

## HIPERTENSÃO: UMA AVALIAÇÃO DIETÉTICA DE PACIENTES HOSPITALIZADOS.

**Autores:** NATHYELLE LOPES DE OLIVEIRA RIOS,  
NATALIA PRUDENTE PINHEIRO DE AGUIAR,  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 -5943),  
ANDREZA MELO DE ARAUJO,  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139).  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju - SE, Brasil.  
E-mail: nathyellerios@hotmail.com

**INTRODUÇÃO:** A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma patologia de origem multifatorial caracterizada por níveis elevados da pressão arterial (PA). Com relação ao controle da PA destacam-se alguns micronutrientes como, os minerais sódio (Na), potássio (K), cálcio (Ca) e magnésio (Mg) que estão associados à HAS. Esses minerais exercem importante função na pressão sanguínea, sendo responsáveis pela pressão osmótica e equilíbrio hídrico, além de regular os fluidos intra e extracelulares. **OBJETIVO:** Avaliar a ingestão dos micronutrientes em pacientes hipertensos hospitalizados. **METODOLOGIA:** Estudo transversal, realizado com 154 pacientes hipertensos adultos e idosos hospitalizados, de ambos os sexos, admitidos entre o período de novembro de 2014 a fevereiro de 2015 em um Hospital de Urgências de Sergipe. O diagnóstico à HAS, teve como critério a  $PA \geq 140/90$  mmHg ou uso atual de anti-hipertensivos. A ingestão dietética foi obtida pelo inquérito dietético de recordatório de 24h (R24h), e o consumo de potássio e sódio foi avaliado através da AI (*Adequate Intake* – Ingestão Adequada). Para as inadequações dos nutrientes foi utilizado o método da EAR (Estimated Average Requirement - Necessidade Média Estimada) segundo as recomendações do IOM (Institute of Medicine - Instituto de Medicina). Os valores obtidos foram tabulados e analisados utilizando o software de análise estatística Statistical Package for the Social Sciences SPSS (21). Inicialmente, a normalidade foi testada em todas as variáveis com o teste Kolmogorov Smirnov. **RESULTADOS:** Estudo com 154 pacientes, com idade média de  $50,56 \pm 14,25$  anos, sendo 57% do sexo masculino e 43% do sexo feminino. No que concerne à ingestão de nutrientes, percebe-se um percentual elevado de inadequação em relação ao Mg (87-95%) em todas as populações e faixas etárias. A deficiência do Mg prejudica a saúde pois ele ajuda a regular a glicemia e promove a PA normal. No Ca foi de 86,69% entre as mulheres de 19 a 50 anos e de 81,56% entre homens de 19 a 70 anos. O consumo adequado de Ca atenua a sensibilidade ao sal e reduz a PA. O K teve ingestão adequada com média de  $1914,92 \pm 671,66$  mg/dia e o Na teve ingestão média de  $1202,48 \pm 537,46$ . O K e Na são minerais essenciais para a regulação dos fluidos intra e extracelulares, atuando na PA, juntos são responsáveis pelo equilíbrio hídrico e pela pressão osmótica. **CONCLUSÃO:** A partir dos resultados encontrados, é possível afirmar que há uma considerável inadequação na ingestão alimentar dos avaliados. Sabendo-se que a HAS é um importante problema de saúde pública, que atinge parte da população, e é responsável por milhões de mortes no mundo a cada ano, é de suma importância a implementação de medidas de prevenção, a fim de minimizar este índice.

**Palavras-chaves:** Hipertensão; minerais; ingestão de alimentos.