

IDENTIFICAÇÃO DOS FATORES DE RISCO PARA DIABETES MELLITUS TIPO 2 EM UNIVERSITÁRIOS: ANÁLISE DO SEDENTARISMO

Leianny Rodrigues dos Santos (bolsista ICV), Andréa Pereira da Silva (colaborador/bolsista ICV/PRAEC) Lívio Eduardo Pereira Alves (colaborador/bolsista PRAEC), Roberto Wagner Júnior Freire de Freitas (Orientador, CAFS - UFPI)

INTRODUÇÃO

A caracterização do Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) se dá pela irregularidade da produção de insulina no pâncreas, um hormônio que permite o aproveitamento, pelas células, da glicose (açúcar) contida nos alimentos, transformada então em energia para o organismo desempenhar suas funções. Quando a insulina que o pâncreas produz não funciona de forma adequada, a glicose não é absorvida, então, começa a ser acumulada na corrente sanguínea, gerando a hiperglicemia - taxa elevada de açúcar no sangue que pode causar problemas de saúde, como nefropatia, cegueira e doenças do aparelho cardiovascular, como o infarto e o acidente vascular encefálico¹. A prevalência do DM2 tem sido elevada vertiginosamente e espera-se ainda um maior incremento. Na América Latina, há uma tendência do aumento da frequência entre as faixas etárias mais jovens, cujo impacto negativo sobre a qualidade de vida e a carga da doença ao sistema de saúde é relevante². Vale ressaltar que inúmeros são os fatores de risco que estão envolvidos no aumento da prevalência dessa enfermidade, inclusive na população jovem, dentre eles, merece destaque o sedentarismo. O presente estudo tem como objetivo principal identificar os fatores de risco para diabetes DM2 numa população de estudantes universitários com ênfase no sedentarismo. Justifica-se esse estudo, dentre outros motivos, pela escassez de pesquisas na temática no estado do Piauí. A relevância está na possibilidade de, através do levantamento desses fatores, traçar estratégias de educação em saúde e de promoção da saúde, a fim de garantir uma qualidade de vida satisfatória para os estudantes. Vale salientar que quanto mais cedo os fatores de risco forem encontrados, principalmente na juventude, maiores serão as chances de uma intervenção eficaz e, assim, reduzir a incidência da doença.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo não-experimental, descritivo, transversal e com abordagem quantitativa envolvendo 101 estudantes universitários, de ambos os sexos, do município de Floriano-PI. Dentre os critérios de inclusão, destacaram-se: ser maior de 18 anos, estar devidamente matriculado na Instituição de Ensino selecionada e participar de todas as etapas da pesquisa. Foram excluídos os alunos que possuíam diagnóstico de diabetes mellitus tipo 2 confirmado ou de outras doenças crônicas que pudessem interferir diretamente com o peso e a altura, além dos que tiveram algum impedimento por ocasião da obtenção das medidas antropométricas, além das gestantes. A coleta de dados ocorreu de abril a maio de 2011, logo após o parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa da UFPI. A amostra foi estratificada por curso, como segue: 26 alunos do curso de Bacharelado em Enfermagem, 26 do curso de Bacharelado em Administração, 25 alunos de

Licenciatura Plena em Ciências Biológicas e 24 de Licenciatura Plena em Pedagogia. Foram feitas as análises estatísticas inferenciais, quando se calculou os intervalos de confiança de 95% (IC95%). Os dados foram processados no Epi Info, versão 3.5.2, sendo apresentados em tabelas e/ou gráficos. Os achados foram comparados e discutidos com literatura nacional e internacional pertinente à temática em questão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 101 acadêmicos de ambos os sexos, sendo 72 (71,3%) mulheres e 29 (28,7%) homens. A faixa etária variou de 18 a 39 anos, e a média de idade encontrada foi de 21,8 anos. No que se refere aos níveis pressóricos, apenas 03 (3,0%) sujeitos foram classificados como hipertensos e 06 (5,9%) alunos apresentaram níveis limítrofes de pressão arterial. Os demais acadêmicos foram classificados como normotensos. Quanto à prática de atividades físicas, foi constatado que apenas 23 (22,8%) acadêmicos praticavam algum tipo de exercício físico com duração mínima de 30 minutos em cinco dias semanais, enquanto 78 (77,2%) estudantes afirmaram não praticar nenhum tipo de atividade física, sendo então classificados como sedentários. Em relação ao tabagismo, 96 (95,0%) sujeitos negaram o uso do tabaco. Por outro lado, o consumo de bebidas alcoólicas foi afirmativo em 49 (48,5%) universitários. Em relação ao nível glicêmico capilar, verificado ao acaso, 99 (98,0%) universitários apresentaram valores normais, ou seja, menores que 140mg/dl. Apenas 02 (2,0%) alunos obtiveram na análise valores considerados elevados. No que se refere à associação entre o sedentarismo e as variáveis: sexo, curso e período cursado, pode-se constatar que o sexo feminino, o curso de Bacharelado em Biologia e o 1º ano de atividades acadêmicas foram as categorias que obtiveram maiores prevalências de sedentarismo, 81,9%, 84,0% e 79,4%, respectivamente. O curso de Bacharelado em Administração obteve a menor prevalência e isso talvez se explique pela maioria, 41,4%, de indivíduos desse curso, pertencer ao sexo masculino que na presente pesquisa e em outros estudos revelou serem mais ativos. Ao buscar estudos que pudessem confirmar ou discordar dos achados da presente investigação, merece destaque uma pesquisa realizada em Santa Catarina com 862 universitários de uma Instituição de Ensino que teve a prevalência de inatividade física superior no sexo feminino 76,5% quando comparado ao sexo masculino 62,7%³. Em suma, pode-se dizer que a literatura nacional e internacional mostra, em quase sua totalidade, que realmente o sexo masculino tem sido mais ativo fisicamente, o que caracteriza as mulheres, numericamente e proporcionalmente mais sedentárias do que os homens.

CONCLUSÃO

Este estudo revelou que a grande maioria dos alunos investigados é sedentária. Na comparação entre a prática de atividade física e o sexo, houve diferenças significativas, confirmando

que o sexo masculino tem-se apresentado fisicamente mais ativo. Existe, entretanto, a necessidade de estimular o aumento dos níveis de atividade física nessa população inativa. No entanto, a preferência de comportamentos para uma vida mais saudável depende também de ações que envolvam todo um conjunto de responsáveis como a sociedade, políticos, programas de TV e Instituições de Ensino. Nesse sentido, as universidades possuem importante papel a cumprir, favorecendo um ambiente saudável, que propicie a formação de pessoas conscientes da importância da prática de atividade física regular, formando, eficazmente, disseminadores dessas informações na comunidade.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus tipo 2. Fator de risco. Sedentarismo.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Ministério da Saúde, Cadernos de Atenção Básica – nº 16 Série A. Normas Manuais Técnicos. **Manual de Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus**. Brasília – DF, 2006.
2. SARTORELLI, D.S; FRANCO, L.J. Tendências do diabetes mellitus no Brasil: o papel da transição nutricional. **Cad. Saúde Pública**. v.19, 2003.
3. MADUREIRA, Alberto Saturno et al. Associação entre estágios de mudança de comportamento relacionados à atividade física e estado nutricional em universitários. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 2009.