

## CONSCIÊNCIA PLENA AO COMER E ESTADO NUTRICIONAL ENTRE PACIENTES COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA DA CIDADE DE PALMAS, TO

Congresso Brasileiro On-line de Comportamento Alimentar, Alimentação e Saúde, 3ª edição, de 26/04/2021 a 29/04/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-99-0

**BRAGA; Joanna Pacheco de Almeida** <sup>1</sup>, **REZENDE; Fabiane Aparecida Canaan** <sup>2</sup>, **PINTO; Sônia Lopes** <sup>3</sup>

### RESUMO

**Introdução:** Nível de consciência plena ao comer e estado nutricional são fatores modificáveis no cuidado nutricional de pessoas portadoras de hipertensão arterial sistêmica (HAS). **Objetivo:** Caracterizar o perfil sociodemográfico, o nível de consciência plena ao comer, perfil de atividade física e estado nutricional de pacientes com HAS em Palmas/TO.

**Método:** Trata-se de um subestudo da pesquisa nacional intitulada “Efetividade de uma estratégia Nutricional para controle Pressórico em pacientes com hipertensão arterial sistêmica usuários do Sistema Único de Saúde (SUS): estudo NUPRESS” do Hospital do Coração em parceria com o Ministério da Saúde via PROADI-SUS. A Universidade Federal do Tocantins (UFT) é um dos centros colaboradores representante da região Norte do Brasil. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UFT, sob número de protocolo: 3.451.944. Trata-se de um ensaio clínico randomizado aberto e multicêntrico. Neste subestudo foram utilizados somente dados do baseline coletados em Palmas, TO. Os voluntários da pesquisa apresentavam diagnóstico médico prévio de HAS e idade igual ou superior a 21 anos. O estado nutricional foi avaliado segundo os critérios da Organização Mundial da Saúde por meio do Índice de Massa Corporal (IMC) e o risco cardiovascular pelo perímetro da cintura (PC) e pela relação cintura/estatura (RCE). A avaliação socioeconômica foi definida de acordo com o Critério Brasil, a atividade física foi avaliada pelo Questionário Internacional de Atividade Física curto (IPAQ) e avaliação da consciência plena associada ao ato de comer foi realizada a partir do Mindful Eating Questionnaire (MEQ). As análises dos dados foram realizadas no Stata versão 13.0. **Resultados:** A amostra incluiu 77 indivíduos, sendo 53,2% sexo feminino e a maioria adultos (84,4%). A idade média foi de 47,1 ± 9,9 anos (amplitude: 26 a 66). O valor médio da pressão arterial sistólica (PAS) foi 136,7 ± 21,4 mmHg e da pressão arterial diastólica (PAD) 87,5 ± 10,9 mmHg. O nível socioeconômico ficou entre A e D, sendo 71,5% dos pacientes classificados no nível A e B. Quanto ao IPAQ, a maioria (62,4%) foi classificada como não ativos. Cerca de 80% dos pacientes apresentavam excesso de peso (35,1% sobrepeso, 29,9% obesidade grau I, 18,2% grau II e 2,6% grau III) e 62% apresentavam risco cardiovascular devido ao PC elevado. Quanto à RCE, a maioria (90%) dos pacientes estava com valores condizentes com risco cardiovascular aumentado (RCE>0,5). Quanto aos escores de consciência plena associada ao ato de comer o valor médio foi 2,7 ± 0,4 pontos (amplitude: 1,86 a 3,62). Pacientes situados no quartil superior dos

<sup>1</sup> Universidade Federal do Tocantins, joanna.braga@mail.uft.edu.br

<sup>2</sup> Universidade Federal do Tocantins, facrezende@mail.uft.edu.br

<sup>3</sup> Universidade Federal do Tocantins, sonialopes@mail.uft.edu.br

escores do MEQ apresentaram valores médios menores de PAS (-1,43 mmHg) e de PAD (-3,45 mmHg), mas a diferença não foi significativa ( $p > 0,05$ ). **Conclusão:** A maioria dos pacientes são inativos fisicamente, apresentam excesso de peso, elevado risco cardiovascular e são de classe social mais elevada. Pacientes com escores mais elevados de consciência plena ao comer apresentaram menores valores pressóricos, porém não houve diferença estatística significativa.

**PALAVRAS-CHAVE:** antropometria;, comportamento alimentar;, consciência plena;, pressão arterial

<sup>1</sup> Universidade Federal do Tocantins, joanna.braga@mail.uft.edu.br

<sup>2</sup> Universidade Federal do Tocantins, facrezende@mail.uft.edu.br

<sup>3</sup> Universidade Federal do Tocantins, sonialopes@mail.uft.edu.br