Perfil dos consumidores de bebidas açucaradas entre pacientes cardiopatas

Silva VA[1]; Zambianco, PS[1]; Brito JS[1]; Noronha BF[1]; Silva JS[1]; Borges RIM[1]; Mendes IS[1]; Cavalcante MR[1]; Tavares GCL[1]; Guarienti M[1]; Rosa LM[1]; Kaial KG[2]; Rabelo RG[1]
[1]Centro Universitário Atenas, Paracatu, MG, Brasil
[2]Universidade José do Rosário Vellano, Alfenas, MG, Brasil

Objetivo

Avaliar a relação entre o perfil dos consumidores de bebidas açucaradas [BAS] e a possível manifestação de doenças cardiovasculares [DC]

Método

Pesquisou-se nas plataformas Lilacs, Scielo os termos bebidas açucaradas e doenças cardiovasculares e seus devidos sinônimos. Inclui-se ensaios clínicos e estudos transversais em inglês e português dos últimos 10 anos

Resultados

As DC são a principal causa de mortes no mundo e sabe-se que o consumo excessivo de açucares é um fator de risco, sendo responsável por resistência insulínica, que desencadeia mecanismos favoráveis ao aumento de peso e quantidade circulante de lipoproteínas de baixa densidade, ocasionando a formação de placas de ateroma. As BAS são consideradas "calorias vazias", cuja formula não oferece nutrientes fundamentais a dieta. Em estudo com 2.172 pacientes randomizados, com idade igual ou superior a 45 anos e evidência de aterosclerose manifesta, observou-se um maior consumo de BAS entre os homens que possuem menor poder aquisitivo e escolaridade. A circunferência abdominal [CA] dos consumidores de BAS se mostrou pouco maior, assim como índice de massa corporal [IMC] e triglicerídeos [TG]. É importante ressaltar o uso de medicações no manejo da aterosclerose manifesta. Duffey et al analisaram dados de 2.774 adultos saudáveis e constataram a associação de BAS com fatores cardiometabolicos, sendo a CA significativamente maior nos consumidores.

Ferreira-Pêgo et al avaliaram a ingestão de BAS em 1.868 participantes no estudo de Prevenção com Dieta do Mediterrâneo (PREDIMED) de indivíduos com elevado risco cardiovascular e evidenciou que aqueles que mais consumiram BAS apresentaram maiores taxas de TG no início da pesquisa. Não houve evidência na relação de BAS e aumento da glicemia em jejum nos estudos. Houve uma relação positiva entre o sedentarismo, dieta pobre em nutrientes e consumo excessivo de BAS. Esse perfil se mostrou mais presente em homens de pouca idade, segundo estudo realizado na cidade de Viçosa.

Conclusão

Mostrou-se positiva a relação entre BAS e DC, dessa forma, torna-se importante a disseminação de informações e intervenções dietéticas na população consumidora. O incentivo a realização de atividade físicas assim como o acompanhamento médico de pacientes com doença manifesta ou não são igualmente essenciais.

World Health Organization (WHO). *Cardiovascular diseases (CVDs)* [Internet]. 2017
Malik VS, Hu FB. Fructose and Cardiometabolic Health: What the Evidence from Sugar-Sweetened Beverages Tells Us. *J Am Coll Cardiol* 2015
Ribas BLP, Longo A, Dobke FV, Weber B, Bertoldi EG , Borges LR, Abib RT. Consumo de bebidas açucaradas em pacientes com doença aterosclerótica manifesta. Ciênc. saúde coletiva vol.25 no.4 Rio de Janeiro Apr. 2020 Epub Apr 06, 2020
Silva DCG, Segheto W, Amaral FCS, Reis NA, Veloso GSS, Pessoa MC, Novaes JF, Longo GZ. Consumption of sweetened beverages and associated factors in adults. Ciênc. saúde coletiva vol.24 no.3 Rio de Janeiro mar. 2019
Mathias KC, Slining MM, Popkin BM. Foods and beverages associated with higher intake of sugar-sweetened beverages. *Am J Prev Med* 2013