

Introdução: Em pacientes com diabetes melito (DM) tipo 2 o consumo de fibras está associado à possível proteção para a presença de síndrome metabólica (SM). Por outro lado, o papel do índice glicêmico (IG) da dieta na SM não está definido, assim como a influência das fibras da dieta sobre o IG.

Objetivo: avaliar a associação entre IG e conteúdo de fibras da dieta e das refeições e a presença de SM em pacientes com DM tipo 2.

Métodos: Estudo transversal em pacientes com DM tipo 2 submetidos à avaliação clínica, laboratorial e nutricional (antropometria + três dias de registros alimentares com pesagem de alimentos). SM definida pelos critérios do Joint Interim Statement - 2009. IG calculado conforme FAO/WHO - 1998.

Resultados: Pacientes com SM (n=109) apresentaram IG da dieta (60.0 ± 6.3 vs. $57.5 \pm 6.4\%$) e do desjejum (59.8 ± 8.0 vs. $55.0 \pm 9.9\%$) mais elevado e menor consumo de fibras no desjejum [1,9 (1,2-3,2) vs. 3,1(1,8-5,0)], almoço [6,21 (3,9-8,0) vs. 7,5 (4,7-9,4)] e jantar [3,3 (2,1-5,2) vs. 4,93 (3,1-6,4)] (P <0,05 em todas as análises) do que pacientes sem SM (n=66). Na análise de regressão logística multivariada foram associados à presença de SM: elevado IG (~ 60%) na dieta [OR 2,09 (IC 95% 1,08-4,05)], desjejum [OR 2,19 (IC 95% 1,14-4,20)] e almoço [OR 2,50 (IC 95% 1,29-4,86)] e baixo conteúdo de fibras no desjejum [OR 2,54 (1,17-5,54)] e jantar [OR 2,23 (1,06-4,69)] (P <0,05 em todas as análises). Quando elevado IG e baixo conteúdo de fibras foram agrupados em uma mesma variável, as associações descritas foram mantidas.

Conclusões: Elevado IG e baixo conteúdo de fibras na dieta, em especial no desjejum, duplicam a chance de o paciente com DM tipo 2 apresentar SM.