

FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES EM DOCENTES DE INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR

Cardiovascular risk factors in professors of higher education institution

RESUMO

Existem diversos fatores de riscos que favorecem o desenvolvimento das doenças cardiovasculares, dentre eles o ambiente de trabalho e, nesse âmbito, os professores acadêmicos são evidenciados, pois apresentam variados riscos relacionados à profissão, o que torna necessário um monitoramento contínuo e eficaz destes profissionais. O objetivo deste estudo foi avaliar os fatores de riscos cardiovasculares em docentes de Instituições de Ensino Superior, através da revisão de literatura. Os fatores de risco para desenvolvimento de doença cardiovascular mais prevalentes nos estudos com os docentes foram os hábitos de vida inadequados, com destaque para o sedentarismo, excesso de peso e aspectos negativos para os hábitos alimentares, como baixa ingestão de frutas e verduras e um maior consumo de alimentos ricos em gordura. Foi concluído que há uma prevalência de fatores de riscos modificáveis, ficando evidente a importância da criação de programas institucionais que incentivem a criação de hábitos de vida mais saudáveis para os docentes.

PALAVRAS-CHAVES: Fatores de Risco. Doenças Cardiovasculares. Docentes. Instituição de Ensino Superior. Doenças Crônicas não Transmissíveis.

ABSTRACT

There are several risk factors that favor the development of cardiovascular diseases, among them is the work environment and it is important to highlight in this context, academic professors, as they present many risks related to their profession, which makes it necessary continuous and effective monitoring of these professionals. The goal of this study was to evaluate cardiovascular risk factors in professors by a literature review. The most prevalent risk factors for the development of cardiovascular disease in studies with teachers were inadequate lifestyles, highlighting sedentary lifestyle, overweight and negative aspects of eating habits, such as low intake of fruits and vegetables and higher food consumption of high

fat foods. It was concluded that there is a prevalence of modifiable risk factors, making evident the importance of creating institutional programs that encourage the creation of healthier lifestyle habits for professors.

KEYWORDS: Risk factors. Cardiovascular diseases. Professors; Higher education institution. Chronic non communicable diseases.

1 INTRODUÇÃO

A transição epidemiológica, observada pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), demonstra que as doenças virais já não são mais as principais causas de mortalidade em países do nosso continente. Este fenômeno afeta a população, alterando o padrão de mortalidade, apresentando-se as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no topo das incapacidades prematuras e da morbimortalidade (OPAS OMS/BRASIL, 2017a).

Muitos são os fatores que determinam o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis e, segundo Mann e Truswell (2011), dentre eles estão os fatores dietéticos, os quais têm ligação direta com o aparecimento das doenças, o que influencia os índices de morbidade e mortalidade em países que possuem economia desenvolvida.

O aumento no número de pessoas com doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) fez com que o assunto ganhasse notoriedade nas agendas globais, porém as medidas regulatórias e legais ainda precisam ser mais assertivas. Dessa forma, se faz necessário realizar ações para conscientizar a população sobre os fatores de risco que predisõem ao desenvolvimento das DCNT (MALTA *et al.*, 2016).

O processo de conscientização perpassa a desconstrução de hábitos adquiridos durante toda a vida do indivíduo. Para a construção de uma nova realidade, é exigido do profissional de saúde não apenas o compartilhamento de informações, mas, também, que sejam levados em consideração os conhecimentos, as crenças, os valores e as dificuldades dos pacientes (MARIN; SANTOS; MORO, 2016).

Os progressos nacionais na luta contra as DCNT são limitados, especialmente no caso das doenças respiratórias crônicas, doenças cardiovasculares, câncer e diabetes, que atualmente são as principais causas de mortalidade no mundo, tirando a vida de 15 milhões de pessoas com idades entre 30 a 70 anos (OPAS/OMS BRASIL, 2017b).

Dentre as possíveis estratégias a serem utilizadas para alertar a população sobre as altas prevalências de doenças cardiovasculares (DCV) e seus fatores de risco (FR) estão os

programas de educação em nutrição, o estilo de vida mais saudável e a orientação quanto à atividade física (ALJEFREE; AHMED, 2015).

Existem diversos fatores de riscos que favorecem o desenvolvimento das DCV, dentre eles está o ambiente de trabalho. Vale evidenciar nesse âmbito os professores acadêmicos, pois estes apresentam diversos riscos relacionados à profissão, o que torna necessário um monitoramento contínuo e eficaz destes profissionais (SILVA *et al.*, 2016).

Os fatores de risco (FR) que favorecem o desenvolvimento das DCV podem ser divididos em fatores de risco não modificáveis e modificáveis. Os FR não modificáveis são aqueles nos quais os indivíduos não podem interferir, como idade e hereditariedade; já os FR modificáveis são passíveis de intervenção, pois se desenvolvem a partir de escolhas e hábitos dos indivíduos e podem ser evitados ou, até mesmo, eliminados com um estilo de vida saudável (COVATTI *et al.*, 2016).

Os estudos apresentados por Mansur e Favarato (2016) demonstraram que, nos últimos seis anos, no Brasil, populações acima dos 30 anos tiveram um aumento da mortalidade ocasionada por doenças isquêmicas do coração (DIC), ao contrário do que ocorreu com os índices das doenças cerebrovasculares. Esses trabalhos reforçam a necessidade da implementação de políticas públicas de saúde que contemplem a redução dos principais fatores de risco para DIC de forma a reverter os índices atuais.

Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo avaliar os fatores de riscos cardiovasculares em docentes de instituições de ensino superior (IES), através de uma revisão de literatura.

2 METODOLOGIA

Este trabalho tratou-se de uma revisão de literatura acerca do tema e, para tanto, se utilizou o banco de dados da Scientific Electronic Library Online (SCIELO), National Library of Medicine (PUBMED) e o Google Acadêmico para a seleção de artigos divulgados nos últimos 10 anos, com abordagem do tema “Avaliação dos fatores de risco cardiovasculares em docentes de IES”.

