Gac Sanit. 2025;39(S2):245

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

458 - PAUSAS NO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E MARCADORES CARDIOMETABÓLICOS NOS PARTICIPANTES DO ELSA-BRASIL

P.F. Santos, R.T. Almeida, B.P. Moura, S.M. Alvim de Matos, M.J. Mendes da Fonseca, R.H. Griep, M.C. Chagas de Almeida

FIOCRUZ BA; UEFS; UFBA; FIOCRUZ RJ.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: As pausas no comportamento sedentário (CS) são mudanças de posição de um estado pouco ativo para uma posição mais ativa, como ficar em pé. Estudos tem demonstrado que as pausas no CS podem influenciar positivamente nas variáveis de saúde cardiometabólicas tendo relação nos níveis glicêmicos e perfil lipídico/Avaliar a associação entre as pausas no comportamento sedentário e presença de hipertrigliceridemia (HTG) e resistência à insulina (RI) em participantes do ELSA-Brasil.

Métodos: Foi realizado um estudo de corte transversal, com dados do Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto-Brasil (2017-2019), a maior coorte da América Latina. Foram obtidos dados socioeconômicos por entrevista com questionário padronizado. O peso e altura foram mensurados para cálculo do IMC. A variável exposição número de pausas no CS e tempo por pausa foi obtida por meio do acelerômetro ActiGraph wGT3X-BT. A pausa no CS foi definida quando o acelerômetro registrou uma contagem #1 100 counts/minuto. O tempo de duração de cada pausa corresponde ao período contínuo em que o acelerômetro registrou contagem #1 100 counts/minuto. Exames laboratoriais, com jejum de 12 horas, foram realizados para dosagem de glicemia, insulina e triglicerídeos. HTG foi definida por dosagens de triglicerídeo sérico#1 150 mg/dl. A RI foi definida por HOMA-IR > 2,35. Regressão Poisson bi e multivariada foram realizadas para investigar a associação entre pausa no CS e HTG e RI. Para o desfecho RI foram realizadas análises estratificadas por sexo devido a modificação de efeito.

Resultados: A prevalência de HTG e RI foi 31% e 62%, respectivamente. Após ajuste por escolaridade e IMC, o risco de HTG foi maior para indivíduos que faziam pausas com duração média de até 4 min 36 seg independentemente do número de pausas (RP: 1,26 [IC95%:1,14-1,40] entre os tinham mais de 109 pausas/dia e RP:1,26 [1,12-1,42] nos que tiveram até 109 pausas/dia). Para RI, entres as mulheres, após ajuste para IMC, não foi encontrada associação entre número de pausas no CS, tempo de duração das pausas e o desfecho (RP:1,08 [1,00-1,16]). Já entre os homens, realização de pausas no CS com duração < 4 min 36 seg foi associada a presença de RI, independentemente do número de pausas realizadas (RP:1,29 [1,18-1,41] entre aqueles que realizaram até 109 pausas no CS por dia; RP: 1,21 [1,12-1,31] entre aqueles com mais de 109 pausas).

Conclusões/Recomendações: O tempo de duração das pausas no CS apresentou maior relação com a presença de HTG e RI que o número de pausas realizadas, sugerindo que esta é uma recomendação a ser incorporada nas orientações para redução do tempo em comportamento sedentário.

Financiamento: Ministério da Saúde do Brasil, FAPESB.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados