



Anais da VIII Semana da Diversidade Humana (ISSN 2675-1127) – 09 a 11 de outubro de 2024 – Centro Universitário São Lucas – Porto Velho

PROJETO DE EXTENSÃO: PREVENIR PARA VIVER: DISLIPIDEMIA EM FOCO

André Felipe Paiva Martins, Centro Universitário São Lucas Porto Velho,
andrefelpm@gmail.com

Daphine Nascimento de Souza, Centro Universitário São Lucas Porto Velho,
daphinesouza07@gmail.com

Jamile Saraiva Reais Bezerra, Centro Universitário São Lucas Porto Velho,
jamilesrv7@gmail.com

Karina Cardoso Dibbern, Centro Universitário São Lucas Porto Velho,
karinadibbern1@gmail.com

Rayane Da Silva Ferreira, Centro Universitário São Lucas Porto Velho,
rayanesilva297@gmail.com

Prof^a Karla Coelho Campus, Centro Universitário São Lucas Porto Velho,
karla.coelho@saolucas.edu.br

INTRODUÇÃO: A dislipidemia é caracterizada pelo desequilíbrio nos níveis de lipídios no sangue, como colesterol e triglicerídeos, é uma situação que requer uma atenção especial tendo em vista que, estudos apontam que esse quadro pode aumentar o risco de doenças cardiovasculares, uma das principais causas de mortalidade no Brasil (OLIVEIRA et al., 2020). As principais causas envolvem uma dieta rica em gorduras saturadas e carboidratos simples, além da falta de atividade física regular. Para mitigar esses riscos, a prevenção eficaz envolve educação nutricional, promoção de hábitos saudáveis e incentivo à prática de exercícios físicos.

OBJETIVO: Conscientizar a população sobre a relevância da dislipidemia, suas causas subjacentes e métodos de prevenção através de abordagem educativa e incentivo a práticas alimentares saudáveis e mudança no estilo de vida. **MATERIAL E METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, com análise descritiva, que foi desenvolvido na disciplina de Projeto de Extensão I: Promoção da saúde nas doenças e agravos não transmissíveis. A pesquisa foi executada no Espaço Alternativo de Porto Velho. Para facilitar a intervenção, foi montada uma tenda no local, com mesas e cadeiras fornecidas pelo Centro Universitário São Lucas



Anais da VIII Semana da Diversidade Humana (ISSN 2675-1127) – 09 a 11 de outubro de 2024 – Centro Universitário São Lucas – Porto Velho

(UniSL) para atender a população local. Para a execução da atividade, foram usados uma balança e um estadiômetro para aferição de peso e altura dos participantes e posteriormente foi realizado o diagnóstico nutricional através do Índice de massa corporal (IMC). Foi utilizado também o equipamento esfigmomanômetro digital utilizado para mensurar a pressão arterial, e ainda um glicosímetro que foi empregado para aferir os níveis de glicose no sangue. A intervenção também incluiu também a distribuição de uma cartilha informativa sobre a dislipidemia, abordando suas causas, complicações, tratamentos e medidas preventivas.

RESULTADOS E DISCURSÃO: A amostra foi constituída por 30 indivíduos, sendo 17 (56,67%) do sexo feminino e 13 (43,33%) do sexo masculino com idade média de 35,5 anos, de acordo com os dados apresentados. Com relação ao estado nutricional foram encontrados os seguintes resultados: Desnutrição: 1 indivíduo (2,9%), Eutrofia: 12 indivíduos (34,3%), Sobrepeso: 13 indivíduos (37,1%) e Obesidade: 9 indivíduos (25,7). Com relação aos resultados da pressão arterial foi identificado os seguintes resultados: Hipertensão leve: 5 indivíduos (16,7%), Hipotensão leve: 10 indivíduos (33,3%), Hipotensão grave: 1 indivíduo (3,3%), não apresentaram nenhum problema: 14 indivíduos (46,7%). Com relação a glicemia os resultados foram: Diabetes mellitus: 6 indivíduos (17%), Pré- Diabetes: 11 indivíduos (31%), Glicose normal: 13 indivíduos (52%). Em relação ao estado nutricional, 37,1% dos indivíduos apresentaram sobrepeso e 25,7% foram classificados como obesos, totalizando um percentual de 62 % de indivíduos acima do peso. Esses números são preocupantes, pois sobrepeso e obesidade estão fortemente associados a um aumento no risco de doenças crônicas, como hipertensão, dislipidemias, diabetes tipo II e doenças cardiovasculares (WHO, 2021). Os dados de pressão arterial mostraram uma prevalência notável de hipotensão leve (33,3%) em comparação com hipertensão leve (16,7%). A hipotensão leve pode ser subestimada em jovens adultos, mas é importante monitorar seus efeitos a longo prazo, como tontura e fadiga, especialmente em indivíduos fisicamente ativos ou expostos a condições que favoreçam quedas bruscas de pressão (Meyer et al., 2017). Apenas um indivíduo (3,3%) apresentou hipotensão grave, o que requer atenção médica para evitar complicações graves, como síncope ou choque. Os dados também indicaram que 3,3% dos participantes não tiveram a pressão arterial registrada, o que limita a análise completa da amostra. Coletar dados completos é essencial para uma avaliação mais precisa. Os resultados de glicose sanguínea revelaram que 17% dos



Anais da VIII Semana da Diversidade Humana (ISSN 2675-1127) – 09 a 11 de outubro de 2024 – Centro Universitário São Lucas – Porto Velho

indivíduos apresentaram diabetes mellitus, enquanto 31% estavam em estado de pré-diabetes. Essa prevalência de pré-diabetes é preocupante, uma vez que pode evoluir para diabetes mellitus se não forem adotadas intervenções precoces, como mudanças no estilo de vida e alimentação (American Diabetes Association, 2023). A maioria dos participantes (52%) apresentou glicose normal, sugerindo que ainda há uma janela para intervenções preventivas eficazes na redução da progressão de distúrbios metabólicos. **CONCLUSÃO:** Os dados apresentados revelam um estado preocupante em relação à saúde pública da cidade de Porto Velho, principalmente pelo alto índice de sobrepeso, obesidade, pré-diabetes, hipertensão arterial e desinformação sobre dislipidemias. Esses resultados demonstram a necessidade urgente de intervenções abrangentes, que incluam a promoção de hábitos alimentares saudáveis, a prática regular de atividades físicas e o monitoramento e tratamento eficaz de doenças crônicas. Campanhas de conscientização e programas de educação em saúde são essenciais para aprimorar o conhecimento da população e incentivar a adoção de medidas preventivas. É fundamental o acompanhamento médico para ter um diagnóstico precoce e tratamento adequado, contribuindo para a melhora da qualidade de vida e a redução da incidência da dislipidemia.

Palavras- chave: dislipidemia. sobrepeso. obesidade. colesterol.