As buscas foram realizadas no período compreendido entre março e abril de 2020, utilizando-se as palavras-chaves doença cardiovascular, docentes, professores universitários, fatores de risco, além de variadas combinações, tais como: risco cardiovascular em docentes de IES; fatores de risco para doença cardiovascular em docentes de IES; doença

cardiovascular e docência; doenças crônicas não transmissíveis e docentes de IES; objetivando, assim, uma abrangência maior da busca.

Teve-se como meta a inclusão de 15¹ materiais nesta pesquisa, nas categorias de artigos originais, livros e dissertações, escritos na língua portuguesa, espanhola e inglesa. Em seguida, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão para refinar os resultados encontrados.

Foram incluídos artigos que associassem o desenvolvimento da doença cardiovascular em docentes de instituição de ensino superior, assim como índice de massa corporal (IMC) elevado, hipertensão arterial sistêmica, estilo de vida, consumo de álcool, tabagismo, sedentarismo e estresse, ou seja, fatores de risco para desenvolver a DCV no trabalho docente. Por sua vez, foram excluídos artigos que não se aplicavam à docência no ensino superior, a fatores de risco cardiovascular e que não relacionavam o desenvolvimento de doenças cardiovasculares à docência.

Os critérios de diagnóstico nutricional adotados neste estudo, referentes à população adulta, foram os da Organização Mundial de Saúde (OMS, 1995, 2000): peso adequado IMC >18,5 a <25 kg/m²; excesso de peso IMC > 25 kg/m²; baixo peso IMC <18,5 kg/m². Para classificação da circunferência da cintura (CC) foram utilizados os pontos de corte da National Institutes of Health (2000): Homens ≥ 94 cm risco elevado e ≥ 102 cm risco muito elevado; Mulheres ≥ 80 cm risco elevado e ≥ 88 cm risco muito elevado.

A abordagem dos dados encontrados foi subdividida em sete tópicos para delimitação dos fatos e um melhor entendimento: fatores de risco cardiovasculares em docentes; índice de massa corporal (IMC); circunferência da cintura (CC); atividade física; hábitos alimentares; exames bioquímicos; resistência à insulina e dislipidemias; hipertensão arterial sistêmica (HAS); estresse e sono; tabagismo e etilismo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O período de publicações para seleção dos artigos foi delimitado entre 2010-2020, sendo encontrado um maior número de artigos entre 2011-2019, incluído neste estudo um

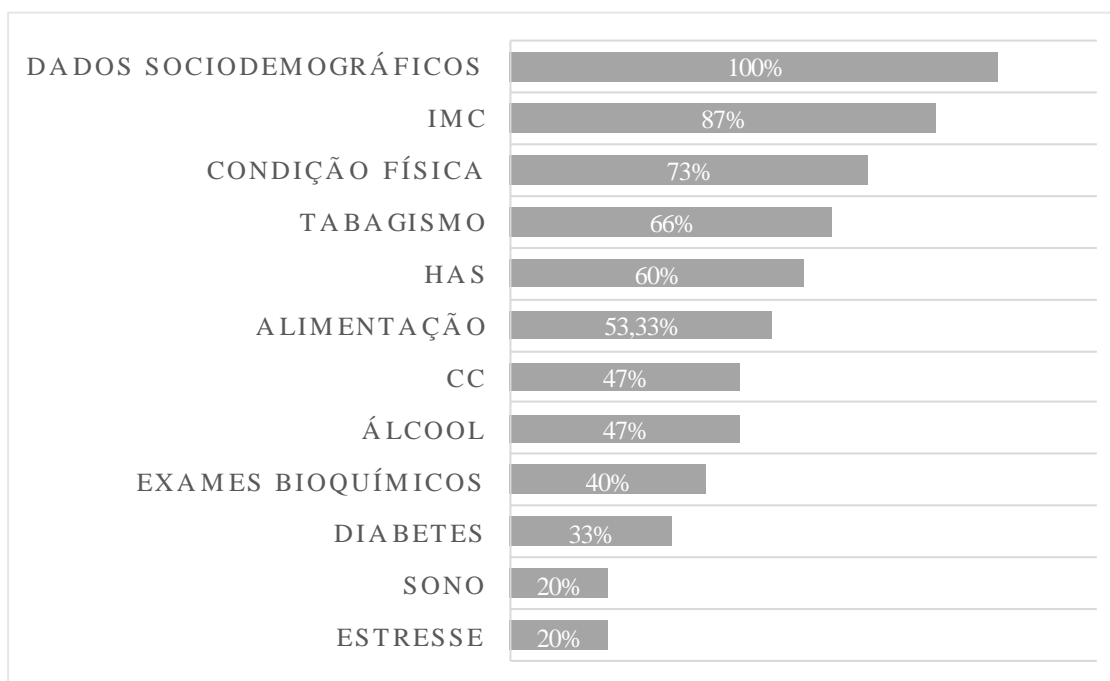
¹ Os 15 artigos que compõem este trabalho encontram-se referenciados ao final do texto e estão demarcados, em seus resultados, no gráfico 1, intitulado Fatores de riscos cardiovasculares mais prevalentes em docentes nos artigos revisados.

total de 15 artigos. O número amostral variou entre 10 e 540 docentes, em estudos do tipo transversal, desenvolvidos no período médio de 30 dias até 17 meses.

3.1 Fatores de Risco Cardiovasculares em Docentes

Os principais fatores de risco para desenvolvimento da doença cardiovascular prevalentes nos estudos estão apresentados no Gráfico 1. Foram encontrados, nos artigos analisados, outros fatores, como estado civil, ocupação, horas de sono, carga horária de trabalho, histórico familiar, medicamentos utilizados, classificação de doenças, nível econômico, meio de transporte, tratamentos médicos entre outros fatores, portanto, relacionados aos dados sociodemográficos.

