

ANÁLISE DOS FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM IDOSOS

Liliane de Almeida¹; Rodrigo Pereira Prates¹; Roberta Belarmina Silva Rodrigues¹; Gerlane Antunes Batista Nogueira¹; Paula Karoline Soares Farias²

Resumo: Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) estima-se que entre os dez países com maior população idosa em 2025, cinco serão países em desenvolvimento, incluindo o Brasil, com um número estimado de 27 milhões de pessoas com mais de 60 anos de idade. O objetivo do presente estudo é descrever e analisar os fatores de risco associado a doenças cardiovasculares (FRCV) em idosos. Métodos: Realizou-se uma revisão sistemática da literatura nas bases de dados Portal Capes, PubMed, Scielo com os seguintes descritores: hipertensão, doenças cardiovasculares, doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, idosos. Incluíram-se estudos nacionais e internacionais com idosos de ambos os gêneros com ênfase em trabalhos publicados de 2000 a 2016 com posterior leitura de caráter exploratório e seletivo de forma a permitir a obtenção de respostas ao problema da pesquisa.

Palavras-chave: Doenças cardiovasculares. Hipertensão. Idoso. Fatores de risco.

Introdução

Com o fenômeno do envelhecimento populacional observado no último século, a idade tem sido relacionada às elevadas taxas de prevalência de doenças cardiovasculares, o que representa um desafio para o sistema de saúde levando à crescente custos econômicos e sociais. Segundo o Sistema de Informações Hospitalares do sistema único de saúde (SIH/SUS), no ano de 2009, a maior causa de internação entre os idosos foram as doenças do aparelho circulatório (27,5%); constituindo-se também, na principal causa de mortalidade (40,8%). O conhecimento dos fatores de risco faz-se necessário para atuar sobre o processo saúde-doença, como fomento para o desenvolvimento de políticas públicas específicas para a melhoria da qualidade de vida da população, permitindo o monitoramento dessas ações. Assim esse trabalho justifica-se pela necessidade do conhecimento dos fatores que incidem sobre a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no que tange a adoção de práticas para evitar e/ou amenizar seus efeitos nocivos. A partir do exposto este trabalho tem como escopo descrever e analisar os fatores de risco associado a doenças cardiovasculares (FRCV) em idosos.

1 Acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade de Saúde Ibituruna – FASI. Email: lilianealmeidacriar@oi.com.br

2 Docente da Associação Educativa do Brasil - SOEBRAS. Curso de Nutrição. Email: paulak.soares@hotmail.com

Material e Métodos

Realizou-se uma revisão sistemática da literatura nas bases de dados Google Acadêmico, Portal Capes, Medline e Scielo com os seguintes descritores: hipertensão, doenças cardiovasculares, doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, idosos. Foi dada atenção especial aos artigos que associavam os termos/expressões 'hipertensão', 'doenças cardiovasculares', 'idosos'. Apenas artigos disponíveis na íntegra e em português e inglês foram considerados para essa revisão. Foram selecionados trabalhos publicados no período de 2000 a 2016 com idosos de ambos os gêneros com posterior leitura de caráter exploratório e seletivo de forma a permitir a obtenção de respostas ao problema da pesquisa foram selecionados onze artigos.

