

FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES COMPORTAMENTAIS EM IDOSOS PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIO

Ray Martins de Souza¹, Roger Rodrigues da Silva², Juliana Saraiva de Alencar³
Maria Isabely Félix⁴, Moziane Mendonça de Araújo⁵

RESUMO

As doenças cardiovasculares são caracterizadas por distúrbios que acometem o coração e vasos sanguíneos e são a principal causa de morte no mundo, dentre os fatores de risco os mais importantes são os comportamentais. Objetivou-se identificar os fatores de risco cardiovasculares comportamentais em idosos participantes ativamente do projeto de extensão universitário. Trata-se de um estudo do tipo descritivo exploratório, com abordagem quantitativa. Desenvolvido com oito idosos participantes do projeto de extensão na cidade de Iguatu-CE. Os resultados mostraram uma predominância do sexo feminino (62,5%), com média faixa etária de 72 anos e a renda individual de um salário mínimo. Dos fatores de risco citados sobressaem o sedentarismo (100%), hipertensão arterial (75%) e circunferência abdominal aumentada (75%). Conclui-se, portanto, a necessidade de intensificação em relação as ações de educação e promoção em saúde com vistas a se manter o padrão de qualidade de vida da pessoa idosa.

Palavras-chave: Idoso. Fatores de Risco. Doenças Cardiovasculares.

1. INTRODUÇÃO

As doenças cardiovasculares são caracterizadas por distúrbios que acometem o coração e vasos sanguíneos, e caracterizam-se principalmente por defeitos estruturais e acúmulo de placas de gordura nas artérias ao longo da vida, chamadas de aterosclerose, o que dificulta a circulação sanguínea para os órgãos e tecidos do corpo. Assim como as demais doenças crônicas, está associado a fatores de risco modificáveis, dentre eles, a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), tabagismo, alcoolismo, sedentarismo, dislipidemias, Diabetes *Mellitus* (DM) e a obesidade; e os não modificáveis, que incluem, sobretudo, a idade, raça e a hereditariedade (CHRISSY et al., 2016).

Com o aumento acelerado, a nível mundial, do fenômeno de envelhecimento populacional, acontecem modificações em relação ao perfil demográfico e epidemiológico populacional, evidenciado pelo aumentando do número de atendimentos por Doenças Cardiovasculares (DCV), a HAS, o Acidente Vascular Encefálico (AVE), a

¹Discente do Curso de Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA), Unidade Descentralizada de Iguatu (UDI). E-mail: raiirmartins@gmail.com

² Discente do Curso de Enfermagem da URCA/UDI. E-mail: roger95silva@gmail.com

³ Enfermeira. Professora Temporária da URCA/UDI. E-mail: julianaaa100@yahoo.com.br

⁴ Discente do Curso de Enfermagem da URCA/UDI. E-mail: isabely38@gmail.com

⁵ Enfermeira. Professora Temporária da URCA/UDI. E-mail: moziane@hotmail.com.br

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

*05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri*

Insuficiência Cardíaca (ICC) e o Infarto Agudo do Miocárdio (IAM), por serem as principais DCV que afetam os idosos (FANTINI, 2015).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) desde 2005 o Brasil é o sexto país do mundo em número de idosos. Assim, em torno do ano de 2020, teremos 14 milhões de pessoas com mais de 60 anos, o que favorecerá há maiores registros de problemas sociais e de saúde decorrentes do processo de envelhecimento populacional. (BRASIL, 2007).

Deste modo, faz-se necessário reduzir os problemas evitáveis, oferecendo oportunidades de lazer, socialização e protagonismo humano, assim como a possibilidade de novas práticas de saúde, a partir da garantia de ações e serviços no que tange as necessidades da população idosa, com o intuito de avançar no que diz respeito à promoção em saúde cardiovascular com redução de riscos e agravos associados à sua existência. Para isso, é primordial a identificação de grupos de risco com enfoque no reconhecimento de necessidades em saúde para que assim possam ser traçadas estratégias que promovam melhorias na qualidade de vida desses pacientes com comprometimento cardiovasculares.

2. OBJETIVO

Identificar os fatores de risco cardiovasculares comportamentais em idosos participantes do Projeto de Extensão Universitário “Viver Bem na Melhor Idade”.