Gráfico 1- Fatores de riscos cardiovasculares mais prevalentes em docentes nos artigos revisados



Fonte: Autores, 2020

Estes estudos revelaram que os hábitos de vida dos docentes apresentam uma alta prevalência dos fatores de risco modificáveis, destacando-se o tabagismo, etilismo, sedentarismo, diabetes, hipertensão arterial sistêmica, excesso de peso e aspectos negativos para os hábitos alimentares, a exemplo de baixa ingestão de frutas e verduras e um maior

consumo de alimentos ricos em gordura. Observou-se, ainda, que o público mais jovem praticava mais atividade física supervisionada em comparação aos docentes com idade média entre 51 e 65 anos, sendo estes últimos os que mais frequentavam um médico (SANTANA, 2011).

Já os fatores de risco não modificáveis são aqueles que não podemos influenciar, como a idade, gênero, homens acima de 45 anos, mulheres acima de 55 anos na menopausa e herança familiar (FRANCULA-ZANINOVIC; NOLA, 2018). Luna e colaboradores (2016), avaliando o histórico familiar dos docentes, notaram que as patologias mais prevalentes nos grupos familiares eram a hipertensão arterial sistêmica e o diabetes, respectivamente. Os docentes deste estudo apresentavam idade média de 44 anos, sendo a maior parte da amostra do sexo feminino.

Os estudos revisados sugeriram que a criação de ações e recursos institucionais podem beneficiar a saúde destes docentes, como implemento de programas educacionais para criação de melhores hábitos de vida, incluindo a prática de atividade física e alimentação adequada, sendo agentes não apenas de prevenção das DCV, mas, também, de promoção de saúde.

3.2 Índice de Massa Corporal (IMC), Circunferência da Cintura (CC) e Prática de Atividade Física

Dos quinze artigos revisados, treze (87%) avaliaram o índice de massa corporal, nos quais foram observados docentes que apresentavam estado nutricional de excesso de peso em 100% dos estudos. O sobrepeso está associado ao aumento do risco de desenvolver doenças cardiovasculares, e estes riscos, por sua vez, aumentam de acordo com o grau de obesidade, de tal modo que - para aqueles com $IMC > 30 \text{ kg/m}^2$ - as taxas de mortalidade chegam a ser duas vezes maiores para mulheres e 2,5 vezes maiores para homens, quando comparadas àqueles com IMC dentro da faixa saudável (OMARI; CATERSON, 2011).

Já as avaliações da circunferência da cintura estiveram presentes em sete (47%) dos quinze artigos revisados, notando-se uma prevalência considerável de CC elevada e CC muito elevada entre os docentes, ao classificá-los pelos pontos de corte da National Institutes of Health (2000). As variações nesse parâmetro refletem mudanças na gravidade dos fatores de risco para enfermidade cardiovascular (CARVALHO; DUTRA; ARAÚJO, 2019).

Em estudo realizado por Oliveira e outros autores (2011), foi analisada a prevalência de sobrepeso e obesidade em 145 docentes, com idades entre 25 a 67 anos. Constatou-se, em relação ao IMC, que a maioria dos professores foi classificada com excesso de peso (51,04%),

com uma diferença importante entre os gêneros: enquanto a maioria das mulheres estava dentro do adequado (64,3%), cerca de 57,3% dos homens apresentaram excesso de peso. Em relação a CC, verificou-se que 43,69% dos homens avaliados apresentavam uma circunferência abdominal acima do limite superior de 94 cm, e 54,76% das mulheres acima do limite superior de 80 cm.

Andrade, Paciência e Paz (2016) avaliaram o IMC e CC em 27 docentes e obtiveram, como resultado, que 48,15% da amostra total apresentava sobrepeso e 11,11% obesidade grau I ou II. Avaliando a CC desta amostra, 55% dos docentes apresentaram a CC aceitável, 25,92%, CC elevada, e 18,51% CC muito elevada. No entanto, quando se avaliou esses parâmetros entre os gêneros, notou-se que existe uma prevalência do sexo masculino para CC aceitável, um equilíbrio para CC elevada e um predomínio das mulheres para CC muito elevada. Constatou-se, ainda, uma correlação positiva entre os valores do IMC e circunferência abdominal, ou seja, quanto maior o IMC, maior será a CC.

O mesmo estudo investigou também a prática da atividade física e a correlação com o IMC dos 27 docentes, observando-se que oito docentes, que estavam com o IMC aceitável, praticavam exercício físico de três a seis vezes por semana, demonstrando, assim, pode haver uma relação entre a prática de atividade física e a manutenção do IMC dentro de valores ideais (ANDRADE; PACIÊNCIA; PAZ, 2016).

Oliveira Filho, Netto-Oliveira e Oliveira (2012) também avaliaram a prática de atividade física em uma amostra com 293 docentes. Foi observado que mais da metade dos docentes participantes deste estudo (n=166) eram pouco ativos ou sedentários (56,6%). Comparando-se os gêneros, os docentes do sexo masculino eram mais ativos que as do sexo feminino: 50,0% (n= 62) versus 38,6% (n= 65).

Constata-se que tanto o excesso de peso como a circunferência da cintura elevada estiveram presentes em percentuais significativos nos estudos apresentados, assim como foram encontrados maiores valores de CC no gênero feminino, o que sugere que as docentes apresentam um maior risco para desenvolver DCV.

Carlucci *et al.* (2013) destacam que a obesidade e o sedentarismo são considerados os principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, pois apresentam as maiores prevalências e estão associados a diversas doenças. Pode-se inferir, portanto, que os docentes avaliados nos estudos revisados se encontram na categoria de risco para o desenvolvimento das DCV.

