

CONSUMO DE CAFÉ E PRESSÃO ARTERIAL DE PARTICIPANTES DA EXPOCAFÉ 2017

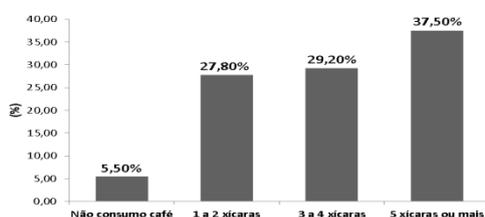
B.N. Andrade, Bolsista - CBP&D/Café EPAMIG – Lavras-MG; I.C.L.M. Silva, Assessora Técnica - EPAMIG - Lavras-MG; V.M.O. Cornélio, Pesquisadora – EPAMIG – Lavras-MG – Bolsista da Fapemig; C.S.M. Matos, Bolsista - CBP&D/Café EPAMIG – Lavras-MG; A.B. Pereira, Bolsista - CBP&D/Café EPAMIG – Lavras-MG.

O café está entre as bebidas mais apreciadas em todo mundo, sendo que, no Brasil, segundo a Associação Brasileira da Indústria Brasileira de Café - ABIC, o consumo per capita está em 81 litros/habitantes/ano, o que corresponde a aproximadamente 4,4 xícaras de 50ml/habitantes/dia. Sua importância econômica gera interesse pelo estudo dos seus componentes químicos. Estudos têm relacionado as substâncias do café com a saúde, como a influência da cafeína na elevação da pressão arterial, bem como seu efeito protetor nas doenças cardiovasculares, devido a presença de ácidos clorogênicos, que atuam como antioxidantes. Contudo, existe dificuldade em se associar o consumo de café com a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), uma vez que vários fatores estão relacionados com seu desenvolvimento, como o estresse, consumo de álcool, estilo de vida, tabagismo e predisposição genética. Algumas pesquisas sugerem que o consumo de café pode alterar os valores da pressão arterial - PA, porém deve-se levar em consideração a hora do dia, estado emocional e intensidade de atividade física no momento da aferição.

O objetivo do trabalho foi aferir e relacionar a pressão arterial (PA) de participantes da EXPOCAFÉ 2017 com o seu consumo diário de café.

O trabalho foi realizado durante A EXPOCAFÉ, evento realizado pela Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais (EPAMIG) nos dias 17, 18 e 19 de Maio de 2017, no Campo Experimental de Três Pontas, Minas Gerais. Foi feita uma pesquisa do tipo Survey, com aplicação de questionários fechados onde procurou-se conhecer o consumo diário de café em xícaras de 50mL e aferição da pressão arterial, na qual foi utilizado um Esfigmomanômetro digital automático de braço. Na criação, tabulação e análise dos dados utilizou-se o software Microsoft Office Excel 2007 e software Sphinx Survey - Edição Léxica.

Os resultados mostraram que do total de 72 entrevistados, 5,50 % (4 pessoas) não consomem café, 27,80 % (20 pessoas) consomem de 1 a 2 xícaras, 29,20 % (21 pessoas) de 3 a 4 xícaras e 37,50 % (27 pessoas) 5 ou mais xícaras diariamente (Gráfico 1).



Do total de entrevistados, 40 indivíduos apresentaram (PA) sistólica abaixo de 130 mmHg. Desse total observou-se que 7,50% (3 pessoas) não consomem café, 27,50% (11 pessoas) consomem entre 1 e 2 xícaras, 42,50% (17 pessoas) de 3 a 4 xícaras e 22,50% (9 pessoas) 5 ou mais xícaras de café por dia (Gráfico 2).

Gráfico 1 – Percentual de consumo diário de café em xícaras de 50 mL dos entrevistados na EXPOCAFÉ 2017 (Três Pontas - MG)

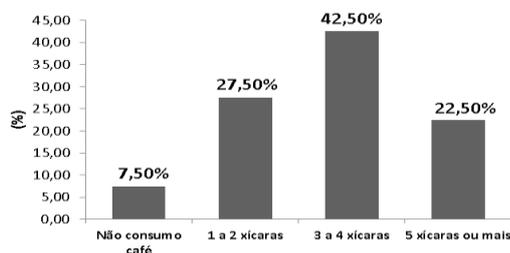


Gráfico 2 – Percentual de consumo diário de café em xícaras de 50 mL dos entrevistados na EXPOCAFÉ 2017 (Três Pontas - MG) com pressão arterial sistólica abaixo de 130 mmHg.

Dos 32 indivíduos que apresentaram PA sistólica acima de 130mmHg, 3,10% (1 pessoa) não consomem café, 28,10% (9 pessoas) consomem de 1 a 2 xícaras, 12,4% (4 pessoas) de 3 a 4 xícaras e 56,30% (18 pessoas) dos entrevistados consomem 5 ou mais xícaras de café por dia. (Gráfico 3)

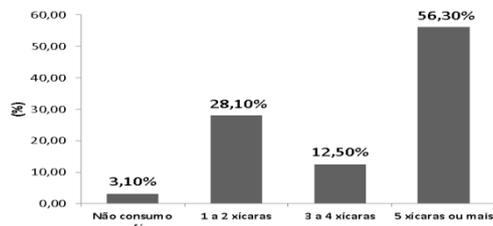


Gráfico 3 – Percentual de consumo diário de café em xícaras de 50 mL dos entrevistados na EXPOCAFÉ 2017 (Três Pontas - MG) com pressão arterial sistólica acima de 130 mmHg.

Observando os resultados, concluímos que o consumo de 1 a 4 xícaras de café, não interfere nos valores da PA. A mesma afirmativa não se aplica quando o consumo é igual ou superior a 5 xícaras, sendo observado um pequeno aumento na PA. Contudo, o problema de hipertensão arterial está relacionado à diversos fatores, como o consumo de álcool, tabagismo, consumo excessivo de sal e predisposição genética. Portanto, estudos mais específicos são necessários para que seja correlacionado o papel do café e da cafeína sobre a pressão arterial.