

# **ASSOCIAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES AOS NÍVEIS DE PRESSÃO ARTERIAL E A RELAÇÃO CINTURA-QUADRIL EM GRUPOS DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS E IDOSOS NÃO INSTITUCIONALIZADOS: UM ESTUDO COMPARATIVO PARA RISCO CARDIOVASCULAR (APOIO UNIP)**

**Aluna:** Marília de Fátima Cassiano

**Orientadora:** Profa. Dra. Karina Delgado Maida

**Curso:** Nutrição

**Campus:** São José do Rio Pardo

Diversos fatores relacionados a hábitos de vida podem predispor uma pessoa idosa ao aumento do risco cardiovascular e, por consequência, à hipertensão arterial sistêmica. Dessa forma, o objetivo deste estudo foi comparar hábitos alimentares entre grupos de idosos institucionalizados e não institucionalizados e relacioná-los a índices preditivos de risco cardiovascular. 80 idosos institucionalizados e 80 idosos não institucionalizados foram avaliados e comparados quanto aos seguintes dados: relação cintura-quadril (RCQ), pressão arterial (PA) e índice de massa corporal (IMC). Além disso, foram coletados dados como: idade, presença de doenças crônicas, tabagismo e hábitos de atividade diária. Os hábitos alimentares foram analisados por recordatório de 24 horas. Este estudo encontrou menor IMC, além de menor RCQ e valores de PA sistólica e PA média no grupo de idosos institucionalizados, em relação aos não institucionalizados. Essa mesma população apresentou menores índices de tabagismo e sedentarismo. Quanto aos hábitos alimentares, observamos que no grupo institucionalizado a dieta era determinada por nutricionistas e, assim, essa população apresentou uma alimentação mais completa nutricionalmente e melhor distribuída quanto à frequência de refeições. Em conclusão, os resultados sugerem que uma dieta predeterminada por uma instituição e, principalmente, estabelecida por um profissional de nutrição, associada a atividades que as instituições oferecem,

pode ter estabelecido menor risco cardiovascular nos idosos institucionalizados.