Estes dados apontam para uma necessidade de maior atenção à saúde cardiovascular destes profissionais, de modo que deve haver um maior incentivo aos docentes por meio de atividades de educação nutricional e prática de atividade física.

3.3 Hábitos Alimentares

Dos artigos revisados, 53,33% avaliaram a alimentação dos docentes universitários. Os principais pontos avaliados foram a ingestão de doces, frutas e verduras, o consumo de sódio, carnes gordas e refrigerantes.

Santana e Peixoto (2017), ao avaliarem o consumo alimentar de 163 docentes, observaram que 95,1% desses relataram o consumo de frutas, verduras ou legumes em cinco dias ou mais na semana; 58,9% consumiam carne/frango com gordura visível e/ou leite integral; 11% tinham o consumo de refrigerantes igual ou superior a cinco dias da semana e 13,5% adicionavam sal à comida.

Lira e colaboradores (2018) avaliaram 285 docentes e dividiram os resultados para avaliação da alimentação em 2 classificações: fatores protetores e de risco. Em relação aos fatores protetores, 30,8% dos professores consumiam frutas; 26,7%, saladas cruas; 29,8% verduras/legumes, e 35,8% feijão. Sobre os fatores de risco, 65,6% dos professores consumiam refrigerante mais de três vezes por semana; 54,7%, leite com gordura; 62,1%, carne com gordura visível.

Poltronieri, Gregoletto e Cremonese (2019) analisaram o padrão alimentar de 250 docentes. Classificaram os padrões alimentares (PA) em saudável, ocidental, lanche e proteico. PA saudável: ingestão de saladas cruas, legumes e verduras cozidos, frutas, leguminosas e carne de aves e peixes, com 16,16% da variação do consumo; PA ocidental: cereais, carnes vermelhas, suco industrializado e/ou refrigerante, alimentos fritos e/ou folhados, hambúrguer, embutidos e *fast-food*, com 14,24%; PA lanche: leite e derivados, biscoitos doces, biscoitos salgados/salgadinhos, guloseimas, balas, chocolates e alimentos fritos e/ou folhados, com 11,73%; PA proteico: leguminosas, carne de aves e peixes e carnes vermelhas, com 8,86% da variância de consumo.

Ao observar os resultados encontrados pelos autores, nota-se que embora os docentes apresentem a ingestão semanal de frutas, verduras e leguminosas, existe um consumo significativo de alimentos industrializados como *fast-foods*, biscoitos, doces e alimentos gordurosos, a exemplo das carnes com gorduras visíveis e o leite integral.

Costa *et al.* (2019) salientam que a crescente oferta e a facilidade de acesso a alimentos altamente processados, geralmente com maior aporte calórico e de custo mais baixo, contribuíram para o processo de transição nutricional brasileira, favorecendo o aumento das doenças crônicas, como as doenças cardiovasculares. Hoje, a alimentação inadequada lidera o ranking dos fatores de risco relacionados à carga global de doenças no Brasil.

3.4 Exames Bioquímicos, Resistência à Insulina e Dislipidemias

Nos estudos revisados, 40% dos artigos utilizaram os exames bioquímicos para avaliação dos fatores de risco nos docentes. Destes, 33,3% divulgaram os resultados em números, e os parâmetros avaliados foram a glicemia de jejum, colesterol total e triglicérides.

Oliveira e colaboradores (2011) avaliaram a glicose de 145 participantes, obtendo como resultado uma média de 86,19 mg/dL para o público masculino e 85,71 mg/dL para o público feminino. No grupo masculino, cinco participantes apresentaram tolerância à glicose diminuída e um diabetes mellitus; já no grupo feminino não houve participante com tolerância reduzida à glicose e um com diabetes; os demais 138 participantes apresentaram níveis ideais para este parâmetro.

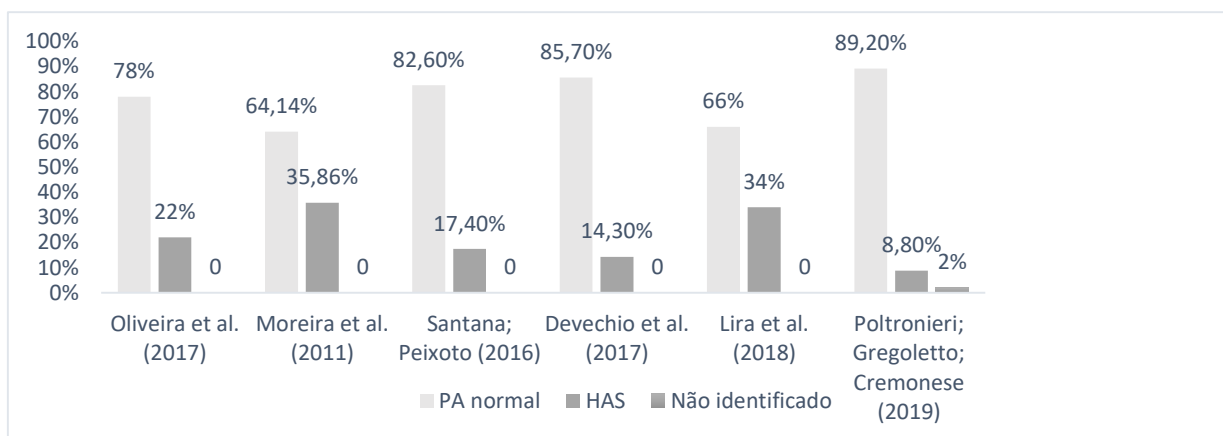
Já Moreira *et al.* (2011) avaliaram três parâmetros: glicose, colesterol total e triglicérides. Para o grupo masculino, encontraram valores de 86,19 mg/dL; 183,15 mg/dL; 159,20 mg/dL respectivamente, estando elevado o valor das triglicérides. Já para o público feminino, os valores foram de 85,71 mg/dL; 183,26 mg/dL; 142,18 mg/dL respectivamente, todos dentro dos níveis ideais.

