

# **Tensão Arterial e Obesidade na comunidade assídua do mercado municipal de Portalegre**

Blood Pressure and Obesity in the adult population who goes to the municipal market in Portalegre

**Andreia Costa**

António Miranda

Francisco Vidinha

Mário Martins

Miguel Arriaga

Olga Louro

Raul Cordeiro

Escola Superior de Saúde – IPP  
[andreiasilva@essp.pt](mailto:andreiasilva@essp.pt)

## **Resumo**

A tensão arterial é considerada um dos factores de risco mais importante em diversos problemas de saúde.

Por outro lado, também a obesidade é considerada um problema de saúde pública em países desenvolvidos (WHO, 2004). As pessoas obesas têm um risco maior de desenvolver várias doenças, como diabetes mellitus tipo 2, doença cardíaca, hipertensão, acidente vascular cerebral, doenças do aparelho urinário, alguns tipos de cancro e problemas psicossociais (Eckersley, 2001).

A população residente em Portalegre é caracterizada por uma população envelhecida e com uma elevada taxa de envelhecimento da população (INE, 2009). Também a localização geográfica do município, bem como os seus recursos pode contribuir para hábitos de vida facilitadores do desenvolvimento da hipertensão arterial e obesidade.

**Palavras-Chave:** Envelhecimento; Tensão Arterial; Obesidade; Factores de Risco

## **Abstract**

The high blood pressure is considered one of the most important risk factors to coronary heart disease, heart failure, stroke, kidney failure, and other health problems (Macedo, 2005).

Also obesity is a major public health problem in developed countries and a global epidemic (WHO, 2004). Obese people have a higher risk of developing various diseases such as diabetes mellitus type 2, coronary heart disease, hypertension, stroke, urinary tract disease, some cancers, and psychosocial problems (Eckersley, 2001).

The resident population in Portalegre is characterized by an aging population with a high rate of aging population. Also the geographic location of the council, as well as their resources and access can contribute to life habits, eventually, facilitators of the development of obesity.

**Keywords:** Aging; Blood Pressure; Obesity; Risk Factor

## **Introdução**

A tensão arterial é considerada um dos factores de risco mais importante na insuficiência cardíaca, no acidente vascular cerebral, na insuficiência renal e outros problemas de saúde (Macedo, 2005). Permitindo inferir que está relacionada com as principais causas de morte em Portugal e na maioria dos países desenvolvidos.

Em Portugal, um estudo de Macedo (2005) identificou o grupo de pessoas com idade superior a 64 anos como o grupo que apresentava maiores valores de hipertensão sistólica isolada (46,9%), sendo que foi o grupo masculino que apresentou maior percentagem de casos com hipertensão sistólica. Contudo a percentagem de pessoas que tem conhecimento sobre sua hipertensão foi maior no sexo feminino, e aumenta com a idade.

De acordo com o Inquérito Nacional de Saúde (INS) de 2005/2006, a doença crónica mais frequente é a tensão arterial alta, tendo sido referida por 19,8% dos residentes em Portugal. Sendo que, as mulheres mencionaram este problema com mais frequência (23,2%) que os homens (16,1%). Da análise do 3º e do 4º INS (1999 e 2006) verificou-se um aumento do número de pessoas afectadas por esta doença em todas as regiões (NUTS II – Nomenclatura de Unidades Territoriais para Fins Estatísticos do tipo II, ou seja, Norte, Centro Lisboa e Vale do Tejo, Alentejo e Algarve), sendo a Região do Alentejo a região do continente com maior prevalência de pessoas com tensão arterial elevada nos dois períodos analisados (INE/INSA 2009).

A OMS (Organização Mundial da Saúde, 2008) estima que em 2010, na Europa, 150 milhões de adultos são obesos, representando 20% da população mundial.

As pessoas obesas têm um risco maior de desenvolver várias doenças, como diabetes mellitus tipo 2, doença cardíaca, hipertensão, acidente vascular cerebral, doenças do aparelho urinário, alguns tipos de cancro e problemas psicossociais (Eckersley, 2001).

A prevalência de obesidade é habitualmente maior em comunidades socialmente desfavorecidas, caracterizada por rendimentos mais baixos e maior dificuldade no acesso à educação, saúde e exercício físico (DGS, 2010).

