

037

GRÃOS INTEGRAIS, LEGUMINOSAS E FRUTAS COMO PROTEÇÃO PARA SÍNDROME METABÓLICA NO DM TIPO 2. Flávia Moraes Silva, Thais Steemburgo, Valesca Dall Alba, Jussara Almeida, Themis Zelmanovitz, Jorge L Gross, Mirela Jobim de Azevedo (orient.) (UFRGS).

A Síndrome Metabólica (SM) ocorre em 85% dos pacientes com Diabete Melito tipo 2 (DM2) e está associada à elevada morbimortalidade cardiovascular. O objetivo deste estudo foi avaliar a associação de fatores dietéticos e SM em 214 pacientes com DM2 (60±10 anos, duração do DM 11, 5±8, 2 anos). Foram realizadas avaliações clínica, laboratorial, nutricional e registros alimentares com pesagem de alimentos em 3 dias, cuja adequacidade foi confirmada pela ingestão protéica estimada por uréia urinária de 24h. A composição da dieta foi analisada através do Nutribase 98 Clinical Nutritional Manager V.1. A SM foi definida de acordo com critérios do IDF (International Diabetes Federation, 2005). Pacientes com SM (n=176) tiveram maior proporção de mulheres (55, 1vs.34, 2%;P=0, 02), maior IMC (29, 5±3, 7vs.24, 5±3, 1kg/m²; P<0, 0001) e colesterol total (210±40 vs.195±43mg/dl; P=0, 04) do que pacientes sem SM. O consumo diário de fibras totais (16, 8±6, 2 vs.19, 6±6, 5g;P=0, 01), fibras solúveis (5, 3±1, 8vs.6, 0±2, 7g;P=0, 03), leguminosas [0, 8(0-5, 6)vs.1, 2(0-4, 7)g/kg;P=0, 03], frutas [2, 5(0-9, 4)vs.3, 3(0, 8-16, 2)g/kg; P=0, 05], alimentos do grupo C [3, 9(1, 1-9, 4)vs.5, 4(1, 7-10, 6)g/kg;P<0, 0001) e grãos integrais [0, 0(0-4, 8)vs.0, 6(0-2, 8)g/kg;P<0, 0001] foi menor nos pacientes com SM quando comparados aos pacientes sem SM. Em regressão logística múltipla, o consumo (g/kg/dia) de leguminosas (RC=0, 67; IC95%0, 47-0, 96;P=0, 03), frutas (RC=0, 83; IC95%0, 72-0, 96;P=0, 01) e alimentos do grupo C (RC=0, 67; IC95%0, 54-0, 81;P<0, 0001), incluindo grãos integrais (RC=0, 55; IC95% 0, 37-0, 83;P=0, 004) foram associados à SM, ajustados para sexo, duração DM e atividade física. Em conclusão, alimentos do grupo C, particularmente os grãos integrais, leguminosas e frutas têm papel protetor para presença da SM em pacientes DM2. (PIBIC).