

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico

Evento: XXI Jornada de Pesquisa

O CLIMATÉRIO, O ESTADO NUTRICIONAL E PERFIL LIPÍDICO NAS DIFERENTES FAIXAS DE IDADE¹

Francieli Aline Conte², Lígia Beatriz Bento Franz³, Vitor Buss⁴, Vanessa Huber Idalencio⁵, Mabili Tresel Freitas⁶.

¹ Trabalho pertencente ao projeto de Pesquisa Estudo Multidimensional de Mulheres no Processo de envelhecimento, pelo Mestrado em atenção Integral à Saúde

² Nutricionista, Mestranda em Atenção Integral à Saúde pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Departamento de Ciência da Vida. Ijuí-RS. Bolsista PROSUP/CAPES

³ Doutora em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública Universidade de São Paulo, Brasil; Professora Adjunta Doutora da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Brasil. Departamento de Ciências da Vida, Ijuí- RS, Brasil.

⁴ Nutricionista pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

⁵ Graduanda em Nutrição pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do RS- Bolsista PIBIC/CNPq.

⁶ Graduanda em Nutrição pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do RS. Bolsista PIBIC/CNPq.

Introdução

O climatério é um período natural da vida da mulher que promove modificações hormonais e estas são responsáveis por promover modificações, fisiológicas, morfológicas, psíquicas e metabólicas (BRASIL, 2008).

O decaimento dos hormônios reprodutivos, característico desta fase, pode implicar sobre a composição corporal, principalmente entre os 50 e 59 anos, ao promover maior acúmulo de gordura corporal e sua distribuição nos tecidos promovendo maior ganho ponderal e elevação no perímetro da cintura (PC), segundo Brasil, op. cit.

O declínio dos hormônios femininos atua, entre outros “locais” sobre o metabolismo das lipoproteínas. Os estrogênios femininos agem em receptores celulares específicos das lipoproteínas de baixa densidade (LDL) e como inibidores da atividade da lipase lipoproteica hepática, permitindo maior síntese de lipoproteínas de alta densidade (HDL). Os hormônios femininos são responsáveis por promove maior número de receptores para LDL resultando na redução da concentração plasmática do mesmo, e valores mais elevados de HDL, sendo que a redução dos mesmos promove reações contrárias, possibilitando a inversão destes resultados, ou seja: o aumento do colesterol LDL e a redução do colesterol HDL (PORTAL EDUCAÇÃO, 2008).

Mediante tais considerações o objetivo deste trabalho é avaliar o estado nutricional e o perfil lipídico de mulheres no período do climatério, em diferentes faixas de idade.

Metodologia

Trabalho de cunho transversal realizado com mulheres no período do climatério, em idades entre 35 a 65 anos, cadastradas nas Estratégias de Saúde do meio urbano do município de Ijuí-RS, pertencentes ao projeto de Pesquisa “Estudo multidimensional de Mulheres no processo de Envelhecimento” e aprovado no comitê de Ética em pesquisa da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ), sob o Parecer Consubstanciado nº 864.988. Este trabalho é um “recorte” das primeiras avaliações realizadas no ano de 2014, cujo desenho de

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico

Evento: XXI Jornada de Pesquisa

estudo caracteriza-se como coorte e que atualmente (2016) está em andamento. As avaliações deste estudo foram referentes ao estado nutricional e do perfil lipídico destas mulheres.

A avaliação do estado nutricional contou com a aferição da estatura, do peso da massa corporal e do percentual de gordura, e a partir da relação peso/estatura a avaliação do IMC, sendo que as aferições antropométricas foram realizadas em espaços da própria Universidade-UNIJUI SAÚDE. Além disso, as mulheres, entre outras avaliações, foram avaliadas quanto ao perfil lipídico, sendo avaliado as lipoproteínas Colesterol Total (CT), Colesterol LDL, Colesterol HDL e triglicérides.

