

RELAÇÃO ENTRE A PERCEPÇÃO DE VÁRIAS CONDIÇÕES RELACIONADAS COM A SÍNDROME METABÓLICA E HÁBITOS ALIMENTARES E DE ACTIVIDADE FÍSICA NUM GRUPO DE PORTUGUESES E INGLESES

Pinhão S, Parr H, Stewart-Knox B, Gibney M, de Almeida MDV

email:
silviapinha@fcna.up.pt

OBJETIVO

Foi objectivo deste trabalho avaliar a percepção das várias componentes da Síndrome Metabólica (SM) e sua relação com hábitos alimentares e de actividade física num grupo de portugueses e ingleses. Participantes e Métodos: Avaliou-se uma amostra representativa de 540 portugueses (PT) e 1182 ingleses (GB) adultos. Foi usado questionário sobre percepção de cinco condições (obesidade abdominal (OA), pressão arterial elevada (PAE), glicemia elevada (GE), colesterol elevado (COL), stress) + hábitos alimentares(QFA) + hábitos de actividade física (AF).

PARTICIPANTES E MÉTODOS

Avaliou-se uma amostra representativa de 540 portugueses (PT) e 1182 ingleses (GB) adultos. Foi usado questionário sobre percepção de cinco condições (obesidade abdominal (OA), pressão arterial elevada (PAE), glicemia elevada (GE), colesterol elevado (COL), stress) + hábitos alimentares(QFA) + hábitos de actividade física (AF).

RESULTADOS

Frequência da percepção das condições:

	Condições				
	Colesterol elevado (COL)	Pressão Arterial elevada (PAE)	Obesidade Abdominal (OA)	Glicemia elevada (GE)	Stresse
Portugueses	7	1	0	0	3
Ingleses	100	14	100	16	100

Tanto os portugueses como os ingleses com COL consomem com menos frequência peixe. Os indivíduos de ambas as nacionalidades que referem PAE, consomem menos frequentemente óleos vegetais, os ingleses consomem com menos frequência peixe, vinho e bebidas alcoólicas e os portugueses consomem menos frequentemente bolos e fruta/vegetais. Para quem refere AO, apenas se verificam diferenças nos ingleses sendo que consomem mais leite/derivados, carne e vinho. Os ingleses com GE apresentam consumos mais frequentes de pão e cereais e os portugueses menos peixe. Dos indivíduos que referem stress, verifica-se maior frequência de consumo de leite/derivados em ambos os grupos. As diferenças nas frequências de consumo entre estes grupos, são estatisticamente significativas ($p < 0,05$). Relativamente à actividade física não se encontraram diferenças entre os grupos excepto quanto ao tempo em que os inquiridos se encontram sentados: à semana, os ingleses com COL, PAE, OA e GE, estão mais horas sentados enquanto quer à semana quer ao fim-de-semana os portugueses com Stress estão menos horas sentados. Este trabalho demonstra que a percepção de algumas condições de saúde relativas à SM difere entre os dois países, excepto OA. Para os PT apenas o stress se relaciona com a AF. Pelo contrário, no caso dos GB todas as condições (excepto o stress) se associam com a AF. A frequência reduzida de consumo de peixe, de óleos vegetais e de vinho relaciona-se com a maioria das condições em ambos os países.