



RISCO CARDIOVASCULAR DE ACADÊMICOS DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

SILVA, Juliano Schreiber da¹; CORREA, João Guilherme Hofmeister²; KUPSKE, Juliedy Waldow³; KRUG, Rodrigo de Rosso⁴; KRUG, Moane Marchesan⁵

As doenças cardiovasculares se caracterizam como distúrbios que afetam o coração e/ou os vasos sanguíneos, apresentando uma alta prevalência em diversas faixas etárias no Brasil e a principal causa de morte no Mundo. Existem alguns fatores de risco preestabelecidos, como: Aumento no LDL, diminuição no HDL; Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS); tabagismo; etilismo; idade; Diabetes Mellitus (DM); sedentarismo; obesidade e estresse. Encontra-se também um grupo não totalmente demonstrado na literatura, como “fatores condicionais”, sendo eles triglicerídeos, lipoproteína, homocisteína, LDL pequena e densa, fibrinogênio e fatores inflamatórios, sendo considerados como marcadores e não fatores de risco. A identificação e controle dos fatores de risco, aliado à uma boa alimentação e exercícios físicos frequentes tem demonstrado um ótimo resultado para a redução da ocorrência e da gravidade de doenças cardiovasculares. Objetivo: Analisar o risco cardiovascular de universitários de Educação Física. Métodos: Estudo do tipo transversal com acadêmicos de bacharelado em Educação Física da Universidade de Cruz Alta, todos matriculados na disciplina de Doenças Crônicas e Atividade Física no semestre letivo de 2018/2. Durante um encontro da disciplina foi verificado as variáveis peso, altura e circunferência abdominal. Os dados foram tratados por meio de frequência e percentual. Os dados do Índice de Massa Corporal foram classificados em Baixo peso < 18,5; Peso normal $\geq 18,5$ e $\leq 24,9$; Sobrepeso > 24,9 e $\leq 29,9$ e obeso $\geq 30,0$. A circunferência abdominal foi classificada em Sem risco de complicações metabólicas (masculino < 94 cm; feminino < 80 cm); Risco aumentado (masculino ≥ 94 ; feminino ≥ 80) e risco substancialmente aumentado (masculino ≥ 102 ; feminino ≥ 88). Resultados: Participaram do estudo 18 acadêmicos, sendo seis do sexo feminino e 12 do masculino. Em relação ao IMC, os acadêmicos se classificaram em baixo peso (5,5%), peso normal (50,0%), sobrepeso (27,5%) e obesidade (16,5%), evidenciando assim que 44% dos participantes tinham algum risco para surgimento de Doenças Cardiovasculares. Em relação aos resultados da circunferência abdominal, 61% dos universitários classificaram-se em sem nenhum risco cardiovascular, 28% possuíam risco aumentado e 11% encontravam-se em um nível substancialmente aumentado. Sendo assim, 39% dos alunos apresentavam risco cardiovascular. Conclusão: Conclui-se que através da pesquisa realizada com os acadêmicos do curso de Educação Física que a metade dos estudantes possui algum risco cardiovascular, sendo necessário que os mesmos melhorem seu estilo de vida para reduzir este risco.

Palavras-chave: Fatores de risco; Doenças Cardiovasculares; Índice de Massa Corporal, Circunferência abdominal

¹Curso de Educação Física- Unicruz, juliano.cabeca@hotmail.com

²Curso de Educação Física-Unicruz, joaoguilherme.hoff@gmail.com

³Programa de Pós-graduação em Atenção Integral à Saúde UNICRUZ/UNIJUÍ, juliedykupske@hotmail.com

⁴Programa de Pós-Graduação em Atenção Integral à Saúde UNICRUZ/UNIJUÍ, rkrug@unicruz.edu.br

⁵Residência Multiprofissional em Saúde da Família UNIJUÍ/FUMSSAR, moane.krug@unijui.edu.br