

Desenvolvido pelo Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge

“ESTUDO E_COR” PRETENDE IDENTIFICAR FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR

O Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) está a efetuar um estudo denominado “e_COR”, cujo objetivo é permitir fazer um diagnóstico geral do país, no que respeita aos fatores de risco cardiovascular.

Estimar a prevalência dos principais fatores de risco cardiovascular (CV) na população portuguesa, determinar o risco vascular global (número de fatores por pessoa), avaliar o conhecimento, tratamento e controlo dos fatores de risco biológicos: diabetes *mellitus* (DM), hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia e hipertensão arterial (HTA) são os objetivos que levaram o INSA a definir o “Estudo e_COR”, no âmbito da epidemiologia e da prevenção CV.

A amostra do “e_COR” pretende-se não estratificada, representativa da população portuguesa adulta residente em Portugal Continental e caracterizada por sexo e grupo etário (18 aos 34 anos, 35 aos 64 e 65 aos 79). É constituída por 1685 indivíduos.

Mafalda Bourbon, investigadora e responsável pelo Grupo de Investigação Cardiovascular da Unidade de I&D do Departamento de Promoção da Saúde e Prevenção da Doenças Não Transmissíveis do INSA, que desenvolve este projeto, avança que, até ao momento, foram recolhidos dados de 1027 indivíduos de três regiões NUTSII, Lisboa (349), Centro (338) e Norte (340), de ambos os sexos e com idade compreendida entre os 18 e os 79 anos.

Os dados foram obtidos a partir de uma

amostra de sangue venoso em jejum, um exame físico e um questionário clínico e de hábitos de vida. A análise estatística foi realizada utilizando o programa SPSS versão 20.0.



Mafalda Bourbon

“O estudo foi desenhado para ter representatividade nacional”, afirma Mafalda Bourbon, referindo que, desta forma, os dados recolhidos não são representati-

vos de cada região, mas sim do estado de saúde e doença da população estudada.

Estilos de vida saudáveis podem prevenir doenças CV

As doenças do aparelho circulatório são uma das principais causas de morte em Portugal e de hospitalização por incapacidade física e, consequentemente, com elevados custos em saúde.

As doenças CV, na sua maioria, podem ser prevenidas mediante a adoção de estilos de vida saudáveis. “A identificação e o controlo dos fatores de risco é uma medida fundamental para as autoridades de saúde poderem agir adequadamente, a fim de reduzir o risco de doença vascular na população, e poderem desenvolver medidas de promoção de saúde adequadas”, menciona Mafalda Bourbon.

Segundo indica, as baixas taxas de controlo dos fatores de risco, especialmente da HTA e da DM, o número crescente de fumadores, sobretudo mulheres, e o aumento do número de pessoas com excesso de peso e obesidade são um problema de saúde pública que precisa de intervenção, através de políticas de saúde locais e nacionais.

“Iniciativas de educação para a saúde poderiam ser benéficas na redução do risco vascular da população, uma vez que a maioria dos fatores de risco são modificáveis”, refere. E conclui: “Esperamos, com este estudo, contribuir para produzir evidência científica para a decisão em saúde pública, nomeadamente, para melhor definir estratégias na área da prevenção cérebro e CV.”

As doenças do aparelho circulatório são uma das principais causas de morte em Portugal e de hospitalização por incapacidade física e, consequentemente, com elevados custos em saúde.

Resultados preliminares

As taxas de prevalência registadas até ao momento nas três regiões já estudadas foram as seguintes:

- Dieta inadequada – 68,4%;
- Excesso de peso/obesidade – 64,9%;
- Hipertensão arterial – 50%;
- Inatividade física – 34,4%;
- Tabagismo – fumadores ativos – 22,2%; fumadores passivos – 25,4%;
- Hipercolesterolemia – LDL > 160 mg/dl, 16,2%; LDL > 115 mg/dl, 69,9%;
- História familiar de doença CV prematura – 15%;

- Diabetes *mellitus* – 11,3%;
 - Hipertrigliceridemia - > 200 mg/dl, 7,5%; > 150 mg/dl, 19,3%;
 - Consumo excessivo de álcool – 7,3%;
- Cerca de 55,2% da população estudada apresenta dois ou mais fatores de risco vascular, considerando apenas os fatores de risco mais importantes: DM, hipercolesterolemia (LDL > 160mg/dl), HTA, excesso de peso/obesidade e tabagismo. Os níveis de conhecimento e tratamento e a taxa de controlo dos fatores de risco vascular observados

foram de 88,1%, 82,8% e 41,7% para a DM; 55,1%, 44,3% e 59,0% para a hipercolesterolemia (LDL > 160 mg/dl); 23,4%, 11,7% e 33,0% para a hipertrigliceridemia (TG > 200 mg/dl); 64,4%, 74,3% e 39,5% para a HTA.

Terminou recentemente o estudo à região do Algarve, estando agora em análise o Alentejo. Prevê-se que os resultados finais do estudo, com a determinação das prevalências nacionais dos fatores de risco vascular, sejam divulgados no segundo semestre de 2015.