Analisando os achados destes estudos, percebe-se que há uma prevalência de docentes com níveis de glicemia, colesterol total e triglicérides dentro do recomendado quando comparados aos docentes com valores superiores ao de normalidade. No primeiro estudo, dos 145 docentes há três com resistência à insulina; já no segundo, realizado por Moreira *et al.* (2011), encontrou-se valores de triglicérides elevados para o grupo masculino. Muitos dos estudos revisados já mostram que as pessoas com diabetes mellitus correm um risco aumentado de desenvolver doença arterial coronariana (MANN; CHISHOLM, 2011).

3.5 Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS)

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) trata-se de um dos mais importantes fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares e cerebrovasculares, sendo responsável por, pelo menos, 40% das mortes por acidente vascular cerebral e por 25% das mortes por doença arterial coronariana. Este fator de risco foi estudado em 60% dos artigos revisados, observando-se uma prevalência média de 77,6% para pressão arterial normal e 22,06% com HAS, como mostrado no Gráfico 2 (BRASIL, 2006).

Gráfico 2 - Avaliação da prevalência média da pressão arterial (PA) dos docentes



Fonte: Autores, 2020

No estudo de Moreira e outros autores (2011) foi realizada a avaliação da PA em 145 professores universitários, com uma média de idade entre 45 e 86 anos. Foram constatados 64,14% com PA normal e 35,86% com níveis pressóricos elevados. Os autores ainda observaram que, quando comparados a seus congêneres normotensos, os docentes que apresentavam maiores níveis pressóricos tinham, também, maiores valores dos indicadores de risco cardiovascular, como gênero, idade, IMC, circunferência abdominal, percentual de gordura corporal e os triacilgliceróis.

Oliveira *et al.* (2017) aferiram a PA de 63 docentes no período da noite e observaram que 78% deles apresentaram a PA dentro da normalidade, destacando, porém, que – embora o valor pressórico esteja dentro do ideal – os hábitos de vida dos docentes apresentaram diversos fatores de risco, aumentando a probabilidade de desenvolver a HAS.

3.6 Sono e Estresse no Trabalho Docente

Tanto o fator de risco sono como o fator estresse foram avaliados em 20% dos artigos revisados. Avaliou-se as variáveis horas de sono e a autopercepção de estresse dos docentes.

Poltronieri, Gregolletto e Cremonese (2019) avaliaram a duração do sono de 250 docentes, dos quais 26% (n= 65) dormiam oito horas ou mais e 74% (n= 185) dormiam até sete horas. Já Lorena e Araújo (2012) notaram, em seu estudo com uma amostra menor de 10 docentes, que seis (60%) apresentavam problemas com sono e repouso, enquanto 40% não apresentavam problemas.

Oliveira *et al.* (2017) analisaram a percepção de estresse e horas de sono de 63 docentes. A autopercepção do estresse desses professores demonstrou que 50% consideram o trabalho relativamente estressante; 32%, muito estressante; 13%, pouco estressante; e 5%, nada estressante, concluindo-se que 95% dos docentes classificaram o trabalho docente em pelo menos um desses níveis de estresse.

Esses mesmos pesquisadores também observaram que a maioria das mulheres avaliou a docência como um trabalho muito estressante, enquanto os homens achavam relativamente estressante ou nada estressante. Analisando, ainda, a variável hora de sono, 8% afirmam dormir entre 4-5 horas; 32%, entre 5-6 horas; 36%, de 6-7 horas; e 24% dormem, no máximo, entre 7 e 8 horas.

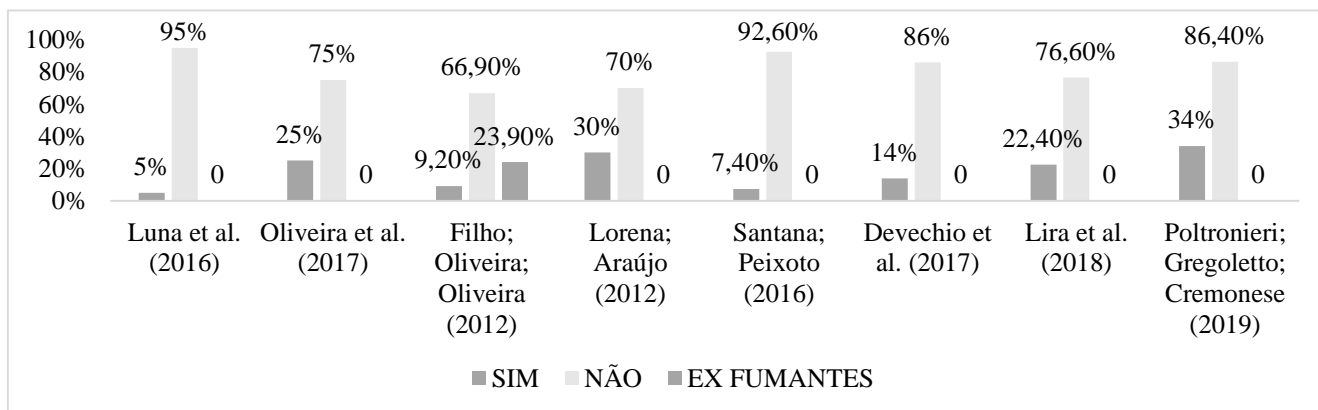
Embora existam diferentes níveis de exigência pela produtividade entre os grupos de professores universitários, a produção acadêmica é apontada como um estressor ocupacional, tanto entre os participantes que se dedicam integralmente à instituição quanto entre os profissionais que dispõem de algumas horas na universidade (DALAGASPERINA; MONTEIRO, 2016).