Para a avaliação da estatura foi utilizado estadiômetro, para a verificação do peso da massa corporal balança de marca Tech Line®, modelo BAL-150PA, capacidade de até 150 quilogramas; a realização do cálculo e a classificação do IMC foi avaliado de acordo com faixas etárias para mulheres adultas e idosas, sendo que para adultas foi utilizado os parâmetros da Organização Mundial da Saúde (OMS/2000) e para mulheres idosas (60 anos e mais) os parâmetros de The Nutrition Screening Initiative (1994). O perímetro da cintura foi aferido através de fita métrica de marca e modelo Fiber Glass®, verificado na curvatura mínima e a sua classificação segundo os parâmetros da OMS, 2000; a verificação do percentual de gordura corporal através de aparelho de bioimpedância elétrica portátil marca Omron®, modelo HBF-306 BL, e a classificação conforme os parâmetros contidos no manual do próprio aparelho. O perfil lipídico foi realizado no laboratório de análises clínicas da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul- Unilab, e a classificação através da V Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose (2013).

Resultados e Discussão

A avaliação do estado nutricional foi avaliada de forma geral e também por faixas de idade, sendo que a avaliação do Índice de Massa Corporal (IMC) apontou resultados médios de 29,31 Kg/m² (+5,82) caracterizando estado de sobrepeso. O perímetro da cintura médio da população de estudo foi de 91,31 cm (+12,44), caracterizando elevado risco para problemas cardiovasculares (valores acima de 88 cm) (Tabela 1).

Quando avaliado em faixas de idade (tabela 2), verifica-se para o perímetro da cintura que menores valores médios são verificados na menor faixa de idade (35-44), apresentando 89,85 cm, e valores médios na faixa de 91 cm nas outras duas faixas de idade (45-55 anos e 55 anos e mais), no entanto, todas as três faixas de idade apresentaram valores médios classificados como risco muito elevados para problemas cardiovasculares.

Montilla Marucci e Aldrighi (2003) ao avaliarem o estado nutricional de 154 mulheres no período do climatério verificaram que as mulheres estudadas possuíam IMC médio de 29,3 kg/m² ($\pm 6,2$ kg/m²) sendo que 75% da população de estudo apresentava valores de classificação acima do índice de normalidade, além disso, os pesquisadores verificaram que o risco de morbimortalidade aumentava com o aumento do grau de obesidade, sendo que, segundo os mesmo autores, a partir dos 40 anos iniciaria a elevação de ganho ponderal. Verifica-se que o IMC médio da população estuda apresenta valores próximos ao de nosso estudo.

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico
Evento: XXI Jornada de Pesquisa

Tabela 1: Estado nutricional e níveis de lipoproteínas gerais e por faixa de idade em mulheres no período do climatério- Ijuí/RS, 2014.

Variáveis	n	Mínimo	Máximo	Médio	dp(±)
IMC	138	18,30	52,80	29,3178	5,82204
Perímetro da cintura cm	138	63,00	139,00	91,0319	12,44937
% de gordura corporal	132	16,70	49,00	36,9833	6,08956
Colesterol Total	144	95	326	191,79	43,659
Colesterol HDL	144	16	67	40,45	12,008
Colesterol LDL	144	22	247	123,24	42,403
Triglicerídeos	144	40	451	138,41	69,957

Na avaliação do percentual de gordura (tabela 1) observaram-se valores médios elevados de gordura corporal, e a distribuição do percentual de gordura nas diferentes faixas de idade apresentou valores muito elevados (36,98%, +6,08), a avaliação desta mesma variável nas diferentes faixas de idade demonstrou aumento deste percentual conforme a elevação da faixa de idade (tabela 2), sendo 34,53%; 36,29%; e 38,84% nas faixas de 35 a 44 anos, 45 a 55 anos e 55 anos e mais, respectivamente.

Tabela 2: Estado nutricional em mulheres no período do climatério nas diferentes faixas de idade, Ijuí/RS, 2014.

