

Incidência de Fatores de Risco Cardiovasculares em Idosos de um Centro de Convivência.

Ito Ferreira e Andrade¹; Laura Vieira Pires Diniz¹; Luan César Ferreira Simões²; Melyssa Lima de Medeiros¹; Erika Fernanda de Oliveira²; Roseane Tavares da Costa²; Ana Paula dos Santos²; Luis Gonzaga de Araújo Neto¹.

1 Universidade Potiguar. Natal/Rio Grande do Norte.

2 Faculdade Estácio Fatern. Natal/Rio Grande do Norte.

INTRODUÇÃO: Com o significativo crescimento da população idosa, os fatores de riscos para as doenças cardiovasculares tendem a aumentar exponencialmente. A identificação desses fatores permitirá uma melhor condução dos programas de prevenção cardiovascular, o que poderá reduzir a incidência de morbimortalidade causada por essas doenças. **OBJETIVO:** Determinar a incidência de fatores de risco cardiovasculares em idosos de um grupo da terceira idade. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal, realizado no município de João Câmara/RN no período de setembro à outubro de 2015. Os indivíduos foram selecionados por conveniência. Todos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecimento. Foram incluídos indivíduos com mais de 60 anos e que participassem regularmente das atividades do centro de convivência. Foram excluídos os idosos com déficit cognitivo verificado através do Mini Exame do Estado Mental. Aplicou-se um questionário semiestruturado desenvolvido pelos pesquisadores para a coleta dos dados sociodemográficos, antropométricos e para a identificação dos fatores de risco cardiovasculares. A análise dos dados foi realizada por estatística descritiva e processada no SPSS 2.0. **RESULTADOS:** O estudo contou com uma amostra de 40 idosos com idade média de 71 (DP=6,98) anos e predominância do sexo feminino (55%). Quanto ao nível de escolaridade, 19 (47,5%) estudaram entre 1 e 4 anos. Com relação aos fatores de risco, 30 idosos (75%) relataram não fazer uso do tabaco e 37 (92,2%) afirmaram não terem o hábito de consumir bebidas alcoólicas. Por outro lado, verificou-se que 25 indivíduos (62,5%) não praticavam nenhum tipo de atividade física regular, apresentavam IMC médio de 25,22 (DP= 4,13) e índice de cintura-quadril de 0,97 cm para os homens (DP=0,07) e para as mulheres (DP=0,05). Com relação a outros potenciais fatores de risco, a maioria (57,5%) afirmou não apresentar Hipertensão Arterial Sistêmica – HAS, bem como diabetes melito – DM (90%), hipercolesterolemia (80%) ou hipertrigliceridemia (90%). **CONCLUSÕES:** Considerando o exposto, apesar de não ser predominante na amostra estudada, verifica-se a ocorrência de alguns fatores de risco cardiovasculares, tais como a idade avançada, o sexo feminino, a HAS, o DM e o fumo. Além do mais, o sobrepeso, o acúmulo de gordura abdominal e a baixa adesão à prática de atividade física estão diretamente associados a algumas enfermidades cardiovasculares. Portanto, deve-se incentivar a prática de atividades físicas regulares entre os idosos a fim de minimizar o risco de morbimortalidade total e cardiovascular, além de incrementar a expectativa de vida e a qualidade de vida.

Descritores: Fatores de risco; Doenças cardiovasculares; Idosos.