Santana (2011) levantou a hipótese e afirmou em seu estudo com 540 docentes que, quanto maior foram o números de produções científicas e o números de orientandos, em média por ano, maiores foram as ocorrências médias de intervenções cardíacas, doenças coronarianas e os acidentes vasculares cerebrais (hemorrágico e isquêmico) em docentes de pós-graduação, principalmente pela falta de dieta equilibrada e balanceada, de atividades físicas supervisionadas regularmente, e visitas médicas frequentes, justificadas pela excessiva carga horária fora do expediente para se manter os indicadores de qualidade dos cursos de pós-graduação e de seus currículos atualizados.

3.7 Tabagismo e Etilismo

O tabagismo e etilismo estiveram presentes em 66% e 47% dos estudos, respectivamente. Com relação ao uso do tabaco teve uma prevalência média de 18,37% para os fumantes (Gráfico 3) e 75,34% para ingestão de bebidas alcoólicas (Gráfico 4).

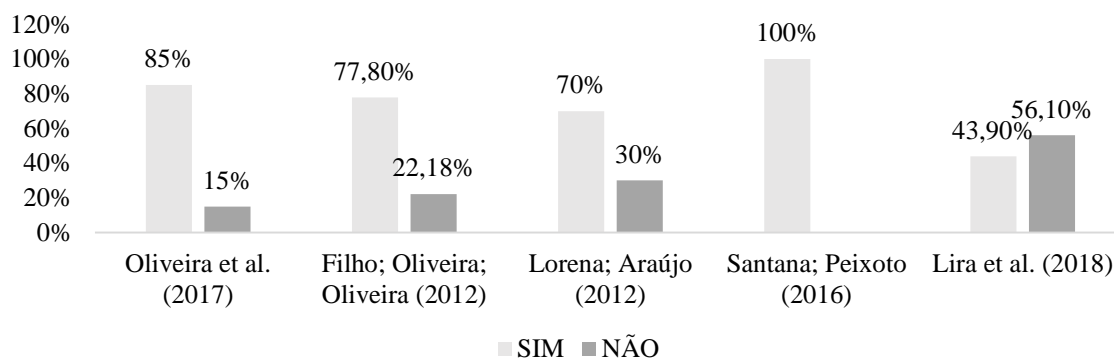
Gráfico 3 - Percentual de uso do tabaco pelos docentes nos artigos revisados



Fonte: Autores, 2020

Avaliando o tabagismo, Oliveira e colaboradores (2017) observaram que 25% dos docentes faziam uso do tabaco. Destes, 55% fumam 1 maço/dia; 35% fumam mais de 2 maços/dia; 5%, dois maços/dia; 5% fumam menos de 1 maço/dia. Evidenciou-se que a maioria fuma há um tempo compreendido entre 11 e 15 anos e 25% fumam entre 16 e 20 anos.

Gráfico 4 - Prevalência da ingestão de bebidas alcoólicas pelos docentes nos artigos revisados



Fonte: Autores, 2020

Oliveira Filho, Netto-Oliveira e Oliveira (2012) observaram, ao avaliarem a ingestão alcoólica dos docentes, de acordo com os padrões estabelecidos pela World Health

Organization - WHO (2004), que o consumo de álcool foi considerado de risco, nos últimos 30 dias, entre os professores participantes do estudo, e este achado foi duas vezes mais frequente em professores do sexo masculino (15,3%, n= 19) do que nos do sexo feminino (7%, n= 12).

O consumo excessivo de álcool em um único episódio, comportamento conhecido como *Binge drinking*, foi relatado por 67,2% (n= 197) dos professores participantes do estudo. Tais resultados demonstram que o consumo de álcool teve a maior frequência também entre os homens (79,8%, n= 99) do que entre as mulheres (58%, n= 98).

CONCLUSÃO

Tomando como base os resultados encontrados nos artigos revisados, foi possível concluir, quanto à ocorrência dos fatores de riscos nos docentes, que há uma prevalência de excesso de peso, tendo, em contrapartida, a reduzida prática de atividade física.

A composição alimentar dos docentes apresentou consumo semanal de frutas e verduras, mas, também, de alimentos industrializados e *fast-food*. A ocorrência do tabagismo, por sua vez, foi relativamente baixa quando comparada aos docentes que não fumavam. Para o consumo do álcool, foram encontrados percentuais significativos, sendo observada, ainda, uma prevalência do gênero masculino para o consumo mais frequente.

Notou-se, também, que quanto maior é o produtivismo acadêmico, maiores são as intervenções cardíacas nos docentes, o que possivelmente é agravado pela rotina sedentária, estilos alimentares e ausência de atividade física supervisionada. Assim, fica evidente a importância da criação de programas institucionais que incentivem a prática regular de atividade física, educação alimentar e nutricional e promoção de saúde, tornando mais eficiente o gerenciamento da saúde desses docentes.

REFERÊNCIAS

ALJEFREE, N.; AHMED, F. Prevalence of cardiovascular disease and associated risk factors among adult population in the gulf region: a systematic review. **Adv Public Health**, [s.l.], v. 2015, n. 23510, p. 1-23, 2015. DOI <http://dx.doi.org/10.1155/2015/235101>. Disponível em: <http://downloads.hindawi.com/journals/aph/2015/235101.pdf> > Acesso em: 31 out. 2019.

ANDRADE, R. A.; PACIÊNCIA, G. P.; PAZ, P. Índice de massa corporal, perfil nutricional e atlético em docentes de uma faculdade no interior de Rondônia, Brasil. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 10, n. 59, p. 231-241, set./out.

2016. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/449>> Acesso em: 14 mar. 2020.

