

Consumo de alimentos indicadores de risco para doenças crônicas – uma avaliação em mulheres com diabetes *mellitus* gestacional

Camila Lazzari¹, Maria Inês Schmidt²

Acadêmica de Nutrição – UFRGS¹, Professora Associada –UFRGS²

Introdução

O padrão de consumo alimentar é um dos principais fatores modificáveis para a prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). A Organização Mundial da Saúde preconiza a restrição de alimentos indicadores de risco como aqueles ricos em açúcar, gordura saturada e pobres em fibra. Essas orientações aplicam-se às pessoas saudáveis e aos portadores de doenças crônicas ou com alto risco de desenvolvê-las.

Objetivos

O presente estudo visa avaliar o número de dias por semana em que são consumidos alimentos indicadores de risco para DCNT em mulheres com Diabetes *Mellitus* Gestacional (DMG), identificadas para possível inclusão em ensaio clínico randomizado após o parto (LINDA-BRASIL, *Lifestyle INtervention for Diabetes prevention After pregnancy*).

Métodos

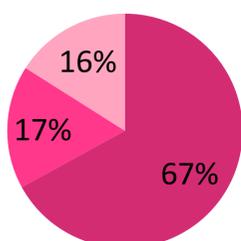
O delineamento do estudo é transversal e a amostra é constituída de gestantes com 18 anos ou mais, sem diabetes prévio à gravidez. O recrutamento foi realizado, consecutivamente, em ambulatórios de pré-natal de alto risco de hospitais públicos de Porto Alegre, Pelotas e Fortaleza. Foi aplicado um questionário estruturado com questões clínicas, socioeconômicas e demográficas, incluindo questões sobre hábitos alimentares adaptadas do inquérito telefônico VIGITEL. Informações do pré-natal foram obtidas de prontuários ou da carteira da gestante.

Resultados

Até o momento, foram recrutadas 624 gestantes, sendo 67% em Porto Alegre, 17% em Pelotas e 16% em Fortaleza

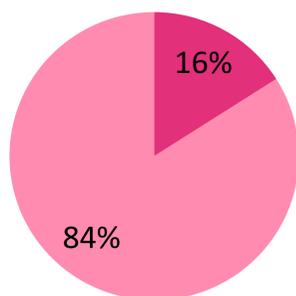
Frequência de consumo dos alimentos marcadores de risco em uma semana habitual das gestantes entrevistadas

■ Porto Alegre ■ Pelotas ■ Fortaleza



Consumo de Frango

■ Com pele ■ Sem pele



- 1 → Batata frita, batata de pacote ou salgados fritos
- 2 → Bolachas salgadas ou salgadinhos de pacote
- 3 → Doces como balas, chocolates ou biscoitos
- 4 → Refrigerantes ou sucos artificiais (sem ser diet ou light)
- 5 → Hambúrguer ou outros embutidos
- 6 → Carnes vermelhas com gordura visível

Conclusão

Os dados analisados mostram baixa frequência de ingestão de alimentos indicadores de risco durante a gestação. É possível que as gestantes da amostra tenham sub-relatado ou efetivamente reduzido o consumo destes alimentos em seu tratamento pré-natal. Contudo, os dados mostram que há espaço para melhorias adicionais. A relevância de hábitos alimentares saudáveis justifica maiores esforços na investigação do consumo alimentar e da adequação em mulheres com DMG.

Apoio: