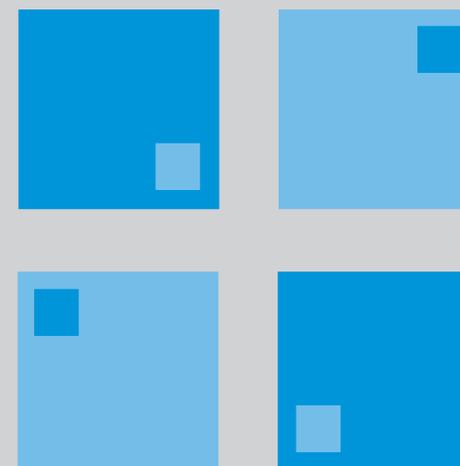


# PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE - PNS 2013

MANUAL DE ANTROPOMETRIA



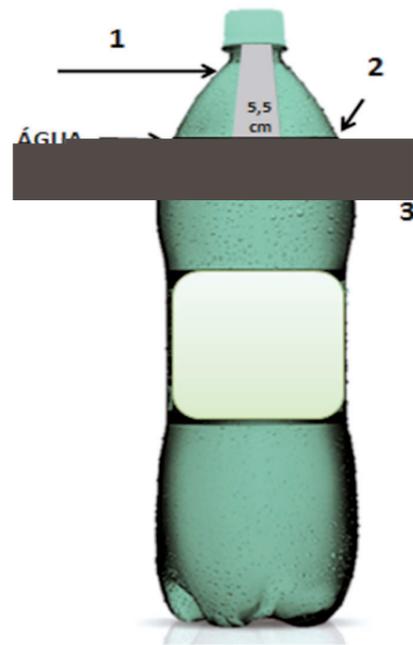


Figura 6: Garrafa PET utilizada para a calibração da balança

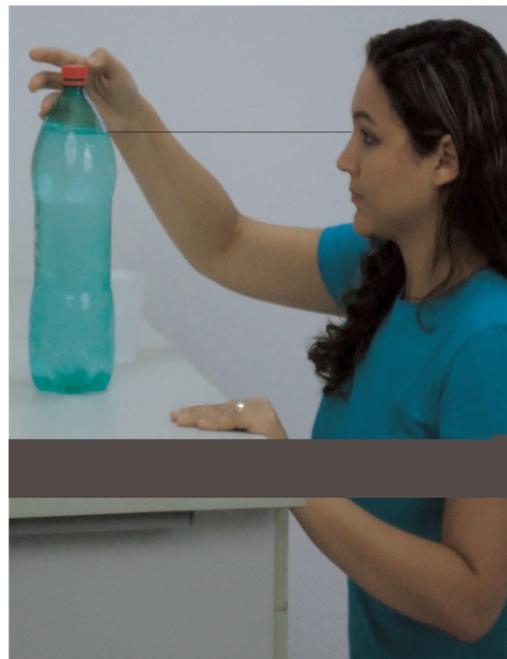


Figura 7: Entrevistador com os olhos ao mesmo nível do limite inferior da etiqueta



Figura 8: Peso padrão (10kg) utilizado para calibração da balança

b.3 Coloque a fita em cima do acrômio e desça a fita em linha reta, pela face lateral do braço até o olécrano, observando atentamente se a mesma está reta, ajuste a fita de modo que o número visualizado no ponto superior marcado seja o mesmo que o número do ponto inferior olécrano (ponta do cotovelo), a seta marcada na fita indicará o ponto médio, faça uma marcação no braço do indivíduo com auxílio da caneta. Esta marca corresponde ao ponto médio do braço, onde a fita será passada para realização da medida de circunferência.

- c) Peça para o indivíduo relaxar o braço e estender o cotovelo.
- d) Passe a fita métrica ao redor do braço em cima da marca do ponto médio
- e) Ajuste a fita envolvendo toda a circunferência do braço, e garanta que ela esteja paralela ao chão.
- g). Atenção para o tensionamento da fita que **não** deve comprimir os tecidos, mas deve estar ajustada.
- h) A medida corresponde ao valor encontrado na fita imediatamente abaixo do risco do “zero”, registre esse valor no PDA.
- i) O valor da circunferência do braço serve de referência para seleção da braçadeira: para circunferências menores e iguais a 32cm, utilize a braçadeira tamanho adulto médio, e para circunferências maiores que 32cm, opte pela braçadeira tamanho adulto grande.

- **Equipamento:** A aferição da pressão arterial será realizada a partir do método oscilométrico com uso do aparelho automático G-TECH modelo MA 100. Para esta medida serão necessários o aparelho de pressão arterial, duas braçadeiras, 4 pilhas alcalinas do tipo “AA”, uma fita antropométrica e caneta marcadora.



Figura 9 – equipamentos necessários para aferição da pressão arterial sistêmica

- **Seleção da braçadeira:** Para a realização da medida da pressão arterial, será necessário escolher a braçadeira mais adequada. A escolha será realizada de acordo com a circunferência do braço esquerdo do indivíduo, que deverá ser realizada no ponto médio entre os ossos “acrômio” (extremidade óssea do ombro) e “olécrano” (ponta do cotovelo).

A medida da circunferência do braço deverá ser realizada da seguinte forma:

- Peça para que o indivíduo fique em pé e que dobre a manga da camiseta/camisa até o ombro
- Posicione-se ao lado posterior do entrevistado para localizar os dois pontos anatômicos (acrômio e olécrano):
  - Peça para que o indivíduo flexione o braço esquerdo, com a palma da mão voltada para cima, formando um ângulo de 90 graus no cotovelo
  - Para encontrar o acrômio, deslize os dedos ao longo da parte posterior do ombro, pela espinha da escápula, até encontrar a parte final do osso

## 2.4 CIRCUNFERÊNCIA DE CINTURA

- **Equipamento:** fita antropométrica

### O QUE NÃO PODE SER ESQUECIDO

<b>Antes da aferição</b>	Solicite que o indivíduo:
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Deixe a região da cintura livre de roupas</li> <li>2. Retire os sapatos.</li> <li>3. Caso o entrevistado vista uma roupa (vestido ou macacão) que impossibilite a visualização da região do abdômen, solicite a troca da vestimenta.</li> </ol>
	<b>Ao preparar o equipamento</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desfaça eventuais "dobras" (vincos) na fita.</li> <li>2. Certifique-se que a fita está limpa</li> </ol>

- **Para medir a circunferência da cintura:**

- A entrevistada deverá estar em pé, descalça, com a blusa levantada, os braços flexionados e cruzados a frente do tórax, pés afastados, abdômen relaxado e respirando normalmente.
- A medida deve ser realizada no lado direito.
- Localize a linha axilar média: Se posicione a frente da entrevistada e leve as mãos atrás de suas costas formando um círculo, traga lentamente as mãos para frente ao mesmo tempo e quando você puder visualizar os dedos por inteiro será neste ponto que você marcará a linha axilar média.
- Solicite que a entrevistada inspire profundamente e segure a respiração por alguns instantes.
- Apalpe até localizar a 10ª costela, que é a última costela fixa, peça para a entrevistada soltar a respiração e faça um risco com a caneta. (figura 6)
- Projete a marcação da décima costela na linha axilar média
- Localize a crista ilíaca, que é a parte mais alta do osso ilíaco, e marque o ponto com a caneta. (figura 7)
- Posicionar a parte inicial da fita de ponto médio na projeção da décima costela e a parte final na marcação da crista ilíaca. Ajustar a fita até que o mesmo número que estiver na marca da décima costela apareça na marca da crista ilíaca.
- Passe a fita ao redor do corpo da entrevistada pelo passador, na altura do ponto médio, ajuste-a e verifique se a fita está paralela ao solo.(figura 8)

- j) Solicite que a entrevistada inspire e solte completamente o ar dos pulmões, permanecendo nesta situação até que a leitura da medida seja realizada.
- k) A marcação do valor tem que estar alinhado dos dois lados
- l) A leitura deve ser realizada na altura dos olhos do avaliador
- m) Cuidado para a fita não comprimir a pele.
- n) Retire a fita e registre o valor encontrado.



Figura 6 – localização da 10ª costela

Última costela fixa

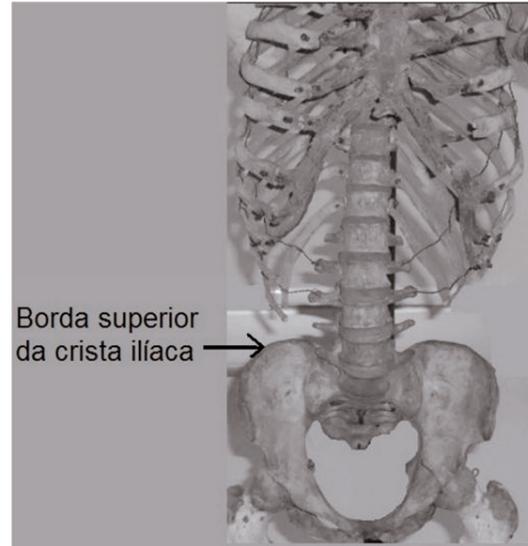


Figura 7 – localização da crista ilíaca



Figura 8 – Pontos necessários para a medida da circunferência da cintura

## 2.5 AFERIÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL SISTÊMICA

Estas orientações tem o objetivo de garantir a padronização técnica adequada para a equipe de campo da PNS, considerando que medições de pressão arterial imprecisa e sem uniformidade, pela equipe executora do projeto, poderão desqualificar o método empregado e, conseqüentemente, o estudo a ser realizado.

A preocupação com a padronização da medida da pressão arterial é extremamente relevante. Aspectos relacionados ao observador, equipamento, entrevistado, ambiente e técnica são discutidos com o intuito de afastar possibilidades de erros, que comprometam a fidedignidade da medida de pressão arterial (Mion et al, 2002).

Com os dados de pressão arterial coletados na PNS poderemos conhecer os seus valores e avaliarmos a sua classificação, realizando estudos sobre a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), que está mais do que evidenciada nos estudos epidemiológicos de base populacional e são fundamentais para se conhecer a distribuição da exposição, do adoecimento e dos fatores e condições de risco na comunidade relacionado aos níveis de pressão arterial (Passos, 2006).

Conhecer a taxa de detecção, tratamento e controle da hipertensão é essencial para traçar estratégias de promoção, prevenção e assistência dirigidas à redução da doença. Entretanto, no Brasil, as pesquisas populacionais que mensuram a pressão arterial são muito escassas. Os inquéritos nacionais de saúde trazem dados de auto relato, o que não permite avaliar os níveis de reconhecimento e controle da hipertensão no País.

Dessa forma, a medida da pressão arterial na PNS permitirá, pela primeira vez no Brasil, avaliar, em âmbito nacional, o reconhecimento, o tratamento e o controle da hipertensão arterial, bem como identificar os fatores relacionados ao controle inadequado da doença.