Resultados e Discussão

Os principais fatores de risco para doenças cardiovasculares encontrados nessa revisão compreendem os antecedentes familiares de doenças cardiovasculares, hábitos alimentares inadequados como consumo exagerado de sal, de gordura, sedentarismo, o fumo, o álcool, o diabetes Melito e a obesidade. A maioria dos idosos apresentaram antecedentes familiares para problemas cardiovasculares dentre eles a hipertensão arterial. O fato é atribuído à herança genética comum, ambiente compartilhado ou estilo de vida. A possibilidade de um indivíduo com níveis pressóricos elevados apresentar HA primária é estatisticamente superior se existir história familiar positiva de HA. O sedentarismo foi outra causa apontada, esse hábito interfere na saúde do idoso no que diz respeito ao surgimento de doenças crônicas não transmissíveis como a hipertensão e diabetes melito que, associados a elevados níveis sanguíneos de triglicérides (TG) e colesterol total (CT) e baixas concentrações de HDL (HDL-c: lipoproteína de alta densidade) contribuem para o desenvolvimento de doenças secundárias como doenças ateroscleróticas. A nicotina encontrada no cigarro aumenta a liberação de catecolaminas, responsáveis pela elevação da frequência cardíaca, pressão arterial e da resistência periférica. Aumenta também a capacidade orgânica de formar coágulos e diminui sua função de destruí-los. Há ainda, redução de oxigênio nos glóbulos vermelhos em 15 a 20%, pois o monóxido de carbono, resultante da queima, liga-se a hemoglobina, lesando os vasos e favorecendo o depósito de gorduras. O aumento das taxas de álcool no sangue eleva a pressão arterial lenta e progressivamente, a ingestão superior a 30 ml de álcool por dia pode aumentar a PAS (5 a 6 mmHg) e a PAD (2 a 4 mmHg) e dobra a probabilidade de o indivíduo tornar-se hipertenso em relação àquele que não consome álcool. A obesidade abdominal ou androide é um forte preceptor de vários fatores de risco para as doenças cardíacas. Esta disposição de gordura corpórea aumenta com o envelhecimento com progressiva perda de massa magra que se intensifica após os sessenta anos.

Conclusões

Observou-se que são muitos os fatores que contribuem para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, dentre os principais o diabetes melito, sedentarismo e a obesidade. Porém, é possível reduzir estes riscos com a prática de atividade física, mudança de hábitos nutricionais nocivos como forma de combate a essas doenças, e abandono do tabaco. Assim enfatiza-se a necessidade de novos estudos que contemplem outros fatores determinantes para que sirva como fomento para a implantação de medidas de prevenção e controle desses fatores de risco a fim de evitar o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, e assim proporcionar uma melhor qualidade de vida da população estudada.

Referências

AMADO, T. C. F. L.; ARRUDA, I. K. G. Hipertensão arterial no idoso e fatores de risco associados. *Rev Bras Nutr Clin*, v. 19, n. 2, p. 94-9, 2004.

DA COSTA, J. F.; WAGNER, R.; DE OLIVEIRA, L. C. Avaliação do risco cardiovascular em idosos residentes em asilos da grande Curitiba-PR. *Saúde*, v. 2, n. 8, 2014.

DINIZ, M. A.; TAVARES, D. M. D. S. Fatores de risco para doenças cardiovasculares em idosos de um município do interior de Minas Gerais. *Texto & Contexto-Enfermagem*, v. 22, n. 4, p. 885-892, 2013.

Monteiro, C. A. *et al.* Prevalência de fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis em adultos: estudo transversal, Brasil, 2011. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 22, n. 3, p. 423-434, 2013.

MS, 2009; DATASUS. Caderno de informações de saúde [online]. Brasília (DF): MS; 2009 [acesso 2009 Jul 25]. Disponível em: <http://tabnet.datasus.gov.br/tabdata/cadernos/cadernosmap.htm?saude=http%3A%2F%2Ftabnet.datasus.gov.br%2Ftabdata%2Fcadernos%2Fcadernosmap.htm&botaoook=OK&obj=http%3A%2F%2Ftabnet.datasus.gov.br%2Ftabdata%2Fcadernos%2Fcadernosmap.htm>

RIBEIRO, A. B.; ZANELLA M. T. Tratamento da hipertensão arterial no paciente obeso. *Rev Bras Hipertens*; 2:172-8, 2000.

World Health Organization. Global status report on noncommunicable diseases 2010 [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2011 p. 176.

World Health Organization. Population ageing: a public health challenge [n. 135]. Geneva (CH): Fact Sheet; 1998.