



6º Simposio de Ensino de Graduação

AValiação dos Fatores de Risco para Síndrome Metabólica em Professores de Escolas Públicas do Município de Piracicaba –SP.

Autor(es)

ANA CAROLINA MARTINS FERRARI

Orientador(es)

PATRÍCIA CARREIRA NOGUEIRA

1. Introdução

A síndrome metabólica é um dos principais desafios da prática clínica nesse início de século. Ela associa fatores de risco cardiovasculares bem estabelecidos como: hipertensão arterial, hipercolesterolemia e diabetes, entre outros, devido à deposição central de gordura e a resistência à insulina (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2004).

A abordagem nutricional na síndrome metabólica é parte importante no tratamento não-farmacológico, contribuindo para o controle da obesidade, da hiperglicemia ou do diabetes propriamente dito, da hipertensão arterial e da dislipidemia (ÁVILA, 2004). Várias estratégias têm sido utilizadas, em nível mundial, para se implantar políticas de promoção da saúde. Uma importante estratégia, que tem sido adotada por vários países, é a Escola Promotora da Saúde, que visa desenvolver conhecimentos, habilidades e destrezas para o autocuidado da saúde e a prevenção das condutas de risco em todas as oportunidades educativas (BICUDO-PEREIRA 2003). A escola, por compor um centro de ensino-aprendizagem, convivência e crescimento importante, configura-se em espaço onde se adquirem valores vitais e fundamentais, sendo o lugar ideal ao desenvolvimento de ações educativas na promoção a saúde. O papel do professor, portanto, é de facilitador, desenvolvendo uma ampla variedade de estratégias de ensino e situações de aprendizagem (PELICIONI, 1999; DAVANÇO, 2004).

O professor é o membro central na equipe escolar, pois ele tem maior contato com os alunos, está envolvido na realidade social e cultural de cada discente e possui uma similaridade comunicativa. Estabelece relações sociais e vínculos diretos com os alunos, as famílias e a comunidade, é agente formador e é visto como exemplo, contribuindo assim para o desenvolvimento das pessoas e dos grupos sociais, sendo um ator social importante para a promoção da saúde na escola (CANDEIAS, 1997).

Diante da importância do professor no contato e influência com os alunos, pensou-se em desenvolver uma pesquisa visando avaliar um grupo de professores em relação aos fatores de risco para síndrome metabólica, através da avaliação do comportamento alimentar, avaliação antropométrica,

freqüência de prática de atividade física.

2. Objetivos

O objetivo do estudo foi avaliar os fatores de risco para síndrome metabólica em professores de escolas públicas do município de Piracicaba-SP, através da avaliação do comportamento alimentar, avaliação antropométrica e freqüência de prática de atividade física.

3. Desenvolvimento

Para esta pesquisa foi utilizado o banco de dados do Projeto de Extensão: “Escola e PSF: ações conjuntas voltadas para a segurança alimentar e nutricional na promoção da saúde”. O banco de dados contou com informações de 178 professores, de ambos os sexos. Estas informações foram levantadas pelos bolsistas do projeto de extensão, por meio da aplicação de um formulário de auto-resposta.

Os dados foram tabulados usando-se o programa Microsoft Excel. Para a avaliação dos dados antropométricos (Índice de massa corporal e circunferência da cintura (CC)), foi utilizado a classificação preconizada pela Organização Mundial da Saúde (1998), que indica IMC < 25 kg/m² para eutrofia, de 25-30 kg/m² para sobrepeso e maior ou igual a 30 kg/m² para obesidade e para a circunferência da cintura valores menores que 80 cm, refletem baixo risco, 80- 88 cm risco aumentado e maior que 88 cm risco muito aumentado, para mulheres.

Para avaliação dietética foi utilizado como valor de referência para o consumo de óleo o limite de menos que 0,5 lata de óleo/ mês/ pessoa da casa e o consumo de preparações fritas (imersão) no máximo 1vez/semana, como adequado. Com relação as frutas e hortaliças, foi considerado adequado o consumo de no mínimo 5 porções ao dia (2 porções de fruta e 3 porções de hortaliças), conforme recomendação do Ministério da Saúde (2005).

