

Editor: Miguel Gus

Deteriorating dietary habits among adults with hypertension: DASH dietary accordancy, NHANES 1988-1994 and 1999-2004

Mellen PB, Gao SK, Vitolins MZ, Goff DC Jr. *Arch Intern Med.* 2008;168(3):308-14.

Comentários: Jeruza Neyeloff¹, Miguel Gus¹

RESUMO

O estudo Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH)¹ mostrou que uma dieta rica em frutas, vegetais e laticínios com baixo teor de gordura é eficaz no controle da pressão arterial (PA) (queda de 11 mmHg na pressão arterial sistólica [PAS], em comparação com o grupo de dieta controle, em indivíduos hipertensos), assim como no controle de outros fatores de risco cardiovascular, como perfil lipídico e componentes da síndrome metabólica. As recomendações de hábitos de vida do Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure (JNC)² incorporaram a dieta DASH, mas não se sabe qual o impacto dessa recomendação sobre uma efetiva mudança no seu padrão alimentar da população em geral.

O presente estudo se propôs a investigar essas questões analisando dados do National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES)³ coletados entre 1988 e 1994 e entre 1999 e 2004. Trata-se, portanto, de análise de série de estudos transversais.

A amostragem do NHANES apresenta adequada representação de minorias étnicas. Homens e mulheres com 20 anos de idade ou mais recebiam uma visita domiciliar, na qual respondiam a questionário sobre histórico médico e dados socioeconômicos, realizavam exame físico e tinham sua pressão arterial aferida com esfigmomanômetro de mercúrio. Era também realizado um questionário sobre padrão alimentar nas últimas 24 horas, realizado por examinador treinado.

Adesão à dieta DASH foi avaliada de acordo com uma tabela indexando objetivos relativos a cada componente (gordura total, gordura saturada, fibras, colesterol, cálcio, magnésio, potássio, sódio); maior pontuação significa maior proximidade do padrão ideal. Participantes foram classificados entre "hipertensão conhecida", "hipertensão não conhecida" e "normotensos", de acordo com pressões arteriais descritas no JNC VII e com resposta à pergunta "algum médico já lhe deu o diagnóstico de hipertensão?".

No período de 1999 a 2004, 9.024 participantes tiveram sua PA aferida; 28% se declararam hipertensos e 8% apresentavam hipertensão arterial sistêmica (HAS) não previamente diagnosti-

cada. Indivíduos com HAS conhecida apresentaram escore DASH com valor $2,92 \pm 0,05$, o qual era significativamente menor que indivíduos normotensos ($3,12 \pm 0,06$, $p = 0,001$) ou pré-hipertensos ($3,03 \pm 0,06$, $p = 0,003$) e semelhante a indivíduos com HAS não diagnosticada previamente ($2,92 \pm 0,05$ vs. $2,92 \pm 0,07$, $p = 0,94$), com resultados similares após ajuste.

Houve diferenças no escore DASH de acordo com a idade (ajustada para ingesta energética) e com a raça, a escolaridade e o índice de massa corporal (IMC) (ajustados para idade e ingesta energética): escores foram menores em participantes negros, jovens, com apenas ensino médio completo e com IMC acima de 30 kg/m^2 .

Comparando-se os dados de 1988 a 1994 com 1999 a 2004, o padrão alimentar compatível com dieta DASH foi 7,3% menor na pesquisa mais recente.

COMENTÁRIO

É importante ressaltar que os dados do NHANES não medem realmente a adesão dos participantes, uma vez que não se sabem quais as recomendações dietéticas que foram dadas pelos médicos-assistentes. Os pesquisadores assumem que, uma vez que a recomendação é amplamente aceita na comunidade médica e em parte do JNC, ela seria repassada aos pacientes.

O achado de que indivíduos com HAS conhecida e não diagnosticada apresentam padrão semelhante de dieta, o qual é diferente dos indivíduos normotensos, corrobora com o entendimento sobre a importância da alimentação inadequada como parte da cadeia causal da HAS e demonstra a provável baixa taxa de mudança de hábitos de vida após o diagnóstico.

REFERÊNCIAS

1. Sacks FM, Obarzanek E, Windhauser MM, *et al.* Rationale and design of the Dietary Approaches to Stop Hypertension trial (DASH): a multicenter controlled feeding study of dietary patterns to lower blood pressure. *Ann Epidemiol.* 1995;5(2):108-18.
2. The sixth report of the Joint National Committee on prevention, detection, evaluation, and treatment of high blood pressure. *Arch Intern Med.* 1997;157(21):2413-46.
3. National Center for Health Statistics. National Health and Nutrition Examination Survey. Disponível em: <http://www.cdc.gov/nchs/nhanes.htm>. Acesso em: 16 de novembro de 2006.