

A EXCREÇÃO URINÁRIA DO SÓDIO COM O USO ABUSIVO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS

Categoria C

KARANIKAS, Pedro Henrique de Castro, BARROS, Matheus Dias de Souza, CARVALHO, Juliana Patrícia Martins, FIGUEIREDO, Paulo Rodrigo

Nos últimos anos o consumo de sal está aumentando na maior parte do mundo. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a recomendação diária é de 2000mg de sódio por dia, enquanto o brasileiro consome em média 4400 mg por dia, ou mais. (NILSON, JAIME & RESENDE, 2012) Grande parte do sal consumido é devido ao uso de sódio na cozinha, já na indústria alimentícia é bastante utilizado também para conservação de alimentos, o que proporciona aumento de grandes quantidades desse tipo de componente (COSTA & MACHADO, 2010). No entanto, o consumo excessivo de sódio na alimentação está relacionado com o desenvolvimento de doenças crônicas: hipertensão arterial, problemas renais e doenças cardiovasculares (NILSON, JAIME & RESENDE, 2012). Vários estudos populacionais evidenciam a importância do controle da hipertensão para a redução da morbimortalidade cardiovascular. A hipertensão arterial é considerada um problema de saúde pública por sua magnitude, risco e dificuldades no seu controle. É também reconhecida como um dos mais importantes fatores de risco para o desenvolvimento do acidente vascular cerebral e infarto do miocárdio (COSTA & MACHADO,2010). Dentre os fatores nutricionais estudados e que se associam à alta prevalência de hipertensão arterial estão o elevado consumo de álcool e sódio e excesso de peso. Levando-se em consideração que mais de 95% do sódio ingerido é excretado na urina, e que a avaliação dietética apresenta muitos problemas operacionais, a excreção urinária de 24h vem sendo utilizada como um importante marcador do consumo diário de sódio, apesar da grande variabilidade interindividual e, sendo assim, interpretações clínicas e fisiológicas baseadas numa única avaliação devem ser cautelosas. Entretanto, a análise da excreção urinária de sódio é considerada um bom índice do consumo de sal num dado dia (FROST, LAW WALD, 1991). O objetivo desta pesquisa é analisar o impacto referente ao consumo de produtos industrializados para um indivíduo com relação ao teor de sódio e a pressão arterial em pessoas de diferentes idades. Com a realização deste projeto buscamos obter mais conhecimentos sobre os impactos na pressão arterial dos indivíduos comparando os níveis de sódio obtidos na excreção urinária relacionada ao alto consumo de alimentos industrializados. Além disso, pretende-se conscientizar a comunidade envolvida dos riscos do alto consumo de alimentos industrializados e sua relação com os níveis de sódio e a pressão arterial, bem como outros

danos à saúde. O trabalho está em fase de coleta das amostras. Está programado para receber no dia vinte e um de agosto de 2019. Com esse projeto esperamos disseminar o conhecimento sobre os riscos do excesso de alimentos industrializados pelo alto teor de sódio em sua composição, além de alertar a população sobre os riscos à saúde da dieta rica em sódio.

Palavras-chave: Alimentos. Industrializados. Bioquímica. Sódio.

Referências:

FROST CD, Law MR, Wald NJ. By how much does dietary salt reduction lower blood pressure? II- Analysis of observacional data within populations. *BMJ* 1991;302:815-8. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/302/6780/811.short>

MACMAHON S, Peto R, Cutler J. Blood pressure, stroke and coronary heart disease: effects of prolonged differences in blood pressure-evidence from nine prospective observational studies corrected for dilution bias. *Lancet* 1995;335:765-74. Disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1969518>

NILSON, Eduardo Augusto Fernandes; JAIME, Patrícia Constante; RESENDE, Denise de Oliveira. Iniciativas desenvolvidas no Brasil para a redução do teor de sódio em alimentos processados. *Revista Panamericana de Salud Pública*, v. 32, p. 287-292, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rpsp/2012.v32n4/287-292/es/> COSTA, Fabiana Pires;

MACHADO, Sandra Helena. O consumo de sal e alimentos ricos em sódio pode influenciar na pressão arterial das crianças?. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, p. 1383-1389, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2010.v15suppl1/1383-1389/pt/>

POLÓNIA, Jorge et al. Determinação do consumo de sal numa amostra da população portuguesa adulta pela excreção urinária de sódio. Sua relação com rigidez arterial. **Rev Port Cardiol**, v. 25, n. 9, p. 801-817, 2006. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Joao_Ferreira17/publication/279573119_Estimation_of_salt_intake_by_urinary_sodium_excretion_in_a_Portuguese_adult_population_and_its_relationship_to_arterial_stiffness_Determinacao_do_consumo_de_sal_numa_amostra_da_populacao_Portuguesa_ad/links/559ebd4808ae03c44a5cd4ab.pdf