras, salgados e carnes gordas, 78,6% relataram ter os hábitos de consumir gorduras saturadas, esse resultado é preponderante, pois hábitos alimentares inadequados influenciam ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares e diabetes.

A observação de prevalência de diabetes e hipertensão nos entrevistados desta escola pública indica uma possível associação de fatores socioeconômicos com doenças crônicas. A análise de características que possam variar de acordo com o nível socioeconômico, tais como educação adquirida dos pais, hábitos alimentares ou prática de atividades físicas podem contribuir para a compreensão dessas relações. A última pergunta refere se o entrevistado já foi diagnosticado como tendo pressão alta, 72,9% disseram que não, aos demais, recomendou-se que fizesse um acompanhamento médico ideal, a realização de exames de rotina para avaliar todos estes pontos.

A maioria dos resultados obteve-se uma média considerável para pressão arterial de 12/8mmHg (1,6) e uma média para o valor de glicemia de 102,4 mg/dL (20,3). Ficou evidente que há correlação entre Diabetes e IMC ($R=0,52$; $p<0,001$), o que é esperado pois, sabe-se que indivíduos em sobrepeso ou obesos tem uma tendência maior para desenvolver diabetes e hipertensão. Após a análise de regressão linear simples obtivemos uma margem elevadas, e um gráfico de dispersão entre IMC e diabetes. Alguns valores foram excluídos pois só foram incluídos resultados que haviam valores para IMC com um intervalo de erro de 5%, logo, tendo em vista a sua significância de 95% o intervalo de confiança é certo (figura 4).

Os dados obtidos, são preocupantes pelo fato de serem jovens, ter o ritmo de vida acelerado, não praticar atividades regularmente e não ter uma alimentação equilibrada, proporcionando assim, o desenvolvimento de insuficiência cardíaca, acidentes cardiovasculares, hipertensão arterial e diabetes mellitus. Os resultados encontrados revelam uma grande sucessão de fatores de risco para o desenvolvimento da diabetes mesmo entre adultos jovens, o que intensifica a importância deste trabalho como um indicador da necessidade de que ações profiláticas para a diabetes sejam

direcionadas a adultos jovens, mesmo considerando que estas patologias se manifestam caracteristicamente, em idades mais avançadas. (Collins, 2011 et al)

A grande relevância de se identificar indivíduos em risco de desenvolver diabetes mellitus e hipertensão está associada à possibilidade de reversão da situação de risco, sendo que os fatores são reversíveis. Observa-se que com alterações no estilo de vida, principalmente redução de peso corpóreo e implementação de uma atividade física, é possível reduzir a incidência da diabetes e hipertensão, temos a possibilidade de prevenir ou retardar suas comodidades. (Sociedade Brasileira de Diabetes, 2009)

Devido aos hábitos alimentares e estilo de vida „desmedido” da sociedade moderna, obtivemos um dos entrevistados com uma taxa glicêmica de 221 mg/dL, pressão arterial 15/9 e peso de 137 kg. Foi recomendado que o entrevistado procurasse ajuda médica mais completa para que ele pudesse ter um acompanhamento mais preciso e tentar amenizar sua taxa glicêmica e hipertensão.

A importância de realizar esse tipo de trabalho, em escolas, no período noturno que habitualmente são pessoas trabalhadoras tendo como objetivo de conscientizar alunos e funcionários a tal importância de atalhar e adaptar hábitos saudáveis tanto alimentícios quanto atividades físicas, trazendo opções de qualidade de vida e saúde de acordo com o padrão de vida de cada uma das pessoas avaliadas, uma vez que verificando seus resultados, possamos instigá-los a tomar tais atitudes.

