

**Título: Verificação do índice de massa corporal e da pressão arterial em moradores de uma comunidade no município do Rio de Janeiro**

**Autor(es)** Ana Beatriz Moreira de Carvalho Monteiro; Glauco Montenegro; José Augusto Ferreira Mendes; Patrick Allan Mesquita dos Santos; Tiago Costa de Figueiredo

**E-mail para contato:** tc-figueiredo@uol.com.br

**IES:** UNESA

**Palavra(s) Chave(s):** Sobrepeso, Obesidade, Hipertensão

#### **RESUMO**

O aumento na prevalência do sobrepeso e da obesidade tem sido demonstrado em vários países, inclusive no Brasil. Alguns estudos verificaram que a população de baixa renda apresenta aumentos significativos nas taxas de gordura corporal, pois o ambiente das comunidades é mais violento e inseguro, impedindo a população de se comprometer com o exercício físico sistemático. A alimentação rica em energia (gordura e açúcares) tem uma grande capacidade de saciar, tem paladar agradável e o baixo custo à torna socialmente aceitável e preferida pelos grupos de menor renda. Além disso, a população de menor renda recebe menos informação acerca dos perigos do excesso de peso e dos benefícios de uma boa alimentação e de um estilo de vida ativo. Diante disso, este estudo teve como objetivo avaliar o índice de massa corporal (IMC) e a pressão arterial (PA) em indivíduos residentes de uma comunidade do Recreio dos Bandeirantes, bairro da zona oeste da cidade do Rio de Janeiro. A amostra foi composta por 56 indivíduos, 24 homens e 32 mulheres, com média de idade de  $42 \pm 18$  anos (min. 16; máx. 90). Os dados foram coletados no dia 27 de maio de 2015, em um evento de uma universidade privada do estado do Rio de Janeiro. Para a medida da massa corporal utilizou-se uma balança digital da marca Plenna, com precisão de 100g e para a medida da estatura um estadiômetro portátil da marca Alturaexata, com precisão de 0,1 cm. A medida da PA foi realizada no braço esquerdo com o indivíduo sentado e relaxado. Foi utilizado um esfigmomanômetro digital (Omron, BP710, China) e os níveis de PA basearam-se nos parâmetros recomendados pela VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial, classificando como ótima a PA sistólica  $< 120$  mmHg, normal  $< 130$  mmHg, limítrofe entre 130-139 mmHg e Hipertensão  $\geq 140$  mmHg. Para a classificação do IMC considerou-se sobrepeso aqueles indivíduos com valores entre 25 e 29,9  $\text{kg/m}^2$  e obesidade  $\geq 30$   $\text{kg/m}^2$ . A amostra apresentou excesso de peso, com 38% dos indivíduos de ambos os gêneros classificados com sobrepeso. Foi verificado um maior percentual para o grupo feminino em relação a prevalência de obesidade quando comparado com o gênero masculino (25% para 17%). Já os resultados referentes a PA, 17% dos homens encontram-se limítrofes e 33% hipertensos, enquanto 13% da amostra feminina está hipertensa. Por fim, conclui-se que mais da metade da população feminina (63%) e masculina (55%) encontram-se com excesso de peso e estão fora dos parâmetros considerados saudáveis. Já as alterações na PA foram maiores na amostra masculina (50%) do que na feminina (13%). A alimentação adequada e a prática de atividade física regular seria uma forma de melhorar a saúde da população em questão, mas os fatores socioculturais e nutricionais dificultam esta realização. Uma ação orientadora relacionada a uma boa alimentação e aos benefícios da atividade física desenvolvida por alunos voluntários das Universidades seria um bom começo.