

RELAÇÃO ENTRE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES DE RISCO CARDIOMETABÓLICO EM PACIENTES DIABÉTICOS

KAREN PRICYLA CRUZ SANTOS (CRN:6888)

MARINA COSTA SALGADO (CRN:6954)

HISYS RAVELLY SANTOS DE SOUZA

HELLYNE ISABEL MARQUES BARBOSA

DEISE ARANHA SAMPAIO (CRN:5399)

Hospital Universitário de Sergipe (Hu-Ufs), Aracaju, Sergipe, Brasil.

E-mail: karen_nutriufs@hotmail.com

PALAVRA-CHAVE: atividade física; risco; diabetes.

INTRODUÇÃO: As Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) representam um problema de saúde pública em nível nacional (KREUZBERG; AGUILAR e LIMA, 2016). O diabetes mellitus é uma das principais doenças crônicas degenerativas com alta prevalência na população adulta brasileira e que pode ser controlada, dentre outras intervenções, por meio de uma alimentação equilibrada e atividade física (KREUZBERG; AGUILAR e LIMA, 2016; SILVA *et al.*, 2015). Assim, a inatividade física é um fator de risco independente para as doenças crônicas não transmissíveis, sendo que a prática regular de exercício físico altera favoravelmente alguns fatores de risco cardiometabólico, como controle glicêmico, redução do peso corporal, controle da pressão arterial, dentre outros, prevenindo assim as complicações agudas e crônicas do diabetes que são as principais responsáveis pela morbidade e mortalidade desses pacientes (SANTANA *et al.*, 2015; MACEDO *et al.*, 2012; PASQUALOTO ET al., 2012). **OBJETIVO:** Avaliar a relação entre prática regular de atividade física e fatores de risco cardiometabólico em pacientes portadores de diabetes mellitus. **METODOLOGIA:** trata-se de um estudo transversal realizado no Hospital Universitário de Sergipe (HU-UFS) em adultos e idosos portadores de diabetes mellitus. Para avaliação do risco cardiometabólico desses pacientes foram coletados os seguintes dados: peso, altura, circunferência da cintura (cc), lipidograma completo, glicemia de jejum, glicemia pós-prandial e o nível de atividade física. Para análise dos dados utilizou-se o programa spss® versão 20.0 e foi extraído frequência das variáveis quantitativas e aplicado o teste qui-quadrado adotando nível de significância $p < 0,05$. O presente estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com número do parecer nº16895213.5.0000.5546. Os participantes que aceitaram contribuir com a pesquisa assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. **RESULTADOS:** O estudo foi composto por 254 participantes, sendo 77,6% do sexo feminino com média de idade de aproximadamente 59 anos. A média dos dados antropométricos foi: peso $78,09 \pm 20,3$ kg; CC $100,13 \pm 15,38$ cm e IMC $31,86 \pm 10,45$ kg/m². Ao exame bioquímico os participantes apresentaram média de: Glicemia de jejum $133,11 \pm 63,5$ mg/dL; Colesterol Total $184,07 \pm 49,7$ mg/dL, LDL-c $105,5 \pm 49,7$ mg/dL e HDL-c $47,9 \pm 17,2$ mg/dL. Com relação à prática de atividade física 39,7% referiram fazer algum tipo de atividade física, sendo a caminhada o exercício mais frequente. A média semanal de realização de atividade física foi de três vezes por semana com duração de aproximadamente 5 horas semanais. Foi observada correlação negativa entre atividade física e CC ($p < 0,001$), atividade física e dislipidemia ($p < 0,001$) e atividade física e pressão arterial ($p < 0,001$). **CONCLUSÃO:** O presente estudo evidenciou que a prática regular de atividade física interfere negativamente em alguns fatores de risco cardiometabólico.

REFERÊNCIAS:

KREUZBERG, J. T. N.; AGUILAR A. M. M.; LIMA, M. M. Riscos para complicações cardiovasculares em portadores de diabetes mellitus. **Revista de Enfermagem UFSM**. vol. 6, n.1, 2016.

MACEDO, C. S. G. Benefícios da exercício físico na qualidade de vida. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. vol. 8, n. 2, 2012.

SANTANA , O.S., et al. Atividade física e escore de risco de Framingham entre idosos: Projeto Bambuí. **Caderno de Saúde Pública**. vol. 31, n.10, Rio de Janeiro, 2015.

SILVA, M.A.V., et al. Impacto da ativação da intenção na prática da atividade física em diabéticos tipo II: ensaio clínico randomizado. **Ciência & Saúde Coletiva**. vol. 20n. 3, 2015.

PASQUALOTTO, K. R., et al. Diabetes mellitus e Complicações. **Journal of Biotechnology and Biodiversity**. v. 3, n.4, 2012.