

ASSOCIAÇÃO ENTRE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA-PROCESSADOS E PRESSÃO ARTERIAL

MAÍRA ALVES BRAGA DE OLIVEIRA; SINARA LAURINI ROSSATO; RUCHELLI FRANÇA DE LIMA; RODOLFO SOUZA DA SILVA; DANIELE FUHRICH; MARTINA SOUZA; LEILA B MOREIRA; SANDRA C FUCHS; FLÁVIO FUCHS

a) O consumo de alimentos ultra-processados é associado à alta prevalência de doenças crônicas, contudo seu efeito sobre a Pressão Arterial ainda é pouco explorado. b) Avaliar a associação entre o consumo de alimentos ultra-processados e a Pressão Arterial Sistólica (PAS) e Diastólica (PAD) em hipertensos em tratamento regular. c) Estudo longitudinal com 125 indivíduos hipertensos em tratamento regular, de 30 a 80 anos de idade, atendidos no Ambulatório de Hipertensão do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) e na Unidade Básica de Saúde. Medidas de pressão arterial foram aferidas com aparelho digital OMRON CP-705 em duplicata. Foram realizadas 4 avaliações de ingestão alimentar semanalmente, com recordatório alimentar de 24 horas (R24h). Os alimentos foram agrupados em: Minimamente processados; Moderadamente processados; e Ultra-processados. A ingestão alimentar foi categorizada de acordo com a frequência diária de consumo: até 3x/dia; 4x/dia; 5 ou 6x/dia; e mais de 7x/dia. Os dados foram analisados com Equações de Estimação Generalizadas (GEE). d) A média de idade foi 62 (± 9) anos, 59,5% eram mulheres, e a PAS média foi de 133,4 mmHg e a PAD de 81,4 mmHg na amostra. Não houve diferença estatisticamente significativa na PAS e PAD de acordo com a ingestão de alimentos minimamente processados e moderadamente processados. A PAS foi 15,8 mmHg (± 4.0 ; $p < 0,001$) e a PAD 6,3 mmHg (± 2.3 ; $p = 0,02$) mais alta em indivíduos que consumiram mais de 7 vezes por dia alimentos ultra-processados em comparação àqueles que consumiram até 3 vezes ao dia. e) O consumo de alimentos ultra-processados associa-se à pressão arterial de indivíduos em tratamento regular com alta ingestão de alimentos ultra-processados.