



GT 04 – EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE

AVALIAÇÃO DA PRESSÃO CASUAL E FREQUENCIA CARDÍACA EM REPOUSO DE UNIVERSITÁRIOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE GOIÁS, GOIÂNIA.

Edson Júnior Correia Ramalho Frazão da Silva¹
Lídia Acyole de Souza²

Palavras-chave: Estudantes. Hipertensão. Pressão arterial.

Introdução

As doenças cardiovasculares (DCV) são a principal causa de morte no mundo, estima-se que 16,3 milhões de mortes acontecem todos os anos. Nos países em desenvolvimento há um aumento significativo na incidência das DCV pela população. E a projeção para 2030 é que a mortalidade por DCV seja ainda maior entre os adultos (RIQUE; SOARES; CLAUDIA, 2002; MATHERS; LONCAR, 2006; WHO, 2011).

Mais de 50% das mortes por DCV são causadas pela hipertensão arterial. No cenário mundial, com base em estudos populacionais 18% das mortes estão relacionadas ao aumento da hipertensão, e a prevalência desta varia de 21 a 37,7% em todo o mundo (OPA, OMS, 2016).

A pressão arterial é a força exercida pelo sangue nas paredes internas dos vasos sanguíneos com a força proveniente dos batimentos cardíacos. Já a hipertensão se caracteriza por uma condição clínica, que tem os níveis pressóricos elevados e sustentados a mais que 140 e/ou 90mmHg. Os fatores de risco estão associados: à idade (e suas consequentes alterações funcionais), sexo e etnia, excesso de peso, tabagismo, ingestão de sal e álcool e genética (MALACHIAS et al, 2016).

No Brasil, cerca de 36 milhões de pessoas sofrem com a hipertensão arterial, mais da metade desse número são idosos. Medidas de prevenção vêm sendo adotadas pelos governos, visto que o custo para tratamento desta doença é muito alto, sendo a prevenção a melhor opção (MALACHIAS et al, 2016).

¹ Pós-graduação em Movimento Humano – Universidade Estadual de Goiás – E-mail: edson_jr350@hotmail.com

² Docente Pós-graduação em Movimento Humano – Universidade Estadual de Goiás

Apesar da forte associação com a idade, existe uma preocupação crescente com os comportamentos adotados por estudantes universitários durante a graduação. É possível que a fase vivida por esses estudantes se apresente como um fator preditivo para adoção de um estilo de vida inadequado, promovendo impactos na sua saúde. Logo, a saúde do estudante torna-se uma questão emergente, que precisa ser compreendida a partir do impacto causado pela associação entre as demandas inerentes do Ensino Superior e os aspectos sociais, econômicos e pessoais (OLIVEIRA; PADOVANI, 2014).

Entendendo a importância do tema e o papel dos profissionais de educação física no controle e combate a doença, este estudo propôs se a responder qual a prevalência do quadro de hipertensão nos estudantes do curso de Educação Física?

O objetivo do estudo foi avaliar a pressão arterial casual e frequência cardíaca em repouso de universitários de Educação Física da Universidade Estadual de Goiás, Goiânia.

Metodologia

Estudo transversal, analítico de análise quantitativa. A amostra foi composta por acadêmicos do curso de Educação Física de uma universidade pública de Goiânia, Goiás.

O critério de inclusão adotado foi de estar regularmente matriculado, estar presente no dia da coleta e ser maior de 18 anos. Foram excluídos da amostra aqueles com o preenchimento incorreto do questionário e/ou falta de informações que comprometeram a análise dos dados e apresentaram algum problema neurológico que impediu a qualificação dos procedimentos avaliativos.

Foram aplicados dois questionários, um sócio demográfico para preenchimento de informações de identificação pessoal e de graduação (nome, sexo, período, turno, cidade de residência, uso de tabaco e álcool e como avalia a própria saúde), e o questionário elaborado pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa para (ABEP, 2015) para classificação econômica. Para a identificação dos fatores risco e prevalência de hipertensão, foi utilizado o seguinte instrumento. Pressão arterial periférica.

Pressão arterial periférica: Foi realizada a medida casual de consultório. A PA foi aferida com uso de aparelhos semiautomáticos da marca OMRON, modelo HEM-705CP, validado por instituições internacionais e recomendado para ser utilizado em estudos epidemiológicos (SILVA et al., 2004).

De acordo com as normas da Resolução 466/12 Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisas envolvendo seres humanos, o presente projeto foi submetido à avaliação e avaliado pelo Comitê de Ética sob o parecer nº 038/2016.1.

Os dados foram analisados através de estatística descritiva e apresentados por medidas de tendência central (média), medidas de dispersão (desvio padrão), as variáveis qualitativas foram apresentadas com suas frequências absolutas e proporções.

Para comparação dos dados utilizou-se o teste T para amostras independentes e ANOVA, fixando o valor de significância em 5%.

Resultados

O estudo contou com a colaboração de 313 alunos, com média de idade de 22 anos \pm 4,64 anos, do primeiro ao oitavo período do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade estadual de Goiás, sendo 148 (47,3%) do sexo feminino e 165 (52,7%) do sexo masculino. A maioria se encontra na classe B, representando 41,2% (n=115).

Considerando o período, a maior parte se encontra no primeiro semestre da graduação, com um quantitativo de 16% (n=50) e 56,9% (n=178) do total da amostra se encontra matriculado no turno matutino. Nos questionários foi identificado que 38% dos alunos trabalham (n=119), sendo que 62% (n=194) estão apenas estudando.

