

ANÁLISE ANTROPOMÉTRICA DE MULHERES NO CLIMATÉRIO E SUA RELAÇÃO COM O CONSUMO ALIMENTAR (APOIO UNIP)

Aluno: Thyago Iray Campos Nishino

Orientadora: Profa. Dra. Luara Bellinghausen Almeida

Curso: Nutrição

Campus: Vergueiro

Climatério e menopausa são termos que, embora utilizados como sinônimos, não possuem o mesmo significado. O climatério é a fase biológica da mulher em que ocorre a transição do período fértil para o infértil, enquanto a menopausa refere-se à última menstruação. Problemas de saúde nessa população estão associados à má nutrição, seja ela excessiva ou deficiente. Enquanto a ingestão de macronutrientes como lipídeos pode ser excessiva, a de cálcio, ferro e vitaminas como A e C em geral pode ser deficiente. Em geral, a ingestão de proteína e carboidrato é maior que o esperado, o que desencadeia a desproporção de cálcio/proteína. Este trabalho fez parte de um grupo de projetos que possuem a mesma metodologia, mas que abordaram diferentes aspectos dos resultados. Foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Paulista (2.089759). O presente estudo foi do tipo transversal retrospectivo, de cunho qualitativo e quantitativo. Foram compilados dados da primeira consulta do prontuário nutricional. A amostra foi composta por 69 mulheres, com idade média de $49,46 \pm 6,61$ anos, peso médio de $74,91 \pm 17,34$ kg, altura média de $158,40 \pm 0,06$ cm e IMC médio de $29,80 \pm 6,55$. Os dados coletados referiram-se ao consumo alimentar, energia e macronutrientes, com ênfase nos diferentes tipos de lipídios, como colesterol, gordura saturada, gordura monoinsaturada e gordura poli-insaturada, bem como os micronutrientes cálcio e vitamina D. Foram também analisados dados antropométricos referentes ao índice de massa corporal (IMC). Foi encontrada média de idade de 49,46 anos (DP 6,61), com média de altura de 158 cm (DP 0,06). Os resultados sobre IMC mostraram média de $29,80 \text{ kg/cm}^2$ (DP 6,55), o

que caracteriza sobrepeso. Dentro da amostra de 69 mulheres, 76,58% encontram-se acima do peso, dentre as quais 36% com sobrepeso e 40,57% com obesidade. Os dados observados no presente estudo são preocupantes, pois a obesidade eleva os riscos de morbimortalidade, tais como doenças cardiovasculares. Os autores sugerem que deve haver maior atenção para a população estudada, principalmente para elaboração de programas de saúde pública em busca da prevenção de possíveis comorbidades.