

ASSOCIAÇÃO ENTRE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E PRESSÃO ARTERIAL DE IDOSAS ATENDIDAS EM AMBULATÓRIO UNIVERSITÁRIO NO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO (APOIO UNIP)

Aluno: Fernando Magri Santos

Orientadora: Profa. Luiza Antoniazzi

Curso: Nutrição

Campus: Marquês

O objetivo deste estudo foi avaliar o consumo alimentar dos idosos com Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) em acompanhamento nutricional ambulatorial e verificar associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e a pressão arterial. Trata-se de estudo quantitativo, descritivo, exploratório e do tipo transversal. A população deste estudo foi constituída de idosos (≥ 60 anos), com diagnóstico de HAS, que aceitaram participar voluntariamente. Na primeira consulta foi aplicado um questionário de frequência alimentar que permitiu o cálculo do valor calórico e dos nutrientes ingeridos com base na Tabela Brasileira de Composição de Alimentos. Na segunda consulta dos idosos foi aplicado um recordatório alimentar de 24 horas (R24h) e, com base nele, foram identificados os alimentos ultraprocessados consumidos no dia. Foram avaliadas 25 idosas, das quais 23 foram à segunda consulta e responderam o R24h. Mais da metade das idosas (52%) tinham ≥ 70 anos e estudaram até o Ensino Fundamental (≤ 8 anos de estudo). Segundo o valor do índice de massa corporal (IMC), 60% delas eram obesas ($\text{IMC} \geq 30 \text{ kg/m}^2$) e 12% apresentavam risco de obesidade ($\text{IMC} \geq 28$ e $< 30 \text{ kg/m}^2$). A mediana do valor de sódio (2863,5 mg) consumido pelas idosas ultrapassa o limite recomendado, enquanto a de potássio (3703,3 mg) não atinge o valor desejável. Os alimentos ultraprocessados tiveram participação importante no valor calórico e de sódio consumidos pelas idosas hipertensas avaliadas; apesar disso, não foi observada correlação forte com os valores de pressão arterial.