Faixa de idade (anos)	n	Mínimo	Máximo	Médio	dp(±)
35-44	26	67,00	125,00	89,8500	14,50
45-55	56	63,00	139,00	91,4286	13,76
<55	56	64,50	112,00	91,1839	10,00
Percentual de gordura corporal (%)					
35-44	25	16,70	49,00	34,5320	7,18
45-55	54	24,60	46,50	36,2944	6,02
<55	53	23,30	48,50	38,8415	5,07

Domenico et al (2008) afirmam que a idade cronológica pode ser um fator significativo sobre o ganho ponderal e a redistribuição da gordura corporal ao longo dos anos, além disso, os autores afirmam que a prevalência de sobrepeso e obesidade pode ser influenciada além da própria idade cronológica também pelo estado menopausal, já que as mulheres tendem a modificar o padrão corporal do tipo ginóide para o tipo androide pela redução dos hormônios femininos ocorridos na menopausa. Quanto à avaliação do perfil lipídico, os valores médios do colesterol total demonstrou

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico

Evento: XXI Jornada de Pesquisa

níveis de classificação média no parâmetro de normalidade (<200 mg/dl) verificado na tabela 1, no entanto, ao observar a tabela 3, que compara nas diferentes faixas de idade pode-se verificar elevação dos níveis médios de modo gradual de acordo com as faixas de idade, sendo respectivamente de 175,47 mg/dl (+35,48); 195,17 mg/dl (+45,65) e 200,02 mg/dl (+44,57) nas faixas de 35-44 anos; 45-55 anos; 55 anos e mais.

Tabela 3: Valores médios de lipoproteínas nas diferentes faixas de idade, Ijuí/RS 2014.

Fixa idade	Lipoproteínas	Média	dp (+)	n
35-44 anos	Colesterol HDL	42,39	11,67	38
	Colesterol Total	175,47	35,48	38
	Colesterol LDL	111,02	32,86	38
	Triglicerídeos	108,39	66,32	38
45-55 anos	Colesterol HDL	38,92	12,12	52
	Colesterol Total	195,17	45,65	52
	Colesterol LDL	124,70	47,02	52
	Triglicerídeos	154,44	61,12	52
55 e mais	Colesterol HDL	40,56	12,16	54
	Colesterol Total	200,02	44,57	54
	Colesterol LDL	130,43	42,51	54
	Triglicerídeos	144,09	47,88	54

Quanto aos valores médios do colesterol HDL, verifica-se que o valor médio entre as participantes foi de 40,45 mg/dl (+12,008) cujo valor é classificado como baixo (TABELA 1). Ao avaliarmos esta mesma lipoproteínas nas diferentes faixas de idade (tabela 2) observamos que esta apresenta maiores valores na menor faixa de idade (35-44 anos) - 42,39 (+11,16) e valores mais baixos na faixa intermediária (peri-menopausa-45-55 anos) apresentando média de 38,92 mg/dl (+12,12).

Os pesquisadores Oliveira et al (2008) ao realizarem um estudo caso-controle com 84 mulheres nas faixas etárias entre 42 e 59 anos, verificaram que 45 delas possuíam algum grau de dislipidemia e ainda que grande maioria (73,3%) apresentou excesso de peso e que 44,4% delas apresentaram circunferência da cintura muito aumentada (>88cm), ao final do estudo os pesquisadores verificaram que as medidas antropométricas avaliadas/observadas possuíam fatores de risco associados à dislipidemia durante a pós-menopausa.

Ao verificarmos valores médios da lipoproteína LDL, verificamos que o valor médio de classificação (tabela 1) foi 123,24 mg/dl (+42,403), classificado como limítrofe, além disso, constatamos, conforme a tabela 3, que os valores médios elevam-se conforme eleva-se a faixa de idade, sendo de 111,02 mg/dl (+32,86); 124,70 mg/dl (+47,02) e 130,43 mg/dl (+42,51), para as faixas de 35-44 anos, 45-55 anos e 55 anos e mais, respectivamente. Finalmente, quanto aos valores de triglicerídeos, observou-se valores médios (tabela 1) de 138,41 mg/dl (+69,957)

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico

Evento: XXI Jornada de Pesquisa

classificado em níveis adequados/recomendados. Já em relação à comparação dos valores entre as diferentes faixas de idade (tabela 3), percebeu-se que o menor valor médio esteve na faixa de menor idade (108,39 mg/dl; +66,32) e maior valor médio na faixa etária de idade de 45-55 anos, sendo de 154,44 mg/dl (+61,12).

Pesquisadores ao estudarem mulheres no período do climatério buscaram identificar a presença de síndrome metabólica e observaram que 61,2% das mesmas apresentavam o colesterol HDL em níveis baixos, 29,4 % apresentaram hipertrigliceridemia (VELOSO, 2014).