No entanto, quando inqueridos (INS 2005/2006) sobre a obesidade somente 3,8% dos residentes em Portugal referiram ter ou já terem tido esta doença crónica.

A proporção de pessoas que referiram ter obesidade aumentou de forma mais relevante no grupo etário 45 a 54 anos, 1,8 % para os homens e 2,4% para as mulheres. Os valores diferem por sexo, 2,9% para os homens e 4,6% para as mulheres.

Em Portugal, de acordo com os resultados do Inquérito Nacional de Saúde (INS), realizado em 2005/2006, 15,2% das pessoas com idade igual ou superior a 18 anos eram obesos. Sendo que a prevalência de mulheres com obesidade (16,0%) era superior à dos homens (14,3%). Para ambos os sexos a proporção de pessoas com obesidade aumenta com a idade, a evolução da prevalência de pessoas obesas apresenta maior expressão entre os grupos etários 35-44 anos (12,8%) e nos três grupos etários seguintes

(INE/INSA, 2009). No inquérito referido foram consideradas obesas, todas as pessoas com IMC igual ou superior a 30.

De acordo com a análise dos dois últimos inquéritos realizados (INS1998/1999 e INS 2005/2006), no que se refere à Região do Continente (NUTS I), a prevalência de pessoas obesas aumentou em 3,2 % entre 1999 (12,0%) e 2005 (15,2%). A distribuição das pessoas adultas com excesso de peso era em 2005 de 35,7%, sendo 17,1% relativo a excesso de peso de grau I, e 18,6% excesso de peso de grau II, considerando que para o estudo referido foi considerado que excesso de peso de grau I corresponde a valores do IMC entre 25 e 26,9 e excesso de peso de grau II corresponde a valores do IMC entre 27 e 29,9.

Na Região do Alentejo (NUTS II) verificou-se a mesma tendência, sendo que a prevalência de pessoas obesas aumentou em 1,8 % entre 1999 (13,7 %) e 2005 (15,5%).

## **Metodologia**

A população residente em Portalegre é caracterizada por uma população envelhecida e com uma elevada taxa de envelhecimento da população (INE, 2009). Também a localização geográfica do município, bem como os seus recursos pode contribuir para hábitos de vida facilitadores do desenvolvimento da hipertensão arterial e obesidade.

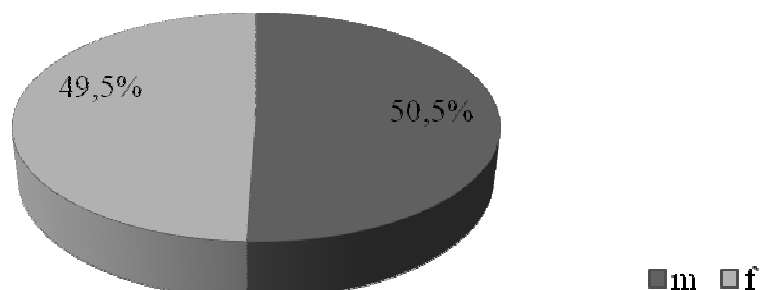
Nesse sentido, foi desenvolvido um estudo com o objectivo de avaliar a tensão arterial e o índice de massa corporal na população adulta de Portalegre, que frequentou o mercado municipal no período de 10 de Maio a 18 de Junho de 2010.

A avaliação da tensão arterial durante o período do estudo envolveu 534 pessoas, foram utilizados os padrões considerados pela Direcção-Geral da Saúde, o que corresponde às recomendações da Organização Mundial da Saúde.