BAIA, F. C. *et al.* Avaliação do Risco Coronariano em Docentes de uma Instituição de Ensino Superior. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Pimenta Bueno-RO, v. 12, n. 2, p. 39-46, dez. 2013. Disponível em: https://fontouraeditora.com.br/periodico/upload/artigo/1150_1504095107.pdf> Acesso em: 15 mar. 2020.

BARBOSA, P. S. *et al.* Circunferência do pescoço e sua associação com parâmetros antropométricos de adiposidade corporal em adultos. **Braspen Journal**, Lagarto-SE, v. 32, n. 4, p. 315-320, jul. 2017. Disponível em: <http://arquivos.braspen.org/journal/out-dez-2017/04-Circunferencia-do-pescoco.pdf>> Acesso em: 10 mar. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Hipertensão arterial sistêmica para o Sistema Único de Saúde**. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2006. 58 p. (Cadernos de Atenção Básica, n. 15. Série A. Normas e Manuais Técnicos). Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_atencao_basica15.pdf> Acesso em: 12 mar. 2020.

CARLUCCI, E. M. S. *et al.* Obesidade e sedentarismo: fatores de risco para doença cardiovascular. **Com. Ciências Saúde**, [s.l.], v. 24, n. 4, p. 375-384, 2013. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-755198>> Acesso em: 19 mar. 2020.

CARVALHO, K. M. B.; DUTRA, E. S.; ARAUJO, M. M. Obesidade. *In*: CUPPARI, L. **Nutrição Clínica no Adulto**. 4. ed. São Paulo: Manole, 2019. cap. 8. p. 169-204.

COSTA, R. P. *et al.* Doenças Cardiovasculares. *In*: CUPPARI, L. **Nutrição Clínica no Adulto**. 4. ed. São Paulo: Manole, 2019. cap. 15, p. 360-392.

COVATTI, F. *et al.* Fatores de risco para doenças cardiovasculares em adultos e idosos de um hospital universitário. **Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**, Dourados-MS, v. 36, n. 1, p. 24-30, fev. 2016. Disponível em: <https://revista.nutricion.org/PDF/361covatti.pdf>. Acesso em: 3 dez. 2019.

DALAGASPERINA, P.; MONTEIRO, J. K. Estresse e Docência: um estudo no Ensino Superior Privado. **Docência e Produção de Subjetividades**, Fortaleza-CE, v. 16, n. 1, p. 37-51, abr. 2016. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/06/833890/3-estresse-e-docencia.pdf> > Acesso em: 18 mar. 2020.

DEVECHIO, A. P. *et al.* Fatores que influenciam a hipertensão arterial sistêmica e qualidade de vida em professores universitários. **Archives Of Health Investigation**, Maringá-PR, v. 6, n. 8, p. 352-358, 30 ago. 2017. Archives of Health Investigation. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21270/archi.v6i8.2217>> Acesso em: 15 mar. 2020.

FRANCULA-ZANINOVIC, S.; NOLA, I. A. Management of Measurable Variable Cardiovascular Disease Risk Factors. **Current Cardiology Reviews**, Zagreb, v. 14, n. 3, p. 153-163, 7 ago. 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29473518/>>. Acesso em: 28 mar. 2020.

GOMES, C. M. *et al.* Estresse e risco cardiovascular: intervenção multiprofissional de educação em saúde. **REBEN- Revista brasileira de enfermagem**, Brasília, v. 69, n. 2, p. 351-359, mar./abr. 2016. DOI 1984-0446. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672016000200351&lng=pt&tlng=pt > Acesso em: 15 out. 2019.

LIRA, B. A. *et al.* Inatividade física e fatores de risco para doenças crônicas em professores universitários. **ConScientiae Saúde**, Brasília-DF, v. 17, n. 4, p. 454-462, 26 dez. 2018.

Disponível em: <https://doi.org/10.5585/ConsSaude.v17n4.8748>> Acesso em: 16 mar. 2020.

LUNA, E. C. W. *et al.* Perfis de riesgo cardiovascular y condición física en docentes y empleados no docentes de una facultad de salud. *Revista de Salud Pública*, Bogotá- Col, v. 18, n. 6, p. 890, 1 nov. 2016. Universidad Nacional de Colombia. Disponível em:

<http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v18n6.42708>> Acesso em: 11 abr. 2020.

LORENA, A. C. A; ARAÚJO, C. L. O. Qualidade de vida e nutricional dos professores de uma faculdade privada do Vale do Paraíba. *Revista Eletrônica de Enfermagem do Vale do Paraíba - Reenvap*, Lorena-SP, v. 2, n. 2, p. 91-103, jun. 2012. Disponível em:

<http://unifatea.com.br/seer3/index.php/REENVAP/article/view/83>> Acesso em: 11 mar. 2020.

MAGAZONI, V. S. *et al.* Fatores de Riscos Coronariano entre Docentes da Área da Saúde e Área de Exatas de uma Instituição de Ensino Superior Privado. **E-RAC**, v. 5, n. 1, 2015.

Disponível em: <http://www.computacao.unitri.edu.br/erac/index.php/e-rac/article/view/407>> Acesso em: 20 mar. 2020.

MALTA, D. C. *et al.* Avanços do Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil, 2011-2015. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília - DF, vol. 25, n. 2, p. 373-390, abr./jun. 2016. DOI 10.5123/S1679-

49742016000200016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ress/v25n2/2237-9622-ress-25-02-00373.pdf> > Acesso em: 22 out. 2019.

MANN, J.; CHISHOLM, A. Doenças Cardiovasculares. *In*: MANN, J.; TRUSWELL, A. S. **Nutrição Humana**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. cap. 20, p. 309-341.

MANN, J.; TRUSWELL, A. S. Introdução: Relação entre dieta e doenças crônicas. *In*:

MANN, J.; TRUSWELL, A. S. **Nutrição Humana**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. v. 1, cap. 15, p. 2-8. ISBN 978-85-277-1521-8.

