

**Bruna Cherubini Alves, Scheila Karen Graff, Tássia Maciel, Mariana Kirjner Toscani e Poli Mara Spritzer**

Unidade de Endocrinologia Ginecológica, Serviço de Endocrinologia, Hospital de Clínicas de Porto Alegre, e Laboratório de Endocrinologia Molecular, Departamento de Fisiologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS. Instituto Nacional de Hormônios e Saúde da Mulher.

## Introdução

A Síndrome dos Ovários Policísticos (PCOS) é a endocrinopatia mais comum em mulheres na idade reprodutiva e caracteriza-se por anovulação crônica e hiperandrogenismo. Além dos distúrbios reprodutivos, mulheres com PCOS apresentam frequentemente obesidade central associada à resistência insulínica e presença de fatores de risco cardiovascular. A ingestão inadequada de alguns micronutrientes, como magnésio, zinco e vitamina D, pode estar relacionada com alterações metabólicas. Além disso, estudos mostram que sódio, vitamina C e vitamina E relacionam-se com hipertensão arterial. Há relatos de menores concentrações plasmáticas de vitamina B12 em pacientes com PCOS e resistência insulínica e outros sugerindo a contribuição do cálcio na redução de peso.

## Objetivos

Comparar o padrão alimentar de mulheres com e sem PCOS e determinar se existe diferença na ingestão de macro e micronutrientes entre os grupos.

## Metodologia

Estudo transversal; foram incluídas até o momento 51 participantes no grupo em estudo, constituído por mulheres com PCOS, e 28 do grupo controle, formado por pacientes com ciclos menstruais regulares, androgênios normais e sem manifestações clínicas de hiperandrogenismo. O padrão alimentar foi avaliado por questionário de frequência alimentar validado, constituído de 120 itens alimentares.

## Resultados Preliminares

**Tabela 1. Características antropométricas e clínicas de PCOS e Controles**

	PCOS (n=51)	Controles (n=28)	p
Idade (anos)	23,06 ± 6,26	27,14 ± 5,82	0,006
Peso (kg)	78,87 ± 16,85	71,5 ± 15,64	0,060
Altura (m)	1,62 ± 0,06	1,61 ± 0,05	0,544
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	30,04 ± 6,03	27,66 ± 6,49	0,107
Cintura (cm)	87,07 ± 13,35	82,26 ± 12,74	0,124
RCQ	0,8 ± 0,08	0,78 ± 0,07	0,197

Valores expressos em média ± desvio padrão (Teste t de Student) ou <sup>a</sup> mediana e intervalo interquartil (25-75%) (Teste U de Wilcoxon-Mann Whitney)

**Tabela 2. Consumo diário de macronutrientes nos grupos PCOS e Controles**

	PCOS (n=51)	Controles (n=28)	p
Valor Energético Total (Kcal)	2838 (1768 - 3974)	2027 (1769 - 2559)	0,001
Carboidrato (g)	362,5 (227,8 - 521,5)	268,4 (217,9 - 344,1)	0,004
Proteína (g)	104,1 (66,2 - 148,9)	75,5 (63,4 - 101,5)	0,002
Lipídio (g)	78,2 (48,6 - 118,4)	57,8 (43,3 - 76,3)	0,005
% Carboidrato	51,6 ± 8,3	53,6 ± 8,6	0,315
% Proteína	15,3 ± 4,1	15,6 ± 4,0	0,761
% Lipídeo	25,8 ± 6,4	25,8 ± 5,4	0,970
AG Saturados (g)	24,5 (15,2 - 33,6)	18 (10,8 - 22,8)	0,016
AG Monoinsat. (g)	23,2 (16,1 - 35,4)	18,1 (12,6 - 27,3)	0,011
AG Poliinsat. (g)	9,3 (6,0 - 16,1)	8,2 (6,1 - 10,8)	0,018
Colesterol (mg)	257,5 (175,4 - 397,8)	228,4 (168,7 - 286,0)	0,025
Fibras (g)	26 (17,6 - 37,5)	20,8 (15,8 - 29,4)	0,011

Valores expressos em média ± desvio padrão (Teste t de Student) ou <sup>a</sup> mediana e intervalo interquartil (25-75%) (Teste U de Wilcoxon-Mann Whitney)

**Tabela 3. Consumo diário de micronutrientes nos grupos PCOS e Controles**

	PCOS (n=51)	Controles (n=28)	p
Cálcio (mg)	822,6 (536,3 - 1211,7)	666,9 (517,0 - 875,5)	0,033
Magnésio (mg)	304,7 (186,4 - 375,9)	232,2 (192,8 - 269,4)	0,009
Sódio (mg)	2520,5 (1726,2 - 3660,5)	1962,0 (1570,4 - 2402,3)	0,001
Ferro (mg)	11,3 (7,6 - 17,0)	8,5 (7,1 - 10,5)	0,002
Zinco (mg)	11,7 (8,3 - 15,9)	8,3 (6,9 - 11,9)	0,001
Selênio (µg)	137,7 ± 66,9	103,7 ± 39,2	0,006
Folato (µg)	522,7 (382,7 - 725,2)	439,0 (315,0 - 534,5)	0,073
Vitamina B12 (µg)	6,1 (3,5 - 8,6)	4,2 (2,9 - 6,1)	0,022
Vitamina D (µg)	4,3 (2,1 - 7,4)	4,4 (2,1 - 9,6)	0,727
Vitamina E (mg)	4,4 (3,1 - 6,7)	3,5 (2,9 - 4,4)	0,132
Vitamina C (mg)	213,3 (89,6 - 467,7)	174,8 (75,7 - 258,6)	0,190
Vitamina A (µg)	736,7 (495,0 - 1208,6)	689,2 (489,2 - 859,5)	0,373

Valores expressos em média ± desvio padrão (Teste t de Student) ou <sup>a</sup> mediana e intervalo interquartil (25-75%) (Teste U de Wilcoxon-Mann Whitney)

## Conclusões

O grupo das pacientes com PCOS apresentou um consumo energético maior que o do grupo controle, assim como o de macronutrientes e fibras. Na análise de micronutrientes, o grupo PCOS também apresentou maior consumo de cálcio, magnésio, sódio, ferro, zinco, selênio e vitamina B12. A continuação do estudo com a inclusão de maior número de participantes poderá confirmar estes resultados.