



HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA VERSUS SACAROSE NA POPULAÇÃO IDOSA E OS IMPACTOS DA DIETOTERAPIA

COSTA, Emilly de Almeida 1; ALMEIDA, Gabriela Heringer 2; DIAS, Mariana Cordeiro 3

RESUMO

Introdução: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição clínica multifatorial, definida por níveis aumentados e sustentados de pressão arterial (PA), PA sistólica > 140 mmHg e/ou PA diastólica > 90 mmHg¹. Por estar, frequentemente, associada a distúrbios metabólicos e alterações funcionais e/ou estruturais, esse trabalho objetiva reforçar o vínculo do açúcar, sacarose, com a HAS na terceira idade e a relevância das dietoterapias, e justifica-se por se tratar de uma comorbidade que assola a maioria da população idosa². **Metodologia:** O trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica a fim de esclarecer a relação da sacarose com a HAS desenvolvida na senilidade. Foi utilizado como bases de dados da Revista Brasileira de Hipertensão, WHO, SciELO e etc, com recorte temporal de 2001 a 2019. **Discussão:** Devido ao aumento da expectativa de vida em todo o mundo observou-se, assim, uma maior incidência e prevalência de determinadas doenças como a HAS, já que as próprias alterações fisiológicas geradas pelo envelhecimento tornam o indivíduo mais propenso ao desenvolvimento dessa patologia, sendo esta, então, a principal doença crônica nessa população³. Com isso, sabe-se que há maior prevalência de HAS em pessoas acima de 65 anos, sendo ainda mais prevalente em pacientes do sexo feminino e em idosos com baixa escolaridade⁴. Assim, a hipertensão arterial secundária nesses indivíduos está relacionada à causas mais específicas, como hiperaldosteronismo (hipertensão mineralocorticoide), endócrina⁵, notando-se que o aumento de peso está frequentemente associado à elevação da pressão arterial nos idosos, já que a sobrecarga de sacarose induz aumento do tecido adiposo visceral, que está diretamente relacionado com o aumento da ANS⁶. Dessa forma, o tratamento da HAS inclui tanto a abordagem do fator causal quanto a alterações de hábitos de vida do paciente idoso hipertenso. Por conseguinte, a dietoterapia tem sido uma escolha terapêutica efetiva, uma vez que estudos comprovaram que a redução da PA pós dieta, como a DASH (não é tão restritiva, e possui maior aceitação) foram semelhantes aos resultados encontrados em estudos de intervenção farmacológica em pacientes com HAS no estágio I⁷. Portanto, a meta para o tratamento da hipertensão secundária na população senil, consiste em aumentar a sobrevida e evitar as complicações, principalmente cardiovasculares, afim de melhorar a qualidade de vida e considerando o impacto dessa patologia no indivíduo idoso e em suas comorbidades, visando atingir e manter a pressão arterial 140/90 mmHg ou mais baixa⁸. **Conclusão:** Diante do exposto, a sacarose, por influenciar diretamente no metabolismo do paciente, principalmente por aumentar o tecido adiposo visceral, gera uma sobrecarga no organismo que corrobora com o HAS. Sendo assim, a dieta DASH, que contempla a opção de redução de açúcar, vem promovendo melhores resultados no controle da HAS em idosos. Cabe ressaltar que apesar do trabalho frisar sobre o vínculo da HAS com a sacarose na terceira idade, os estudos também demonstram a importância da alimentação balanceada e da prática de exercício físico por essa população.

PALAVRAS-CHAVE: Multifatorial; níveis pressóricos; terapia dietética; idosos.

REFERÊNCIAS:

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Departamento de Hipertensão Arterial. VI Diretrizes brasileiras de hipertensão. **Rev Bras Hipertens.** v.17, n.1, p.4-62, 2010



WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Global Health Observatory (GHO) data. **Raised blood pressure.**, 2015 Disponível em: http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/blood_pressure_prevalence. Acesso em: 18 jul. 2020

MIRANDA, Roberto Dischinger et al. Hipertensão arterial no idoso: peculiaridades na fisiopatologia, no diagnóstico e no tratamento. **Rev Bras Hipertens**, v. 9, n. 3, p. 293-300, 2002.

MENDES, Gisele Soares; MORAES, Clayton Franco; GOMES, Lucy. Prevalência de hipertensão arterial sistêmica em idosos no Brasil entre 2006 e 2010. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 9, n. 32, p. 273-278, 2014.

GUERRA, Thais de Rezende Bessa. ADOÇANTES E DOENÇAS CRÔNICAS: REVISÃO DA LITERATURA. **CIÊNCIAS DA SAÚDE** / ISSN 2179-1562 - CADERNOS DE ESTUDOS E PESQUISAS, v. 23, n. 49, p.

https://www.researchgate.net/profile/Thais_Bessa_Guerra/publication/340260911_ADOCAN_TES_E_DOENCAS_CRONICAS_REVISAO_DA_LITERATURA_SWEETENERS_AND_CHRONIC_DISEASES_REVIEW_OF_THE_LITERATURE/links/5e80E-DOENCAS-CRONICAS-REVISAO-DA-LITERATURA-SWEETENERS-AND-CHRONIC-DISEASES-REVIEW-OF-THE-LITERATURE.pdf. Acesso em: 18 jul. 2020

GALVÃO, Roberto et al. Hipertensão arterial no paciente obeso. **Rev Bras Hipertens**, v. 9, n. 3, p. 262-7, 2002.

MOREIRA, Marina Conceição dos Santos. **ALTERAÇÕES CARDIOVASCULARES INDUZIDAS PELA ALTA INGESTÃO DE SAL OU DE SACAROSE**. 2017. 111 f. Tese (Doutorado) - Curso de Ciências Biológicas, Instituto de Ciências Biológicas, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2017. Disponível em: [https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/101/o/Tese_-_Marina_\(30.01.17\)_1.pdf](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/101/o/Tese_-_Marina_(30.01.17)_1.pdf). Acesso em: 19 jul. 2020.

OLMOS, Rodrigo Díaz; IM, Benseñor. Dietas e hipertensão arterial: Intersalt e estudo DASH. **Rev Bras Hipertens**, v. 8, n. 2, p. 221-4, 2001.

MOREIRA, Marina Conceição dos Santos. **ALTERAÇÕES CARDIOVASCULARES INDUZIDAS PELA ALTA INGESTÃO DE SAL OU DE SACAROSE**. 2017. 111 f. Tese (Doutorado) - Curso de Ciências Biológicas, Instituto de Ciências Biológicas, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2017. Disponível em: [https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/101/o/Tese_-_Marina_\(30.01.17\)_1.pdf](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/101/o/Tese_-_Marina_(30.01.17)_1.pdf). Acesso em: 19 jul. 2020.