

ASSOCIAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA USUAL COM CONTROLE PRESSÓRICO E METABÓLICO DE PACIENTES COM DIABETES MELITO TIPO 2 – DADOS PRELIMINARES

Introdução: O exercício físico estruturado melhora o controle pressórico e glicêmico de pacientes com diabetes melito tipo 2 (DM2). No entanto, ainda não foi definido se a atividade física usual realizada espontaneamente tem impacto nestas variáveis.

Objetivo: Avaliar a associação entre atividade física usual e controle pressórico e glicêmico em pacientes com DM2.

Materiais e Métodos: Pacientes com DM2 atendidos no ambulatório de Endocrinologia do HCPA foram incluídos em um estudo transversal. A atividade física usual foi medida através de pedômetro (número de passos, distância e calorias) e Diário de Atividades Físicas durante 7 dias. A pressão arterial (PA) foi aferida no consultório (OMRON) e nas 24 h (Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial-MAPA; Spacelabs). Os desfechos primários foram níveis pressóricos e controle glicêmico (hemoglobina glicada-A1c). A análise dos dados foi realizada através da correlação de Pearson.

Resultados: Foram incluídos 33 pacientes (38% homens; 82% brancos). A idade média foi $61 \pm 8,2$ anos ($15 \pm 7,8$ anos de duração do DM). O IMC médio foi $30 \pm 4,8$ kg/m² e a A1c $8 \pm 2\%$. A atividade física relatada e a média de passos de 7 dias apresentaram correlação positiva ($r=0,54$; $p=0,01$). A PA sistólica (PAS) diurna foi inversamente proporcional à distância diária percorrida ($r=-0,38$; $p=0,03$) e a média de passos de 7 dias se correlacionou negativamente com a A1c ($r=-0,37$; $p=0,04$). No entanto, a média de passos e a distância percorrida no dia do MAPA foram associadas à maior PA média (PAM) noturna ($r=0,37$; $p=0,03$ e $r=0,35$; $p=0,04$; respectivamente).

Conclusão: Nesta amostra de pacientes com DM2, a atividade física usual foi associada com melhora na PAS diurna e A1c. A associação entre maior PAM noturna e a distância percorrida foi um achado inesperado.