



Avaliação da circunferência da cintura e consequente risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares em mulheres de Limoeiro do Norte - CE

Paula Viviane Santiago Santos¹, Taianne Michelle Silva de Souza¹, Ranieli Darly Freire Vieira¹, Márcia Vannusa Vieira¹, Tiago Freire Martins¹, Juliana Zani de Almeida²

¹Graduandos do Curso de Nutrição - pv_anel@hotmail.com

²Professora do Curso de Nutrição do Instituto Federal do Ceará – IFCE, campus Limoeiro do Norte. E-mail: julianazani@ifce.edu.br

Resumo: Os países de média e baixa renda estão em alerta para uma epidemia de Doenças Cardiovasculares (DCV) e isso em consequência da urbanização, envelhecimento populacional e do consumo exagerado de alimentos industrializados além da falta de práticas de exercício físico. E tudo isso ocasionará um acúmulo de gordura na região abdominal, que se tornam prevalentes em crianças, adolescentes e adultos. Este estudo então foi realizado com um grupo de mulheres que fazem parte de um projeto, onde foram feitas aferições da circunferência da cintura para que pudesse avaliar o risco de desenvolvimento de Doenças Cardiovasculares através do acúmulo de gordura na região abdominal, podendo então observar que 51,3% das mulheres avaliadas apresentavam risco para doenças cardiovasculares. Este valor mostrou-se superior ao encontrado por estudo realizado na cidade de Viçosa, em Minas Gerais. O aumento do acúmulo de gordura abdominal deve-se ao crescente desenvolvimento de obesidade na população decorrente da mudança nos hábitos alimentares e estilo de vida. Os dados obtidos nesse estudo contribuem para evidenciar uma realidade que já esta se tornando comum em todo o mundo. Com a identificação precoce do problema espera-se que medidas possam ser desenvolvidas no sentido de prevenir os agravos desta situação.

Palavras-chave: circunferência da cintura, doença cardiovascular, gordura abdominal

1. INTRODUÇÃO

Desde 2001 nas áreas das doenças crônicas, as Organizações Internacionais têm alertado para o risco de migração da epidemia de Doenças Cardiovasculares (DCV) dos países centrais para os países de média e baixa renda, decorrente do envelhecimento populacional, da urbanização e do aumento de consumo de alimentos industrializados das populações desses países. Para a prevenção, elas têm recomendado reestruturação dos Serviços de Saúde de forma a priorizar a identificação precoce de indivíduos em risco e seu atendimento continuado (EPPING-JORDAN J *et al*, 2003).

Atualmente é bastante prevalente as alterações de hábitos alimentares e a falta de prática de atividades físicas, contribuindo para o aumento do número de pessoas com doenças crônicas degenerativas, ou seja, tais hábitos estão associados ao desenvolvimento de fatores de risco para as DCV, como o acúmulo de gordura corporal (PITANGA, 2002).

O aumento da gordura corporal é prevalente em crianças, adolescentes, adultos e a distribuição da gordura é um forte indicador para identificar fatores de risco para DCV em todas as faixas etárias. O acúmulo de tecido adiposo na região abdominal indica um alto risco para DCV (JANSSEN *et al* 2004).

O risco de desenvolver doenças cardiovasculares será mais prevalente quando ocorrer um acúmulo de gordura corporal na região abdominal (ZANELLA, 2005).

A circunferência da cintura é o indicador utilizado para aferir a distribuição de tecido adiposo na região abdominal tanto em avaliação individual como coletivas. Segundo Janssen, *et al* (2004), o valores de circunferência da cintura acima de 102cm para os homens e 88 cm para mulheres, mas com IMC normal, configuram riscos para DCV semelhantes ao risco de pessoas com sobrepeso e obesidade (FERNADÉZ *et al*, 2004).

Desta forma o trabalho tem como objetivo avaliar a circunferência da cintura e consequente risco de desenvolvimento de DCV em mulheres que fazem parte do Programa Federal: Mulheres Mil na cidade de Limoeiro do Norte – CE, tendo em vista a necessidade de pesquisas na área, bem como fornecer dados para criação de Políticas Públicas pelos Órgãos municipais.



2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, quanti-qualitativo, descritivo e analítico. Foi realizado com 77 mulheres, com faixa etária entre 20 e 62 anos, do Projeto Mulheres Mil, do Bairro Antonio Holanda de Almeida, de Limoeiro do Norte – CE, no período de junho de 2012. Após as mesmas conhecerem os objetivos da pesquisa e, verificadas suas disponibilidades, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) concordando em participar como voluntárias desse estudo. A pesquisa obedeceu todos os requisitos éticos, não oferecendo nenhum risco físico ou moral as participantes.

Foram incluídas na pesquisa todas as mulheres que estavam regularmente matriculadas no Projeto, que frequentavam assiduamente as aulas e compareceram no local, horário e datas previstas para realização da coleta de dados. Foram excluídas da pesquisa as que não se enquadravam no perfil citado acima.

De acordo com as recomendações de Petroski (1999) todas as voluntárias foram submetidas à aferição da circunferência da cintura (CC) através de uma avaliação antropométrica com fita métrica flexível da marca em aço da marca Sanny[®], com campo de uso de 2 metros e tolerância de $\pm 0,10$ em 1 metro. Após a coleta da CC, os dados foram tabulados e classificados de acordo com padrões referenciais da Organização Mundial de Saúde – OMS (2001) (Tabela1).

