

# Efeito na perda de peso de uma intervenção alimentar e de estilos de vida em hipertensos medicados nativos e imigrantes africanos seguidos nos cuidados de saúde primários da região de Lisboa e Vale do Tejo (Estudo PRAdA)

**Autores:** CARRILHO G<sup>1</sup>, PEIXOTO C<sup>1</sup>, GOULÃO B<sup>1</sup>, ALARCÃO V<sup>1</sup>, SIMÕES R<sup>1</sup>, GUERRA F<sup>1</sup>, CARDOSO I<sup>1</sup>, FERNANDES M<sup>1</sup>, NICOLA P<sup>1</sup>, GUIOMAR S<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Medicina Preventiva, Faculdade de Medicina de Lisboa; <sup>2</sup>Instituto Nacional Saúde Doutor Ricardo Jorge

**Introdução:** Um dos fatores de risco identificados no desenvolvimento de hipertensão arterial (HTA) é o excesso de peso. Estudos internacionais revelaram que a raça negra é mais vulnerável aos efeitos da HTA. Contudo, as intervenções comportamentais para perda de peso parecem ter menos sucesso nos negros do que nos caucasianos. No estudo DIMATCH-HTA precedente ao PRAdA, com hipertensos nativos e imigrantes africanos, verificou-se uma elevada prevalência de obesidade, superior nos imigrantes.

**Objetivos:** Avaliar a adesão às recomendações das populações da intervenção (hipertensos nativos e imigrantes africanos) e comparar a percentagem de peso perdido e os fatores de sucesso da perda de peso nos dois grupos.

**Métodos:** Estudo de intervenção para diminuição da pressão arterial e perda de peso através de alterações na alimentação e estilos de vida em hipertensos medicados imigrantes dos PALOP e nativos Portugueses, seguidos nos Cuidados de Saúde Primários da Região de Lisboa e Vale do Tejo. A amostra foi selecionada a partir do estudo DIMATCH-HTA e a intervenção teve duração de 6 meses. Para comparação das populações, recorreu-se a testes  $\chi^2$  e t-Student e modelos de regressão linear. Para avaliar o sucesso da intervenção comparou-se a alteração de peso dos participantes entre o estudo observacional DIMATCH-HTA e o início de intervenção PRAdA com a alteração entre o início e final da intervenção PRAdA. Análise feita com SPSS.v20, usando alfa=5%.

**Resultados:** Dos 152 participantes, 87 eram imigrantes e 65 nativos, com idade média de 58,2 e 66,2 anos ( $p<0,01$ ) e IMC médio de 30,3 e 30,0kg/m<sup>2</sup> ( $p=0,25$ ), respetivamente; 80,3% dos participantes tinham excesso de peso. O número de recomendações alimentares conhecidas e cumpridas no final da intervenção foi significativamente superior ao inicial ( $p<0,01$ ) em ambos os grupos, contudo no final do estudo os nativos cumpriam um maior número de recomendações ( $p<0,01$ ), não se verificando diferenças significativas entre sexos. Apenas nos nativos a perda de peso foi significativa ( $p<0,05$ ) e superior ao grupo dos imigrantes (1,15kg vs. 0,67kg,  $p=0,265$ ). Na análise múltipla (regressão linear), a intervenção e a idade revelaram-se fatores de sucesso na perda de peso ( $p=0,004$  e 0,006 respetivamente), independentemente do sexo e etnia.

**Conclusões:** Os nativos cumpriram em média um maior número de recomendações e perderam mais peso, o que vai de encontro ao relatado por estudos internacionais. Futuras intervenções deverão recorrer a técnicas motivacionais de adesão à dietoterapia e estilos de vida saudáveis e maior componente de envolvimento cultural, diminuindo as disparidades em saúde.