Em um estudo transversal realizado com 93 mulheres na faixa etária de 40 e 59 anos de idade, vinculadas a três Programas de Saúde da Família do município de Divinópolis-MG, buscou-se avaliar o estado nutricional e perfil lipídico das participantes, os pesquisadores verificaram quanto ao estado nutricional que o IMC e a PC média das mulheres estava na faixa de sobrepeso (IMC; 28,6 Kg/m²) e valores de perímetro da cintura superiores a 92,8 cm, caracterizando as mulheres com distribuição central de gordura, além disso, os pesquisadores avaliaram as lipoproteínas HDL e Triglicerídeos, sendo os valores médios encontrados de 44,9 ± 15,3 e 132,7 ± 74,1, respectivamente (TEIXEIRA, OLIVEIRA, PAIVA, et al, 2014). Verificam-se através deste trabalho que o mesmo apresenta valores médios de IMC e PC muito próximos às participantes de nosso estudo, no entanto, em nosso trabalho, verificamos que o valor médio da lipoproteínas HDL em nosso estudo apresentou valores médios mais baixos em comparação ao dos autores (40,45 mg/dl +12,00) e valores médios de triglicerídeos mais elevados (138,41 mg/dl +69,957) em nosso trabalho.

Conclusão

Verificamos através do presente estudo que as mulheres do presente estudo apresentaram como características gerais estado de sobrepeso pelo índice de massa corporal (29,31 Kg/m²), e elevado perímetro abdominal (91,31 cm) e percentual de gordura (36,98 %), o que caracteriza riscos para doenças cardiovasculares, além disso as participantes apresentaram colesterol LDL médio em níveis limítrofes (123,24 mg/dl), e baixos níveis de colesterol HDL (40,45 mg/dl) e de triglicerídeos (138,41 mg/dl) verificou-se também que algumas das variáveis estudadas (perímetro da cintura, percentual de gordura colesterol total, colesterol LDL) elevaram-se na faixa de maior idade.

Palavras-Chave; mulheres; climatério; estado nutricional; dislipidemias.

Agradecimentos: Ao PROSUP/CAPES à equipe de Pesquisa de Envelhecimento Feminino, à Professora Orientadora.

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

FACIROLI, E. A, T; MOREIRA, A. P. B. Climatério: alterações metabólicas e intervenção nutricional. Universidade Federal De Juiz De Fora. Instituto de Ciências Biológicas, 2014.

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico

Evento: XXI Jornada de Pesquisa

MONTILLA R. N. G., MARUCCI, M. F. N, ALDRIGHI, J. M. Avaliação do estado nutricional nutricional e do consumo alimentar de mulheres no climatério. Rev Assoc Med Bras; v.49, n. 1, p. 91-5, 2003.

PORTAL EDUCAÇÃO. Fisiologia do climatério. Cursos Online: Mais de 1000 cursos online com certificado. Portal Educação.

TEIXEIRA, A.C; OLIVEIRA, C. L; PAIVA, M. J. N, et al. Prevalência de Síndrome metabólica em mulheres de 40 a 59 anos utilizando 2 critérios internacionais. Rer. Enferm. Cent. O. Min, v.3, n. 4, p. 1349-1358, set/dez; 2014.

OLIVEIRA, T.R et al. Fatores associados à dislipidemia na pós-menopausa. Rev Bras Ginecol Obstet. v.30, n.12, p.594-601, 2008;

THE NUTRITION SCREENING INITIATIVE. Incorporating nutrition screening and interventions into medical practice: a monograph for physicians. Washington D.C. US: American Academy of Family Physicians, The American Dietetic Association, National Council on Aging Inc., 1994.

VELOSO, G. G. V et al. Prevalência de Síndrome Metabólica em Mulheres Climatéricas. Rev Bras Cardiol. V. 27, v.1, n.20-27, 2014.

Xavier HT, Izar MC, Faria Neto JR et al. Soc Bras Cardiol. V Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose. 2013; 101(4): Supl. 1

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: preventing and managing the global epidemic: Report of a WHO consultation on obesity. (WHO Technical Report Series n. 894). Geneva, Switzerland: WHO, 2000.