## **Resultados**

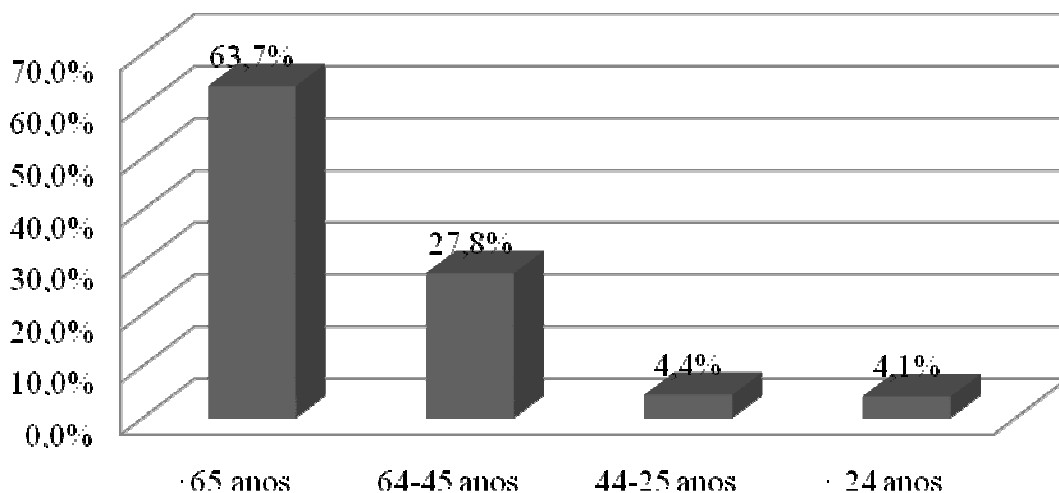
A população participante apresentava idades compreendidas entre os 18 e os 94 anos, sendo que a idade média da população era de 65 anos e com uma distribuição de homens e mulheres muito semelhante.

**Gráfico n.º 1 - Distribuição da população por sexo**



Como seria de esperar, a população em estudo, concentrou-se nas faixas etárias mais elevadas, estando em concordância com a caracterização da população residente em Portalegre (INE, 2009). Também a corroborar explicativamente esta distribuição, acresce o facto de ter ocorrido em período laboral, para as pessoas em idade activa.

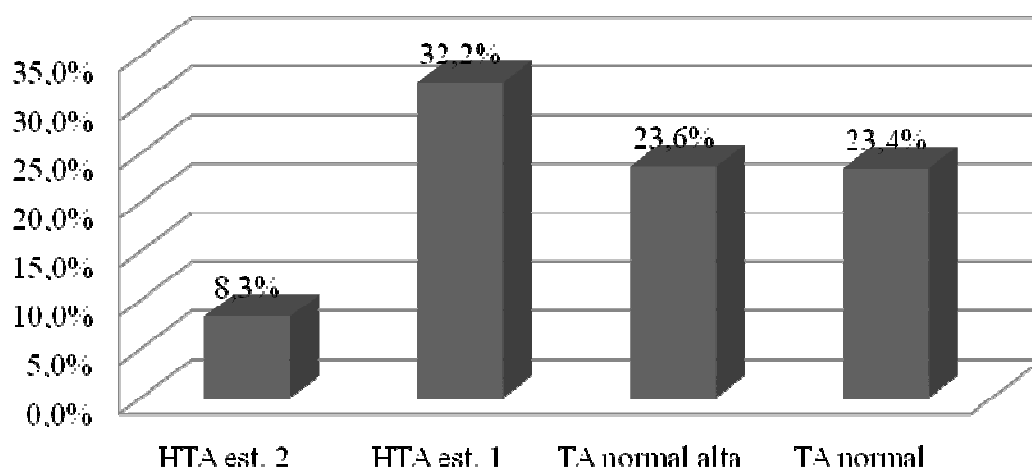
**Gráfico n.º2 - Distribuição da população por idade**



Os dados sugerem que 40,5% da população apresentava Hipertensão Arterial (valores superiores a 140 mmHg (sistólica/máxima) ou 90 mmHg (diastólica/mínima)), sendo que apenas 8,3% das pessoas apresentava valores superiores a 160 mmHg (sistólica/máxima) ou 100 mmHg (diastólica/mínima). No presente estudo, verificou-se uma distribuição por sexo semelhante na população que apresenta HTA (por exemplo, HTA no estágio 2 a percentagem de mulheres é 3,9% e homens 4,4%).

Colocando o enfoque nos estádios da HTA, destaca-se com maior percentagem as pessoas com HTA no estágio 1 (32,2%), contrastando com os 8,3% das pessoas com HTA no estágio 2.