3. MÉTODO

Trata-se de um estudo do tipo descritivo exploratório, com abordagem quantitativa. O estudo foi desenvolvido na Universidade Regional do Cariri (URCA) situada no município de Iguatu-CE, no período de setembro a outubro de 2018. A população foi constituída por todos os idosos que participam ativamente do Projeto de Extensão Viver Bem na Melhor Idade, e que apresentavam faixa etária igual ou superior a 60 anos. Para amostra foram selecionados os idosos que atendiam aos critérios de inclusão e exclusão: ter idade igual ou superior a 60 anos, participar ativamente do referido projeto de extensão e não possuir limitações cognitivas para responder aos questionamentos, sendo assim constituída de oito idosos que atenderam aos critérios estabelecidos.

A coleta de dados deu-se a partir de um questionário semiestruturado previamente elaborado pelos integrantes do projeto, contendo aspectos sociodemográficos e clínicos, sendo as variáveis sociodemográficas constituídas de sexo, faixa etária, estado civil, nível de escolaridade e profissão, e os aspectos clínicos dos

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

fatores de risco cardiovasculares (FRCV), comorbidades associadas, uso de medicamentos, aferição da pressão arterial (PA), altura, peso, glicemia casual e circunferência abdominal (CA).

Para considerar os fatores de risco cardiovascular na população estudada foi observado em relação ao tabagismo e alcoolismo a frequência do hábito registrada durante a coleta, referente ao sedentarismo considerou-se aqueles que referiam não praticar atividade física ou praticarem menos que três vezes por semana. A obesidade foi classificada a partir dos valores de peso e altura, calculados através do Índice de Massa Corporal (IMC), utilizando a fórmula $IMC = \text{Peso (Kg)} / [\text{Altura}]^2 \text{ (m)}$ e considerou obeso o idoso que apresentou $IMC \geq 30 \text{ Kg/m}^2$. Para mensuração do peso foi utilizada balança Digital TechSilver PM da marca Pague Menos, com capacidade de até 180kg e graduação de 100g/0,22lb, a qual foi calibrada antes de iniciar a coleta. Para a altura foi utilizada uma fita métrica que foi fixada na parede, em local plano e regular. A Circunferência Abdominal (CA) foi aferida no ponto médio do rebordo costal e da crista ilíaca, com a utilização de uma fita métrica de 1,50 metros, não distensível, para os resultados considerou CA aumentada quando o valor foi $\geq 94 \text{ cm}$ para homens e $\geq 80 \text{ cm}$ para mulheres. Para avaliação da Pressão Arterial (PA) obtiveram as medidas em três momentos consecutivos e o valor final considerado foi a média das duas últimas aferições utilizando o esfigmomanômetro do tipo DuraShock da marca Welch Allyn e estetoscópio Rappaport Premiun. Os níveis pressóricos foram interpretados conforme os parâmetros estipulados pela Sociedade Brasileira de Hipertensão Arterial (BRASIL, 2016).

Após a coleta, os dados foram organizados, digitados e armazenados no programa Microsoft Office Excel 2016. Em seguida foram analisados por meio da frequência absoluta. Esta pesquisa atende aos aspectos éticos e legais da pesquisa com seres humanos, conforme a Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

4. RESULTADOS

Entre os oito idosos entrevistados evidenciou-se que a maioria era do sexo feminino (62,5%) e do sexo masculino (37,5%). Sobre o estado civil obteve-se que metade eram solteiros, viúvos e/ou divorciados representando o percentil de 50%. Percebeu-se que a representatividade para os solteiros, divorciados e/ou viúvos possui uma paridade entre os casados e com união estável, dessa forma este fator pode contribuir negativamente ou positivamente em relação a qualidade de vida dos idosos uma vez que

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

*05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri*

quando se tornam dependentes a medida em que a idade avança e devido estarem ou não morando sozinhos acabam ficando sem o apoio de cuidadores sejam maridos e/ou filhos.

Quanto à escolaridade, apenas um idoso que nunca estudou (12,5%), os que estudaram entre 0 a 4 anos apresentaram percentual de 62,5%, e um idoso não especificou. Segundo os entrevistados, a maioria não completou os estudos devido ao início precoce no mercado de trabalho como forma de ajudar a família, levando em consideração que esses idosos vêm de uma época em que o acesso à educação básica era precário, as vezes de difícil acesso ou até mesmo inexistente.