MANSUR, A. P.; FAVARATO, D. Tendências da Taxa de Mortalidade por Doenças Cardiovasculares no Brasil, 1980-2012. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Paulo, v. 107, n. 1, p. 20-25, jul. 2016. DOI 1678-4170. Disponível em:

http://www.scielo.br/pdf/abc/2016nahead/pt_0066-782X-abc-20160077.pdf> Acesso em: 15 out. 2019.

MARIN, N. S.; SANTOS, M. F.; MORO, A. S. Percepção de hipertensos sobre a sua não adesão ao uso de medicamentos. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo-SP, v. 50, n. spe, p. 61-67, nov. 2016. Disponível em:

https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v50nspe/pt_0080-6234-reeusp-50-esp-0061.pdf> Acesso em: 29 out. 2019.

MOREIRA, O. C. *et al.* Associação entre risco cardiovascular e hipertensão arterial em professores universitários. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo-SP, v. 25, n. 3, p. 397-406, set. 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1807-55092011000300005&script=sci_abstract&tlng=pt > Acesso em: 15 mar. 2020

NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH - NIH. **The Practical Guide Identification, Evaluation, and Treatment of Overweight and Obesity in Adults.** (NIH PUBLICATION 00-4084). ed. Bethesda-MD: Department Of Health And Human Services, 2000. 94 p. Disponível em: https://www.nhlbi.nih.gov/files/docs/guidelines/prctgd_c.pdf > Acesso em: 21 mar. 2020.

OLIVEIRA FILHO, A.; NETTO-OLIVEIRA, E. R.; OLIVEIRA, A. A. B. Qualidade de vida e fatores de risco de professores universitários. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá-PR, v. 23, n. 1, p. 57-67, 1 abr. 2012. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.4025/reveducfis.v23i1.10468> > Acesso em: 11 mar. 2020

OLIVEIRA, R. A. R. *et al.* Prevalência de sobrepeso e obesidade em professores da Universidade Federal de Viçosa. **Fisioter. Mov.**, Curitiba, v. 24, n. 4, p. 603-612, dez. 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-51502011000400003 > Acesso em: 10 mar. 2020

OLIVEIRA, W. J. *et al.* Avaliação da Pressão arterial de Docentes de uma instituição de ensino superior. **Periódico Científico do Núcleo de Biociências (NBC)**, Belo Horizonte-MG, v. 7, n. 14, p. 127-143, 03 nov. 2017. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-izabela/index.php/bio/article/view/1469/951> > Acesso em: 13 mar. 2020.

OMARI, A.; CATERSON, I. D. Sobrepeso e obesidade. *In*: MANN, J.; TRUSWELL, A. S. **Nutrição Humana**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. cap. 16. p. 255-270. Tradução de: *Essentials of Human Nutrition*, 3 rd. ed.

OMS. **Physical Status:** The use and interpretation of Anthropometry. 854. ed. Genebra-SUIÇA: Who Library Cataloguing, 1995. 463 p. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/37003/WHO_TRS_854.pdf?sequence=1 > Acesso em: 20 mar. 2020.

OMS. **Obesity:** preventing and managing the global epidemic. 894. ed. Geneva: Who, 2000. 215 p. Disponível em: https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_894/en/ > Acesso em: 21 mar. 2020.

OPAS/OMS BRASIL. **Doenças cardiovasculares**. 2017a. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5253:doencas-cardiovasculares&Itemid=1096 > Acesso em: 15 out. 2019.

OPAS/OMS BRASIL. **Governos devem intensificar esforços para o combate às doenças crônicas não-transmissíveis, alerta OMS**. 2017b. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5495:governos-

[devem-intensificar-esforços-para-o-combate-as-doencas-cronicas-nao-transmissiveis-alerta-oms&Itemid=839](#)> Acesso em: 24 mar. 2020.

POLTRONIERI, T. S.; GREGOLETTO, M. L. O.; CREMONESE, C. Padrões alimentares e fatores associados em docentes de uma instituição privada de ensino superior. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro-RJ, v. 27, n. 4, p. 390-403, dez. 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-462X2019000400390> Acesso em: 20 mar. 2020.

SANTANA, J. O. PEIXOTO, S. V. Inatividade Física e Comportamentos Adversos para a Saúde entre Professores Universitários. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 103-108, abr. 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220172302160772>> Acesso em: 12 mar. 2020.

SANTANA, O. A. Docentes de pós-graduação: grupo de risco de doenças cardiovasculares. **Acta Scientiarum. Education**, Maringá-PR, v. 33, n. 2, p. 219-226, 10 out. 2011. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.4025/actascieduc.v33i2.13569> > Acesso em: 15 mar. 2020

SILVA, C. F.; BOAVENTURA, C. M. **Avaliação do risco coronariano em docentes do curso de engenharia agrônoma de uma instituição de ensino superior privado**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Centro Universitário do Triângulo Unitri-MG, Minas Gerais-MG, 2018. Disponível em: <http://www.computacao.unitri.edu.br/erac/index.php/e-rac/article/download/1513/951>> Acesso em: 13 mar. 2020.

SILVA, T. A. N. *et al.* Fatores de riscos para doenças cardiovasculares em docentes de ensino superior: revisão de literatura. **RESU- Revista educação em saúde**, v. 4, n. 1, p. 108-113, 2016. DOI 2358-9868. Disponível em: <http://periodicos.unievangelica.edu.br/index.php/educacaoemsaude/article/view/2642>> Acesso em: 15 out. 2019.

SIMÃO, A. F *et al.* I Diretriz Brasileira de Prevenção Cardiovascular. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo, v. 101, n. 6, supl. 2, p. 1-63, dez. 2013. Disponível em: http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2013/Diretriz_Prevencao_Cardiovascular.pdf> Acesso em: 15 out. 2019.