

PERFIL ANTROPOMÉTRICO E CONSUMO ALIMENTAR DE MULHERES HIPERTENSAS NA PÓS-MENOPAUSA

Bruna Cherubini Alves, Thaís Rasia da Silva, Poli Mara Spritzer

Introdução: Após a menopausa, aumenta a prevalência de hipertensão arterial sistêmica (HAS), elevando o risco de morbidade por doenças cardiovasculares. Dentre o manejo não medicamentoso da HAS, recomenda-se mudança no estilo de vida, especialmente no consumo alimentar (CA) e controle da obesidade. Estudos investigam as possíveis relações entre HAS e micronutrientes. Objetivo: Determinar se existe diferença no CA e perfil antropométrico de mulheres na pós-menopausa com ou sem HAS. Metodologia: Estudo transversal; foram incluídas 105 mulheres com no mínimo 1 ano de amenorréia e níveis de FSH > 35 mUI/ml e excluídas as tabagistas, diabéticas e usuárias de terapia de reposição hormonal nos 3 meses anteriores ao estudo. Foram realizadas avaliações antropométricas, clínicas e laboratoriais e aplicado questionário de frequência alimentar. As participantes foram estratificadas de acordo com presença ou ausência de HAS. Resultados: A média de idade foi de 55,2±4,9 anos, tempo após a menopausa 6,8±1,0 anos e índice de massa corporal (IMC) 27,1±4,7 Kg/m². 34 mulheres (32,4%) foram diagnosticadas com HAS, as quais apresentaram maior IMC (p=0,001), circunferência da cintura (p<0,001) e percentual (%) de gordura corporal (p=0,006). Em relação ao consumo de calorias (p=0,727), fibras (p=0,641), sódio (p=0,327), cálcio (p=0,407), vitamina B12 (p=0,476), folato (p=0,542) e % de proteína (p=0,471), carboidrato (p=0,370) e gordura (p=0,614) não houve diferença estatística entre HAS e normotensas (NT). Conclusão: Nessa amostra de mulheres na pós-menopausa, as HAS apresentaram um pior perfil antropométrico, mas não foram identificadas diferenças no CA em relação às NT. A continuação do estudo com a inclusão de maior número de mulheres poderá trazer novos resultados.