



## ANÁLISE DO CONSUMO DE SAL ENTRE OS HIPERTENSOS EM SANTA CATARINA

Emanuele Maiara Drewlo<sup>1</sup>, Júlia Zagonel Schlindwein Antes<sup>2</sup>, Murilo Ferreira Caldat<sup>3</sup>, Letícia Regina Tonello<sup>4</sup>, Tatiane Nogueira Gonzalez<sup>5</sup>

1. Discente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Joaçaba, SC
2. Discente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Joaçaba, SC
3. Discente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Joaçaba, SC
4. Discente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Joaçaba, SC
5. Docente do Programa de Pós-Graduação em Biociências e Saúde, Unoesc, Joaçaba, SC

**Autor correspondente:** Emanuele Maiara Drewlo, emanuelemaiar@hotmail.com

**Área:** Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição crônica caracterizada pela elevação da pressão arterial, sendo um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares, como infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral. Afetando uma parcela significativa da população adulta, a HAS é muitas vezes assintomática, o que dificulta seu diagnóstico precoce. A adoção de um estilo de vida saudável, com controle do peso, prática de atividades físicas e, principalmente, a redução do consumo de sódio (sal), é essencial para a prevenção e controle dessa doença. **Objetivo:** Descrever o consumo de sal entre indivíduos com diagnóstico de hipertensão arterial sistêmica nos residentes do estado de Santa Catarina. **Método:** Estudo descritivo com dados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), inquérito domiciliar realizado no Brasil em 2019, pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em parceria com o Ministério da Saúde (MS). A população deste estudo foi constituída por adultos ( $\geq 18$  anos de idade) residentes no estado de Santa Catarina. A presença de hipertensão arterial sistêmica foi aferida pela pergunta "Algum médico já lhe deu o diagnóstico de hipertensão arterial (pressão alta)?", com as opções de resposta sim e não. O consumo de sal foi avaliado por meio da pergunta "Considerando a comida preparada na hora e os alimentos industrializados, o(a) Sr(a) acha que o seu consumo de sal é:?", com opções de resposta: muito alto, alto, adequado, baixo e muito baixo. Foi calculado o consumo de sal entre os indivíduos com diagnóstico médico de hipertensão. A análise dos dados foi realizada por meio do software Stata, sendo o efeito de amostragem por conglomerados considerado em todas as análises, pelo comando survey do referido programa. **Resultados:** A amostra de interesse do estudo foi de 1.000 indivíduos. A prevalência de hipertensão arterial sistêmica foi de 26,5%. Quanto ao consumo de sal entre esses indivíduos, 1,2% reportaram um consumo muito alto, 10,8% alto, 57,6% adequado, 28,0% baixo e 2,4% consumo muito baixo. **Conclusão:** O estudo revela que, em Santa Catarina, 260 de cada 1.000 residentes sofrem de hipertensão, e 12% destes consomem sal excessivamente. Apesar de saberem da necessidade de limitar o sal, muitos hipertensos mantêm o hábito prejudicial. Esse consumo elevado pode causar alterações estruturais e hemodinâmicas nas artérias, aumentando significativamente o risco cardiovascular. Como acadêmicos de Nutrição, é urgente que abordemos e esclareçamos os riscos para melhorar a saúde dessas pessoas e prevenir complicações graves.

**Palavras-chave:** Hipertensão; Consumo de sal; População catarinense.