

ASSOCIAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA USUAL COM CONTROLE PRESSÓRICO E METABÓLICO DE PACIENTES COM DIABETES MELITO TIPO 2: DADOS PRELIMINARES

Alessandra Teixeira Netto Zucatti, Rafael Dall Agnol, Tatiana Pedroso de Paula, Luciana Verçoza Viana, Beatriz D'Agord Schaan, Mirela Jobim de Azevedo, Jorge Luiz Gross, Cristiane Bauermann Leitão

Introdução: O exercício físico estruturado melhora o controle pressórico de pacientes com diabetes melito tipo 2 (DM2). No entanto, ainda não foi definido se a atividade física (AF) usual realizada espontaneamente tem impacto no controle da pressão arterial (PA). Objetivo: Avaliar a associação entre atividade física usual e PA de pacientes com DM2. Materiais e Métodos: Pacientes com DM2 atendidos no ambulatório de Endocrinologia do HCPA foram incluídos em um estudo transversal. A AF usual foi medida através de pedômetro (número de passos/dia medidos em 7 dias). A PA foi aferida no consultório (OMRON) e nas 24 h (Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial-MAPA; Spacelabs). Resultados: Foram incluídos 116 pacientes (61% mulheres; 72% brancos). A idade média foi $61,6 \pm 8,7$ anos ($15,2 \pm 8,2$ anos de duração do DM). O diagnóstico de Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) foi observado em 88% dos pacientes incluídos e 12% eram tratados somente com medidas não farmacológicas enquanto que 76% recebiam tratamento medicamentoso. A média da PA no consultório foi de $137 \pm 18 / 79 \pm 12$ mmHg, o IMC médio foi $30,9 \pm 4,5$ kg/m² e a HbA1c foi $8,5 \pm 2\%$. A média de passos diária foi de 6566 ± 5634 e a mediana de 5477 (660-51865). Foi encontrada uma correlação inversa entre a média diária de passos e a PA sistólica das 24 horas ($r = -0,284$; $P = 0,008$) e a PA sistólica diurna ($r = -0,305$; $P = 0,004$). Os pacientes com maior nível de AF usual (>5477 passos/dia) apresentaram menores níveis de PA sistólica diurna (127 ± 10 vs. 134 ± 15 ; $P = 0,010$) Na análise multivariada, a média de passos diária permaneceu associada com a PA sistólica diurna mesmo após ajuste para fatores de confusão. Conclusão: Nesta amostra de pacientes com DM tipo 2, a AF usual está associada de forma independente a menores valores de PA sistólica diurna.