

## PADRÃO DE CONSUMO ALIMENTAR EM INDIVÍDUOS COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM UM MUNICÍPIO DO RECÔNCAVO DA BAHIA

Ananda Peixoto Costa Carvalho\*  
Bárbara Conceição Menezes de Oliveira\*\*  
Lana Mércia Santiago de Souza\*\*\*  
Larissa Tannus Rebouças\*\*\*\*  
Wanessa Karine da Silva Lima\*\*\*\*\*

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) popularmente conhecida como pressão alta configura-se um importante problema de saúde no Brasil, por possuir elevada prevalência e pelas complicações agudas e crônicas a que está associada. A HAS atinge 32,5% (36 milhões) de indivíduos adultos no mundo, sendo mais de 60% idosos, possui baixas taxas de controle, apesar de um grande número de medicações anti-hipertensivas disponível para o seu tratamento. O tratamento da HAS consiste em dois tipos de abordagem: a farmacológica que se caracteriza pelo uso de fármacos para controle da pressão arterial (PA) e a não farmacológica que consiste em estratégias que visam mudar o estilo de vida, favorecendo a redução da PA, que por sua vez, reduz a necessidade do uso de drogas anti-hipertensivas. O objetivo do estudo foi avaliar o padrão de consumo alimentar de indivíduos com HAS em um município do Recôncavo da Bahia. Trata-se de uma pesquisa transversal, com abordagem quantitativa, realizados nas duas Unidades de Saúde da Família (USF) da Zona Urbana do município com homens e mulheres com idade igual ou superior a 19 anos que possuíam HAS. Os dados foram coletados por meio de entrevista estruturada dirigida com a aplicação de um questionário fechado composto por 16 itens sobre a frequência de consumo de grupos alimentares. As informações foram comparadas com as recomendações propostas pela Pirâmide Alimentar Brasileira adaptada por Philippi et al. (1999), considerando como regular o consumo igual ou maior, em número de porções, dos grupos de alimentos, e não regular quando o indivíduo consumiu quantidades inferiores às porções recomendadas. A análise dos dados foi realizada por meio do Microsoft Office Excel. Foram avaliados 100 indivíduos com HAS, sendo 53% do sexo feminino e 47% sexo masculino com idade mediana de 48 anos. Verificou-se que 52% dos indivíduos realizam de 5 a 6 refeições/dia, e 48%, de 3 a 4 refeições/dia. O consumo não regular de frutas foi de 83%, quanto ao consumo de leguminosas, 57% foram regulares e para leite e derivados 84% foram não regulares. O consumo de cereais não regulares foi de 83% e carnes e ovos 100% dos entrevistados foram regulares. O consumo de frituras e embutidos 82%, e doces e refrigerantes 81% foram regulares para os dois grupos. Com base nos resultados foi possível perceber algumas práticas alimentares inadequadas que podem contribuir como fator de risco para outras doenças crônicas, verifica-se também a necessidade de aprofundar o conhecimento sobre o estado de saúde dessa população, assim como a elaboração de estratégias e políticas de saúde que permitam melhorar sua qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Fatores de risco. Consumo alimentar. Doenças crônicas. Hipertensão Arterial.

\*Graduanda em Bacharelado em Nutrição pela Faculdade Maria Milza. Email: [anandapccarvalho@gmail.com](mailto:anandapccarvalho@gmail.com)

\*\*Graduanda em Bacharelado em Nutrição pela Faculdade Maria Milza. Email: [barbaracmnz@gmail.com](mailto:barbaracmnz@gmail.com)

\*\*\*Mestre em Alimentos, Nutrição e Saúde. Email: [lanamercia@gmail.com](mailto:lanamercia@gmail.com)

\*\*\*\*Mestre em Alimentos, Nutrição e Saúde. Docente da Faculdade Maria Milza. Email: [issatannus@gmail.com](mailto:issatannus@gmail.com)

\*\*\*\*\*Mestre em Microbiologia Agrícola pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. Docente da Faculdade Maria Milza. Email: [wanessakarinenutri@outlook.com](mailto:wanessakarinenutri@outlook.com)