



24° Congresso de Stress da ISMA-BR
(International Stress Management Association)

26° Fórum Internacional de Qualidade
de Vida no Trabalho

16° Encontro Nacional de Qualidade
de Vida na Segurança Pública

16° Encontro Nacional de Qualidade
de Vida no Serviço Público



Fatores de risco cardiovascular de militares do Exército Brasileiro

Aline Tito B. Silva, Paula F. Fernandez, Marcio Antonio de B. Sena
Instituto de Pesquisa da Capacitação física do Exército - IPCFEx

As doenças crônicas não transmissíveis, com destaque para as doenças cardiovasculares (DCV), são a principal causa de morte e incapacidade no Brasil e no mundo com significativo impacto social e econômico.

Dados do Global Burden Disease (GBD) exibem que no Brasil houve aumento na taxa de óbitos por DCV entre 1990 e 2019, passando de 181,22 para 183,69 óbitos por 100 mil habitantes, com valores consideravelmente maiores para a faixa etária acima de 50 anos.

Considerando a idade o principal fator de risco não modificável a contribuir para o aumento no número de casos de doenças cardiovasculares e sabendo que o tempo de exposição aos fatores de risco cardiovasculares têm grande impacto no desfecho clínico, a pesquisa BRAVET (Brazilian veterans) executada pelo Instituto de Pesquisa da Capacitação Física do Exército (IPCFEx) busca analisar de forma interdisciplinar a prevalência dos fatores de risco cardiovasculares no período de transição para reserva remunerada, a saúde e a qualidade de vida dos militares do Exército Brasileiro, tendo em vista que este mapeamento serve de ponto de partida para estabelecer mudanças no estilo de vida com a finalidade de retardar a progressão da lesão de órgãos alvos, como coração, rins e cérebro, contribuindo assim para a preservação da saúde do militar.

O estudo na fase experimental está sendo composto por um grupo de militares subordinados à 1ª Região Militar, do sexo masculino, sem cardiopatia conhecida, com idade mínima de 43 anos e pelo menos 25 anos de serviço ativo, que se encontram há dois anos da ida para a reserva remunerada ou que já estejam na reserva.

As avaliações serão realizadas por meio de avaliações psicossociais (Escala de Beek, questionário funcional, demográfico e familiar sistêmico), aferição da pressão arterial, medidas antropométrica como estatura, massa corporal total e circunferências da cintura, abdômen e quadril, e coletas de sangue após jejum de 12h. Após o consumo de refeição haverá a realização de teste de esforço convencional, por meio do qual será estimado o consumo máximo de oxigênio (VO₂max), considerado um dos melhores indicadores da condição cardiorrespiratória e um importante parâmetro preditivo de morbidades associadas (ACSM, 2006). A literatura mostra que a aptidão cardiorrespiratória (ACR) está inversamente associada ao risco de doença cardiovascular e mortalidade por todas as causas.



Os militares avaliados até a presente data foram distribuídos em dois grupos como exposto na tabela abaixo

	Militares Sv ativo	Militares veteranos
Idade (anos)	51 ± 2,11	58 ± 6,84
Estatura (cm)	174 ± 3,71	174,5 ± 5,07
Peso (kg)	86,71 ± 12,83	76,27 ± 7,65
IMC (kg/m ²)	28,68 ± 4,3	25,05 ± 2,51
Circunferência da cintura (cm)	94,72 ± 11	91,25 ± 6,68
PAS (mmHg)	124 ± 15,26	127,25 ± 7,48
PAD (mmHg)	84,44 ± 6,85	84,7 ± 5,38
Glicose (mg/dL)	97,33 ± 4,76	97,5 ± 13,10
Triglicerídeos (mg/dL)	111,33 ± 41,22	84,12 ± 31,40
HDL colesterol (mg/dL)	56,66 ± 5,90	62 ± 12,17

Ressaltamos que na nossa amostra, a média de idade mais elevada se correlacionou diretamente com os valores de pressão arterial. E os parâmetros metabólicos encontram-se mais alterados entre os militares do Sv ativo, que possuem média de IMC e circunferência da cintura mais alteradas.

A hipótese é de que o treinamento físico militar exerça um fator protetivo nesses militares quando comparados à população civil, uma vez que é possível que a prática de exercício físico regular, treinamento físico militar (TFM) exerça através da modulação do sistema nervoso autônomo, simpático e parassimpático, efeito protetor mesmo nos indivíduos com IMC mais elevado.