

## **Consumo Exacerbado de Sal Pela População Brasileira: Um Fator de Risco Cardiovascular Modificável e de Relevância para Controle da Pressão Arterial**

*Passarelli, G. B.; Azevedo, J.C.*

*UniFOA – Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.*

A hipertensão arterial sistêmica é uma condição clínica multifatorial caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial. Associa-se frequentemente a alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos-alvo e a alterações metabólicas, com consequente aumento do risco de eventos cardiovasculares fatais e não fatais. No Brasil, a hipertensão afeta mais de 30 milhões e é o mais importante fator de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares, com destaque para o AVC e o infarto do miocárdio, as duas maiores causas isoladas de mortes no país. O diagnóstico deverá ser sempre validado por medidas repetidas, em condições ideais, em pelo menos três ocasiões. Por tratar-se de uma doença assintomática, são diversos os fatores de risco ao aumento do nível de pressão arterial, tais como: idade, gênero e etnia, genética, excesso de peso e obesidade, ingestão de sal, ingestão de álcool, sedentarismo e até mesmo fatores socioeconômicos. A necessidade diária de sódio para os seres humanos é a contida em 5 g de cloreto de sódio ou sal de cozinha. O consumo médio do brasileiro corresponde ao dobro do recomendado. Nessa perspectiva, o seguinte projeto de revisão de artigos abordará a influência do sal dentro dos mecanismos de controle da PA, bem como seus aspectos epidemiológicos, patogênicos e restrições na dieta repercutindo em efeitos neuro-humorais e metabólicos.

*Palavras-chave: Pressão arterial; cloreto de sódio; dieta.*

*gbpassarelli1@hotmail.com*