Os fatores de risco para síndrome metabólica que foram considerados neste estudo foram os que não envolveriam custo, mas apenas as informações fornecidas pelos participantes, sendo elas: Hipertensão, dislipidemia e circunferência da cintura.

4. Resultado e Discussão

A população estudada foi composta por 178 professores de escolas públicas, sendo 93% do sexo feminino. Os professores estudados apresentam idade menor que 45 anos, não praticam atividades físicas, não consomem frutas e hortaliças, apresentam algum grau de excesso de peso e apresentam algum fator de risco para síndrome metabólica.

A tabela 1 apresenta a relação entre a prática de atividade física e a avaliação antropométrica, dietética e a presença de fatores de risco entre os professores. Ao analisar os dados encontrados observa-se que a maioria das pessoas que praticam mais de 150 minutos/semana são pessoas mais jovens com menos de 45 anos (87,5 %) e do total de pessoas que fazem atividade física, porém menos de 150 minutos/semana, prevalece a faixa etária de mais de 45 anos (52,38 %). Com relação ao estado nutricional prevaleceu a faixa de eutrofia, com significância estatística (p: 0,027).

Com relação ao consumo de hortaliças e frutas, observa-se que praticantes e não praticantes de atividade

física regular não consomem estes alimentos em quantidade adequada, no mínimo 5 porções ao dia, sendo encontrada significância estatística (p: 0,029)

A recomendação tradicional para a prática de atividade física é de no mínimo 150 minutos semanais (30 minutos, cinco dias por semana) de atividade física de intensidade leve a moderada, que é baseada primariamente nos efeitos da mesma sobre a doença cardiovascular e outras doenças crônicas, como o diabetes mellitus (CIOLAC, 2004).

A tabela 2 apresenta a correlação entre a circunferência da cintura (CC) e a idade, IMC, antecedentes familiares, presença de fatores de risco para síndrome metabólica, o consumo de hortaliças e frutas e o uso excessivo de óleo entre as professoras.

Com relação ao IMC, observa-se que a presença de eutrofia entre as professoras é reduzida na medida em que a CC é elevada, havendo significância estatística (p.0,000). A relação entre IMC e risco de morbidades, estão associadas ao maior acúmulo de gordura abdominal, independente do peso corpóreo (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2005).

Analisando a presença de fatores de risco (hipertensão, dislipidemia, circunferência da cintura) para síndrome metabólica, observa-se que à medida que aumenta a CC há, também, o aumento no número de fatores de risco entre os professores estudados (p: 0,000).

Com relação ao consumo de frutas e hortaliças, pode-se notar um baixo consumo destes alimentos entre os professores de um modo geral, menos de 5 porções ao dia, segundo recomendação do Ministério da Saúde (2005). Não houve significância estatística (p: 0,242).

No estudo de Claro (2006), que analisou especificamente a influência de renda e preço dos alimentos sobre a participação de frutas, legumes e verduras, no consumo alimentar das famílias do município de São Paulo, foi identificado que alta prevalência de doenças crônicas poderia ser revertida pela mudança do padrão alimentar e atividade física, já que a obesidade e doenças crônicas relacionadas a dieta são o resultado de uma alimentação inadequada.

Com os resultados encontrados pode-se notar que os professores estudados são jovens, não praticantes de atividades físicas, não consomem frutas e hortaliças, apresentam algum grau de excesso de peso e apresentam algum fator de risco para síndrome metabólica. Com relação a CC observa-se que as professoras já possuem um risco aumentado ou muito aumentado para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, já apresentando também algum fator de risco para síndrome metabólica.

5. Considerações Finais

Os dados encontrados são preocupantes, pois revelam um perfil de professores do ensino fundamental com fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome metabólica. Fica explícita a necessidade de uma atenção especial aos professores, visando a prevenção da síndrome metabólica, através do incentivo à mudança de estilo de vida, para que esta mudança possa refletir na sua vida profissional, atingindo também seus alunos.

Referências Bibliográficas
