



## **INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM MULHERES PÓS-MENOPAUSA APRESENTANDO SÍNDROME METABÓLICA: ESTUDOS COM GRUPOS RANDOMIZADOS<sup>1</sup>**

*Emanuele Romero Wassermann<sup>2</sup>, Susane Basso<sup>3</sup>, Ligia Beatriz Bento Franz<sup>4</sup>, Maristela Borin Busnello<sup>5</sup>, Evelise Moraes Berlezi<sup>6</sup>. UNIJUI*

INTRODUÇÃO A Síndrome Metabólica (SM) tem sido largamente discutida nos últimos dez anos em função de seu impacto no desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas, sendo a doença metabólica mais freqüente na atualidade. A SM é caracterizada por um conjunto de disfunções concomitantes que compreende obesidade, hipertensão arterial sistêmica (HAS), aumento da quantidade de insulina na corrente sanguínea e dislipidemias. O grande desafio para a intervenção na SM é a mudança do estilo de vida, segundo a I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica (2005) a realização de um plano alimentar para a redução de peso, associado a exercício físico são considerados terapias de primeira escolha para o tratamento de pacientes com síndrome metabólica. A justificativa do presente estudo está nos resultados obtidos na primeira etapa de coleta de dados do projeto maior (em 2008) e confirmados na segunda intervenção populacional (em 2009), da amostra estudada 47,5% das mulheres apresentavam três ou mais fatores de risco cardiometabólico, o que de acordo com o NCEP-ATP III- 2001 classifica-se como Síndrome metabólica. Ainda, este estudo traz como diferencial a população do estudo, mulheres pós-menopausa e com perfil rural. Neste sentido, o presente estudo pretende verificar os efeitos da intervenção nutricional em mulheres pós-menopausa portadoras de síndrome metabólica. MATERIAL E MÉTODOS A população do estudo será constituída de 130 mulheres, com idade entre 50 e 65 anos residentes na área urbana do município de Catuípe/RS, que fazem parte do banco de dados da pesquisa institucional “Estudo multidimensional de mulheres pós-menopausa do município de Catuípe/RS”, a qual este projeto está vinculado. Em primeiro lugar será realizada avaliação do estado nutricional com as mulheres, utilizando medidas antropométricas, de composição corporal e inquérito alimentar. Será mensurada o peso da massa corporal (kg), obtida por meio de balança de precisão (marca Cauduro, modelo BB para 150kg); estatura (cm), por meio de régua acessória escalonada em centímetros; calculado o Índice de Massa Corporal pela fórmula  $\text{peso(Kg)/altura(m}^2\text{)}$ ; Perímetro Abdominal(cm) avaliada por fita métrica padrão e mensurada no ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca; e a dobra cutânea tricipital, utilizando adipômetro científico marca CESCORF, medindo a espessura de duas camadas de pele e a gordura subcutânea adjacente registrando a mesma em milímetros considerando os parâmetros de Frisancho, 1981. A composição corporal será realizada utilizando a Análise de Impedância Bioelétrica, estimando água corpórea total, massa livre de gordura e percentual de gordura, utilizando aparelho portátil de marca MALTRON BF 906. O consumo alimentar habitual será registrado por meio de um formulário de registro alimentar em medidas caseiras utilizando como apoio registro fotográfico de alimentos. Será identificado número de refeições diárias, grupos alimentares freqüentes, tipos de preparações e valor nutricional da dieta. A intervenção será constituída pela orientação nutricional e monitorização clínico nutricional (orientação individualizada sobre a dieta e acompanhamento dos pacientes com o objetivo de avaliar a aceitação da mesma e realizar adaptações que se fizerem necessárias, bem como reavaliação do



# CT&I e SOCIEDADE

XVIII SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA  
XV JORNADA DE PESQUISA  
XI JORNADA DE EXTENSÃO

4 a 8 de OUTUBRO de 2010



peso). Ainda na intervenção serão ofertadas oficinas educativas oferecidas duas vezes ao mês às participantes buscando apoiar as mudanças alimentares necessárias para alcance do objetivo do estudo, com temáticas como: práticas alimentares saudáveis, preparação de alimentos com baixo teor de sal e açúcar, elaboração de cardápios, aquisição e armazenamento de alimentos. Instituição de fomento: PIBIC/CNPq - 2010/2011.

<sup>1</sup> O presente subprojeto integra a pesquisa “Estudo Multidimensional de mulheres pós-menopausa do Município de Catuípe/RS” de caráter institucional - Departamento de Ciências da Saúde (DCSa) da Unijuí em colaboração com a Prefeitura Municipal de Catuípe/RS.

<sup>2</sup> Bolsista PIBIC/CNPq, aluna do Curso de Nutrição, UNIJUI, manu.wassermann@hotmail.com

<sup>3</sup> Bolsista PIBIC/CNPq, aluna do Curso de Nutrição, UNIJUI, suzy.basso@terra.com.br

<sup>4</sup> Orientadora, docente do Curso de Nutrição, UNIJUI, doutora em Saúde Pública, ligiafra@unijui.edu.br

<sup>5</sup> Docente do Curso de Nutrição, UNIJUI, mestre em Saúde Pública

<sup>6</sup> Docente do Curso de Fisioterapia, UNIJUI, doutora em Gerontologia Biomédica