Levando em consideração o consumo de tabaco, 6,1% da amostra (n=19) declarou fazer uso do produto, enquanto 93,9% (n=294) dizem não fazê-lo. De acordo com o nível de atividade física, 65,8% (n=206) foram considerados sedentários.

Foi possível identificar uma prevalência de 5,13% de alunos hipertensos, enquanto 9,62% foram considerados pré-hipertensos e 85,26% eram normotensos. A média de PAS foi de $114,2 \pm 14,13$, a de PAD foi de $65,8 \pm 8,17$ e a FC foi de $75,94 \pm 22,375$, mostrando que a maioria da amostra se enquadra na condição de normotensos (MALACHIAS et al, 2016).

Quando comparado os resultados pressóricos com as variáveis sociodemográficas foi encontrada diferença significativa nas variáveis sexo, onde as pressões sistólica e diastólica foram maiores ($p=0,001$) nos homens ($121,3 \pm 11,92 / 67,26 \pm 9,01$) em relação as mulheres ($106,15 \pm 11,95 / 64,1 \pm 6,75$). No variável turno os alunos do noturno apresentaram maior pressão sistólica ($123,0 \pm 13,28$ $p=0,001$), e alunos que trabalham também apresentaram pressão sistólica ($116,6 \pm 17,26 / p=0,01$) e diastólica ($67,0 \pm 8,72$ $p=0,03$) superiores aos que não trabalham ($112,7 \pm 11,6 / 65,0 \pm 7,72$).

Na comparação das medidas de PAS, PAD e FC por nível de atividade física, alunos sedentários apresentaram uma média de FC de $80,35 \pm 34,35$ bpm, e os fisicamente ativos de $73,67 \pm 11,82$ ($p=0,01$).

Minache (2016) encontrou em seu estudo que a prevalência da hipertensão arterial está fortemente associada com os fatores de risco da idade (faixa etária) e também do trabalho. Assim como Moreira, Gomes e Santos (2010), coloca que a adesão de um estilo de vida mais saudável, com hábitos de vida mais saudáveis podia determinar melhoras na pressão arterial e na qualidade de vida em geral.

Moreira, Gomes e Santos (2010) reforçam ainda a necessidade de uma política mais eficiente de promoção de saúde, que vise conscientizar as pessoas dos riscos que correm com hábitos de vida não saudáveis e também mostrar os cuidados que podem ser tomados para evitar as DCV e outras doenças, visto que os índices destas doenças estão aumentando assustadoramente.

Considerações finais

A partir dos dados analisados, é possível concluir que a amostra apresenta o seguinte perfil: maioria homens, de classe econômica B, que está cursando a primeira metade do curso e do turno matutino. Outro dado importante foi sobre a ocupação dos investigados indicando que maioria não está trabalhando durante a graduação, além de não fazerem uso de tabaco e serem fisicamente ativos.

A prevalência de hipertensão arterial aqui identificada foi considerada baixa, nos quais os homens e alunos trabalhadores apresentaram maiores resultados nos valores pressóricos, e alunos fisicamente ativos demonstraram menores valores de frequência cardíaca. Entretanto, diferentemente do que a literatura aponta, não foi encontrada associação entre hipertensão arterial e variáveis, como tabagismo, classe econômica e consumo de álcool.

Futuros estudos devem se aprofundar na temática, pois seria de fundamental importância a instrução aos jovens e a população em geral para prevenção desta grave doença. Vale ressaltar que o conhecimento da prevalência de doenças que são risco para sociedade só se torna importante a partir do momento em que começarmos a trabalhar prevenções. Estas podem vir, inicialmente, a partir de simples instruções as pessoas, para que em um futuro seja possível comparar e ver a melhoria apresentada.

Referências

ABEP - Critério Padrão de Classificação Econômica Brasil. 2008. Disponível em: www.abep.org. Acesso em 26 out. 2018.

MALACHIAS et al, 7º diretriz brasileira de hipertensão arterial. 2015. Disponível em: <http://publicacoes.cardiol.br>. Acesso em: 26 out. 2018.

MATHERS, C.D.; LONCAR, D. Projections of Global Mortality and Burden of Disease from 2002 to 2030. **PLoS Med.** v.3, n.11, p. 442, 2006.

MOREIRA, T.M.M, GOMES, E.B, SANTOS J.C. Fatores de risco cardiovasculares em adultos jovens com hipertensão arterial e/ou diabetes mellitus. **Rev Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre (RS), v. 31, n.4, p.662-9, dez, 2010.

OLIVEIRA, Nara Rejane Cruz de; PADOVANI, Ricardo Da Costa. Saúde do estudante universitário: uma questão para reflexão. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 995-996, Mar. 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?>. Acesso em: 26 out. 2018.

Organização Pan Americana de Saúde e Organização mundial de Saúde. **Dia mundial da hipertensão 2016**. Disponível em: <http://www.paho.org/bireme/index.php?>. Acesso em: 28/10/2017.

RIQUE, A.B.R.; SOARES, E.A.; MEIRELLES, C.M.; Nutrição e exercício na prevenção e controle das doenças cardiovasculares. *Rev. Bras. Med. Esporte*, Vol. 8, n. 6, p. 244 – 254, Nov/Dez, 2002.

World Health Organization (WHO) **Global status report on noncommunicable diseases 2010**. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44579/1/9789240686458_eng.pdf Acesso em: 18 de Nov, 2017.