



Trabalhos Científicos

Título: Hábitos De Vida E Fatores De Risco Cardiovascular Em Escolares De Betim, M.g.

Autores: ANA PAULA BATISTA TOMMASINI (PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE MINAS GERAIS); GABRIELA RIBEIRO NACIF (PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE MINAS GERAIS); HENRIQUE LEONARDO GUERRA (PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE MINAS GERAIS)

Resumo: Introdução: As Doenças Cardiovasculares estão entre as principais causas de morte no mundo, havendo evidências de seu início ainda na infância. Acredita-se, portanto, que a prevenção primária deva começar o mais precocemente. Objetivo: Analisar hábitos de vida e fatores de risco cardiovascular em alunos de uma escola municipal de Betim, M.G. Métodos: Estudo transversal e descritivo com alunos dos 6º e 7º anos de uma escola da Rede Pública de Ensino de Betim, M.G. Os escolares responderam a um questionário objetivo sobre hábitos alimentares e prática de atividade física. Foi realizada aferição de pressão arterial (PA) e avaliação antropométrica, incluindo peso, estatura, cálculo de índice de massa corpórea (IMC) e circunferência da cintura (CC). Resultados: Foram avaliados 83 escolares, sendo 60,5% do gênero feminino, com idade média de 12,37 anos. A antropometria apontou excesso de peso em 16,9% dos avaliados e obesidade abdominal em 7,8%. Análise da PA identificou 8 alunos com valores pressóricos limítrofes, 1 com hipertensão arterial (HA) grau I e 2 com HA grau II. A análise dos hábitos alimentares mostrou que 43,37% dos avaliados costuma adicionar sal nos alimentos já prontos e 36,14% costuma trocar o almoço por lanche. Notou-se baixo consumo de saladas cruas, legumes cozidos e frutas, além de elevado consumo de frituras, biscoitos e salgadinhos industrializados, refrigerantes, macarrão instantâneo, embutidos, guloseimas, conservas e enlatados. Entre os avaliados, 22,89% fazem café da manhã diariamente e 59% realizam 4 ou mais refeições diárias. A prática diária de atividade física por 60 minutos ou mais foi descrita por 11,39% dos escolares. Cerca de 40% dos alunos gastavam mais de 2 horas diárias com mídia de entretenimento (televisão, computador, vídeo game). Conclusão: O estudo apontou alta proporção de escolares com hábitos de vida considerados não saudáveis, o que pode impactar negativamente na saúde cardiovascular futura.