

RESUMO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é uma das doenças crônicas de maior prevalência no mundo, seus fatores de risco modificáveis são: uso de tabaco; inatividade física; consumo abusivo de álcool; alimentação não saudável. O objetivo do estudo foi avaliar o consumo de alimentos ultraprocessados (AUP) e sua relação com perfil antropométrico, bioquímico e clínico em indivíduos portadores de HAS atendidos em ambulatório do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Juiz de Fora. Trata-se de um estudo transversal, de caráter exploratório e analítico, com 191 adultos, de ambos os sexos, entre 19-59 anos. Aplicou-se dois recordatórios de 24 horas e o consumo alimentar foi analisado no programa Stata 13.0. Dividiu-se a amostra em: grupo 1 (tercis 1 e 2) = menor consumo de AUP; grupo 2 (tercil 3) = maior consumo de AUP. Foram aferidos peso, altura, circunferências da cintura, abdominal, quadril e pescoço e coletados dados sociodemográficos. Houve consumo mediano de 1856 kcal, sendo 19,87% de AUP, 14,74% de alimentos processados, 8,84% de ingredientes culinários e 55,78% de alimentos *in natura* (AIN). As mulheres apresentaram maior consumo percentual de AUP em relação aos homens (21,7%, p=0,005), já esses apresentaram maior consumo de AIN (60,2%, p=0,01). O grupo 2 não apresentou diferença significativa no consumo de fibras totais (p=0,10) e vitamina C (p=0,054) em relação ao grupo 1. O modelo de regressão logística multivariada ajustado para sexo, idade, renda e escolaridade mostrou associação inversa do consumo de AUP com proteínas totais ($p<0,05$) e associação direta com lipídios totais ($p=0,02$) e calorias totais ($p<0,05$); os demais nutrientes não mantiveram associação significativa. A dieta do grupo de maior consumo de AUP apresentou elevada densidade calórica, alto teor de gorduras saturada e trans, sódio e açúcar, e o maior consumo de sódio neste grupo configura um fator agravante à saúde, por relacionar-se fortemente à elevação dos níveis pressóricos, que por sua vez é um fator de risco para o desenvolvimento de outras doenças cardiovasculares.

Palavras-chaves: alimentos industrializados; consumo alimentar; hipertensão arterial; adultos.