Em relação à profissão, 37,5% eram donas de casa, e o restante exerciam profissão de carpinteiro, doméstica, pintor e/ou padeiro distribuídos no mesmo percentual de 12,5%, porém o predomínio total de renda mensal individual foi de um salário mínimo correspondendo aos 87,5%, enquanto que apenas um (12,5%) não quis declará-la e também não trabalhava, mas que era aposentado.

A partir do estudo foi possível evidenciar que o FRCV mais prevalente foi o sedentarismo estando presente em 100% dos idosos investigados, mesmo sendo considerado um problema evitável. Estudiosos relatam que, a partir dos cinquenta anos de idade, os benefícios da atividade física regular se tornam mais relevantes para evitar e/ou minimizar declínios físicos, psicológicos e sociais. A mudança no estilo de vida requer também a prática regular de atividades físicas, além da ingesta hipocalórica e hipossódica (DINIZ; TAVARES, 2013).

Outro fator observado foi a HAS com prevalência em 75% dos participantes, com bons controles pressóricos em decorrência do uso de medicações anti-hipertensivas. O DM também registra uma incidência considerável em idosos, sendo representada por um percentual de 25%, onde estes têm o diagnóstico confirmado e realizam tratamento para o controle glicêmico.

Foi identificado também alterações na CA dos participantes, associado ao acúmulo de gordura visceral, o que favorece ao comprometimento da saúde cardiovascular, sendo registrado sua existência em 50% no sexo feminino, e 37,5% no sexo masculino. Esses achados se assemelham ao encontrado em município de médio porte, que devido as alterações hormonais após a menopausa que propiciam uma tendência para o acúmulo de gordura abdominal (DINIZ; TAVARES, 2013).

Ao investigar o IMC, ressalta-se que, no estudo, 12,5% dos participantes foram classificados como obesos, 50% estavam com sobrepeso e 37,5% com o peso adequado.

XXI Semana de Iniciação Científica da URCA

05 a 09 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

Em relação à associação entre o IMC e o sedentarismo, foi evidenciada em outro estudo que houve reduções significativas do IMC após seis meses de exercícios (DINIZ; TAVARES, 2013).

Observou-se, ainda, como relevante a ausência dos FRCV para etilismo e tabagismo, considerando-os como fator de proteção em relação aos hábitos de vida para a proteção e prevenção de doenças cardiovasculares.

Dessa forma, nesse estudo foi possível evidenciar que as idosas são consideradas como grupo mais vulnerável para os FRCV, por apresentarem maior número de medidas com valores acima do recomendado, bem como maior prevalência para os FRCV de HAS, DM, obesidade, sedentarismo e CA aumentada.

5. CONCLUSÃO

O evidenciado na população estudada assemelha-se ao perfil de idosos brasileiros e de outros países no que diz respeito à distribuição etária e sexo, sendo composta por idosos jovens com predomínio de mulheres.

Os resultados obtidos por meio deste estudo levam a necessidade de traçar estratégias para atuar frente aos riscos cardiovasculares comportamentais, visto que muitos dos fatores de riscos registrados são de caráter preventivo.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Envelhecimento e Saúde da pessoa Idosa**. Caderno da Atenção Básica, no 19. Brasília: Ministério da Saúde, 2007.

CHRISSY, F. C.; JESSICA, M. S.; AMANDA, A. S. V.; NATALIA, T. G.; ANDREA, P.V. Fatores de risco para doenças cardiovasculares em adultos e idosos de um hospital universitário. **Revista Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**. Madrid, v.36, n. 1, p. 24-30, 2016. Disponível em: <<http://revista.nutricion.org/PDF/361covatti.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2018.

FANTINI, J.A; GAGLIANONE, C.C; RIBEIRO, R.C.H. M; CESARINO, C.B; RODRIGUES, C.C; BECCARIA, L.M. Perfil Clínico Dos Pacientes Com Doenças Cardiovasculares Atendidos Na Emergência De Um Hospital De Ensino. **Ver. Enferm. UFPE online**. Recife, v. 9, n. 12, p. 1078-1084, dez. 2015.

DINIZ, M.A.; TAVARES, D.M.S. Fatores de risco para doenças cardiovasculares em idosos de um município do interior de minas gerais. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 22, n. 4, p. 885-892, 2013.

SBC. Sociedade Brasileira de Cardiologia. **7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial**. v. 107, n. 3, supl. 1, set. 2016. ISSN: 0066-782X.