



## ANÁLISE PARA O RISCO DE PROBLEMAS ARTERIAIS A PARTIR DA AVALIAÇÃO DO LIPIDOGRAMA E CONSUMO ALIMENTAR DE PACIENTES ATENDIDOS EM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

### Resumo

**Thais Petillo de Castro Ferreira de Carvalho**  
**Andressa Pacheco Czaikovski**  
**Liana Alves de Oliveira (Orientadora)**

A doença cardiovascular é considerada pela Organização Mundial da Saúde, uma das principais causas de morte em todo o mundo, em que comorbidades como obesidade, hipertensão, diabetes e dislipidemia são considerados fatores de risco determinantes para o desenvolvimento da doença, além de aspectos ambientais como um perfil alimentar inadequado, sedentarismo e tabagismo. O consumo em excesso de ácidos graxos, em especial os saturados e trans, podem trazer diversos problemas à saúde, em virtude do aumento dos níveis plasmáticos de colesterol, favorecendo o risco aterogênico. Por este motivo, um consumo alimentar equilibrado, preconizando alimentos in natura e minimamente processados é capaz de proporcionar uma redução significativa destes fatores de risco. A pesquisa avaliou o padrão alimentar e perfil lipídico dos pacientes atendidos em ambulatório de Nutrição, com objetivo de verificar a associação entre o consumo alimentar de gordura saturada, ingestão de micronutrientes da dieta e análise bioquímica, a fim de identificar o risco para o desenvolvimento de problemas arteriais. A pesquisa tratou-se de um estudo transversal quantitativo, realizado no período de fevereiro de 2019 a junho de 2020, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, número CAAE: 03370918.8.0000.0095, realizado com indivíduos em acompanhamento no Ambulatório de Nutrição da Clínica Integrada de Saúde do UniBrasil, com mais de 18 anos e que aceitaram participar voluntariamente, mediante assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). No ambulatório, foi solicitado ao paciente o preenchimento de um questionário com informações pessoais, registro alimentar de 3 dias e um encaminhamento para coleta de sangue no laboratório do UniBrasil. A pesquisa obteve um total de 56 participantes, dos quais, 16 (29%) realizaram as 3 etapas propostas pela pesquisa e, após a análise dos resultados obtidos, os participantes foram avaliados de acordo com o risco para o desenvolvimento de problemas arteriais. O estudo demonstrou uma relação direta das alterações dos exames de LDL-c e colesterol total, com um elevado consumo de gordura saturada, uma vez que 10, dos 13 pacientes com alto consumo dietético de ácidos graxos saturados, apresentaram pelo menos uma alteração no lipidograma. Compilando os resultados da pesquisa foi evidenciado que o desenvolvimento de doenças arteriais está relacionado com a ingestão inadequada de gordura saturada da dieta, de maneira que um consumo regular de alimentos in natura e minimamente processados pode auxiliar no tratamento e prevenção das doenças cardiovasculares.

**Palavras-chave:** doença cardiovascular; gordura saturada; lipidograma; alimento funcional; micronutrientes.