CONCLUSÃO

Algumas medidas consideradas adequadas ao controle e a prevenção dessas doenças é o melhoramento do estilo de vida, adequando em hábitos mais saudáveis. Quando diagnosticadas precocemente, essas doenças oferecem múltiplas chances de evitar complicações. Investir na prevenção é decisivo não só para garantir a qualidade de vida como também para evitar a hospitalização e os consequentes gastos. Se é possível prevenir e evitar danos à saúde do cidadão, este é o caminho a ser seguido.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Área Técnica de Diabetes e Hipertensão Arterial Hipertensão arterial sistêmica (HAS) e Diabetes mellitus (DM): protocolo / Ministério da Saúde, Departamento de Atenção Básica.** Área Técnica de Diabetes e Hipertensão Arterial. – Brasília: Ministério da Saúde, 2011.
- MASSON VA, MONTEIRO MI, VEDOVATO TG. **Qualidade de vida e instrumentos para avaliação de doenças crônicas: revisão de literatura.** In: Vilarta R, Gutierrez GL, Monteiro MI, organizadores. Qualidade de vida: evolução dos conceitos e práticas no século XXI. Campinas: Instituto de Pesquisas Especiais para a Sociedade; 2011.
- COLLINS GS, MALLETT S, OMAR O, YU LM. **Developing risk prediction models for type 2 diabetes: a systematic review of methodology and reporting.** *Medicine.* 2011;9:103.
- DATASUS: Indicadores e Dados Básicos - **Taxa de prevalência de Hipertensão Arterial e Diabetes mellitus.** Disponível em: <<http://www2.datasus.gov.br/DATASUS/index.php>>
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus.** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2013.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Informações Completas: Várzea Grande Mato Grosso.** Disponível em: <http://cidades.ibge.gov.br/xtras/perfil.php?codmun=510840>
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes.** São Paulo; 2009
- TUOMILEHTO J, LINDSTROM J, ERIKSSON JG, VALLE TT, HAMALAINEN H, ILANNE-PARIKKA P, ET AL. **Prevention of type 2 diabetes mellitus by changes in lifestyle among subjects with impaired glucose tolerance.** *N Engl J Med.* 2001

ANEXOS

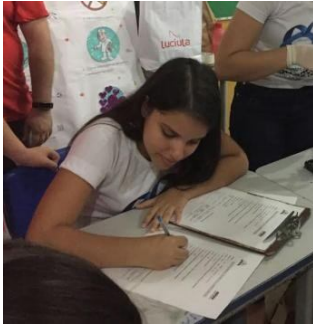


Figura 1: Aplicação do questionário para estudante da Escola Estadual Adalgisa de Barros em Várzea Grande-MT no mês de outubro de 2016.



Figura 2: Aferição da pressão arterial nos alunos e funcionários da Escola Estadual Adalgisa de Barros em Várzea Grande-MT no mês de outubro de 2016.

Figura 3: Exame de glicemia capilar sendo realizado em estudantes e funcionários da Escola Estadual Adalgisa de Barros em Várzea Grande-MT no mês de outubro de 2016.

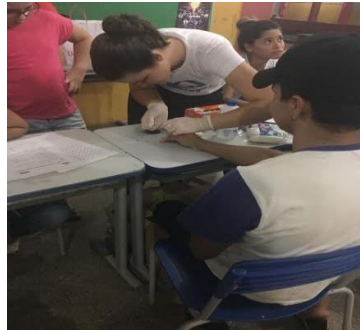


Tabela 1: Questionário realizado em estudantes e funcionários da Escola Estadual Adalgisa de Barros em Várzea Grande-MT no mês de outubro de 2016.

Pergunta	Sim		Não		Total
	n	%	n	%	
Histórico de diabéticos em parentes próximos?	31	44,9	38	55,1	69
Realiza atividades físicas?	41	58,6	29	41,4	70
Alimentação saudável e balanceada?	56	80,0	14	20,0	70
Alimentação com frituras e gorduras?	55	78,6	15	21,4	70
Foi diagnosticado com hipertensão?	19	27,1	51	72,9	70

Figura 4: Dispersão entre valores glicêmicos e índice de massa corpórea (IMC) entre estudantes de uma escola estadual em Várzea Grande-MT no mês de outubro de 2016.

