

OBESIDADE E HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS

Raquel dos Santos¹; Yasmin Assis Lozado²; Rafael Santos Barbosa³; Flávia Aparecida Cardozo Santos⁴; Lucas dos Santos⁵

¹Graduanda no Bacharelado em Nutrição (FAMAM), r.nutrisb@gmail.com; ²Graduanda no Bacharelado em Educação Física (UESB), yasmin751957@gmail.com; ³Graduando no Bacharelado em Educação Física (UESB), rafabarbosa16rb@gmail.com. ⁴Graduanda no Bacharelado em Nutrição (FAMAM), flaviacardozo4@gmail.com; ⁵Profissional de Educação Física e Mestrando em Ciências da Saúde (UESB), lsantos.ed.f@gmail.com

O envelhecimento é composto por alterações fisiológicas que geram agravos à condição nutricional. Entre alguns dos mais importantes, destaca-se o acúmulo excessivo de gordura corporal que torna o idoso mais propenso ao acometimento de comorbidades, a exemplo da hipertensão arterial, que, por sua vez, proporciona maior risco para desfechos desfavoráveis à saúde, como acidente vascular encefálico, infarto agudo do miocárdio e doenças renais crônicas. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo verificar a associação entre obesidade e hipertensão arterial em idosos. Trata-se de uma revisão de literatura, integrativa, realizada em setembro de 2019, nas bases de dados Latina- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - LILACS e Scientific Electronic Library Online - SciELO, utilizando a seguinte estratégia de busca: “*hypertension*” AND “*nutritional status*” AND “*aging*” OR “*elderly*” OR “*older adults*”. Os critérios de inclusão foram: estudos originais, publicados entre 2013 e 2019, em língua portuguesa ou inglesa, disponíveis na íntegra. Os critérios de exclusão foram: projetos de pesquisa, dissertações, monografias, teses, publicações em anais de eventos, cartas ao editor, artigos de revisão, artigos não disponíveis em formato completo ou duplicados. A seleção dos estudos foi feita por dois revisores de modo simultâneo e independente. Na existência de dúvidas, um terceiro revisor, experiente, foi consultado. Após as buscas, foram encontrados 469 manuscritos científicos. Deste, oito foram selecionados para a revisão, por atenderem ao objetivo e aos critérios estabelecidos. Todos os estudos apresentaram delineamento transversal. As amostras da população estudada variaram de 46 a 963 idosos, de ambos os sexos, com idade média entre 65±9,0 e 73±8,9 anos. As prevalências de sobrepeso/obesidade, observadas, oscilaram entre 34,20 e 77,40%, enquanto as de hipertensão arterial variou de 64,40 a 76,51%. Verificou-se, em um dos estudos, que os idosos obesos apresentaram 3,85 vezes mais chances de serem hipertensos, quando comparados aos eutróficos. Em outro estudo, observou-se que as idosas e os idosos hipertensos apresentaram, respectivamente, em média, um índice de massa corporal 3,22 e 2,27 kg/m² maior que os avaliados sem hipertensão. Ademais, foi averiguado que idosos com obesidade apresentaram uma prevalência de hipertensão 40% maior quando comparados ao normotensos. Os resultados da presente revisão mostraram uma forte relação entre o acúmulo excessivo de gordura e a hipertensão arterial, além de elevadas prevalências destas condições nos idosos avaliados. Desta forma, torna-se importante a realização de políticas de saúde que fomentem a adoção de estratégias como o aumento dos níveis de atividade física e nutrição equilibrada, a fim de proporcionar melhores condições de saúde à respectiva população.

Palavras-chave: Pressão Arterial Elevada. Obesidade. Saúde do Idoso. Epidemiologia.