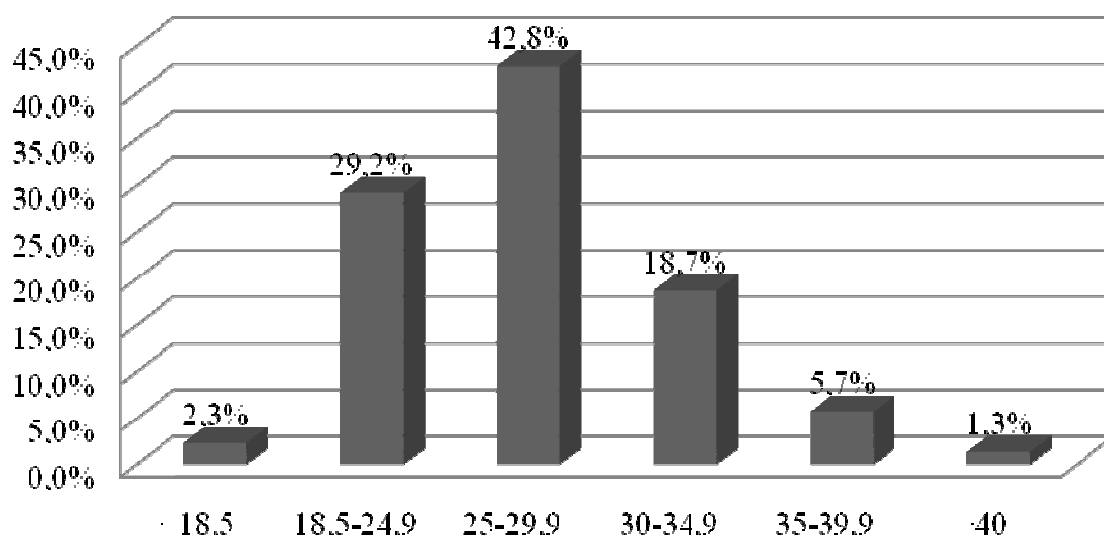
**Gráfico n.º 3 - Distribuição da população por Tensão Arterial**



Verifica-se que 25,7% das pessoas apresentavam obesidade (IMC>30) e 42,8% pré-obesidade (IMC entre 25 e 29,9). Pelo exposto, podemos inferir que 68,5% da população em estudo, pelas características apresentadas, concorre para potenciar o risco de HTA e outras.

A percentagem de pessoas que apresentam HTA estágio 2 e obesidade é de 3,2% e HTA estágio 2 e pré-obesidade é de 2,8%.

**Gráfico n.º 4 - Distribuição da população por Índice de Massa Corporal**



## Conclusões

O presente estudo permitiu verificar que a grande percentagem dos indivíduos apresenta uma hipertensão estágio 1 (32,2%) e 8,3% uma hipertensão estágio 2, o que numa população envelhecida se torna relevante. Da mesma forma, os valores de IMC apurados são reveladores da necessidade de acompanhamento da população estudada.

Salienta-se, ainda, que 23,6% dos indivíduos têm TA Normal Alta, factor que leva a acreditar que possa evoluir para HTA, o que sugere a contínua monitorização destes descritores de saúde.

A presente actividade permitiu verificar a pertinência de projectos que na sua interacção com a comunidade possibilitem a contínua monitorização destes descritores de saúde.

## Bibliografia

- Direcção-Geral da Saúde. Cálculo do Índice de Massa Corporal. [www.plataformacontraobesidade.dgs.pt](http://www.plataformacontraobesidade.dgs.pt) acedido em 5.05.10
- Eckersley. R. (2001). *The Social Origins of Health and Well-being*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Instituto Nacional de Estatística (2010). *Anuário estatístico de Portugal*. Lisboa: INE
- Instituto Nacional de Estatística / Instituto Nacional de Saúde (2009). *Inquérito Nacional de Saúde 2005/2006*. Lisboa: INE/INSA.
- Macedo (2005). Estudo da prevalência da HTA em Portugal. *Eurotrials* (19) Dezembro.
- OMS (2004). *Ten things you need to Know about obesity*. WHO European Ministerial Conference on Counteracting Obesity. Copenhagen.