Tabela 1: Análise do risco de DCV de acordo com a CC.

CC	Classificação
Sem Risco	<88 cm
Com Risco	>88 cm

Os dados foram analisados e tabulados através de média, frequência simples e percentual.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliadas 74 mulheres com idade média de 38 anos e variação de 20 a 62 anos. Pode-se constatar na Tabela 2, de acordo com a CC, a maioria (51,35%, n=38) das mulheres apresentou risco de desenvolver DCV. Este valor encontra-se superior ao encontrado por Rezende *et al* em estudo realizado em 2006, na cidade de Viçosa, onde observou-se uma prevalência de 42% das mulheres com circunferência abdominal com alto risco.

Tabela 2. Risco de desenvolver DCV em mulheres de Limoeiro do Norte – CE, 2012.

	N	Percentual (%)
Com Risco	38	51,35
Sem Risco	36	48,64
TOTAL	74	100

Mulheres com sobrepeso apresentam um risco elevado para doenças cardiovasculares devido a CC acima do recomendado, podendo então apresentar outras complicações (NATIONAL TASK FORCE, 2000; PI-SUNYER, 2002). O acúmulo de gordura corporal ocasiona deposição de lipídeos nos tecidos, principalmente, adiposo, fígado, músculos e células pancreáticas, acarretando em inúmeras alterações metabólicas. O acúmulo de gordura no fígado causa a dislipidemia aterogênica,



tornando-se um dos principais fatores de formação da placa aterogênica culminando em problemas cardiovasculares. Em pessoas obesas, a maior síntese promovida pelos adipócitos promove uma elevação nas concentrações de angiotensinogênio, gerando mais angiotensina II provocando elevação da pressão arterial e podendo desencadear hipertensão prolongada (SANTOS *et al*, 2006).

Pode-se observar que existe uma relação intrínseca entre o acúmulo de gordura visceral com o risco de desenvolver doenças cardiovasculares. O aumento da prevalência de obesidade nos últimos anos contribui para a formação desse quadro. O processo de transição nutricional pelo qual a população vem passando, onde se observa o aumento no consumo de alimentos ricos em energia, gorduras saturadas, açúcares simples e pobres em nutrientes, bem como a mudança no estilo de vida caracterizada pela diminuição da prática de atividade física, podem ser apontados como principais causas desta problemática (SÁ e MOURA, 2010).

4. CONCLUSÕES

Através da avaliação da medida da CC pode-se concluir que o risco de desenvolvimento de DCV dessa população é relativamente elevado. Dessa forma, a avaliação antropométrica frequente de indivíduos é de grande utilidade e importância para estabelecimento de estratégias de intervenção visando à prevenção de doenças crônicas degenerativas. Foi possível, com esse estudo, avaliar o risco para doenças cardiovasculares através da medida de circunferência abdominal, que tem relação direta com alterações metabólicas. Ressalta-se a importância de um acompanhamento nutricional e implementação de programas de atividade física a fim de contribuir com a promoção de saúde.

REFERÊNCIAS

EPPING-JORDAN, J. et al. **Cuidados Inovadores Para Condições Crônicas:** componentes estruturais de Ação. World Health Organization, 2003. p.15-30.

JANSSEN, I.; KATZMARZYK, P.T.; ROSS, R. W. Circunference and not body mass index explains obesity-related health risk. **Am j clin nutr**, v.3, n.79, p.379-384, 2004.

NATIONAL TASK FORCE ON THE PREVENTION AND TREATMENT OF OBESITY. Overweight, obesity, and health risk. **Arch Intern Med.**, v.160, s.n., p. 898 – 904, 2000.

PETROSKI, E. L. **Antropometria: técnicas e padronizações.** Porto Alegre: Pallotti, 1999.

PITANGA, F. J.G. Epidemiologia, Atividade Física e Saúde. **Rev. Bras. Ciên. e Mov.**, v.10 n. 3, p. 49-54, 2002.

REZENDE, F. A. C. *et al.* Índice de massa corporal e circunferência abdominal: associação com fatores de risco cardiovascular. **Arq Bras Cardiol.**, v. 87. n. 6. p. 730-733, 2006.

SÁ, N. N. B.; MOURA, E. C. Fatores associados a carga de doenças da síndrome metabólica entre adultos brasileiros. **Caderno de Saúde Pública**, v. 26, n. 9, p. 1855-1861, 2010.

SANTOS, C. R. B. Fatores dietéticos na prevenção e tratamento de comorbidades associadas à síndrome metabólica. **Revista de Nutrição**, v. 19, n. 3, p. 389-401, 2006.

WHO. World Health Organization Obesity. **Preventing and managing the global epidemic:** report of a WHO Consultation. Geneva, World Health Organization. Technical Report Series, 894. 1998.



ZANELLA, M. T. Obesidade e risco cardiovascular. In.: ZANELLA, M. T.; CLAUDINO, A. M. **Guia de transtornos alimentares e obesidade.** Barueri, SP: Manole, 2005. p. 219 – 226.