



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM MULHERES PÓS-MENOPAUSA APRESENTANDO SÍNDROME METABÓLICA: ESTUDOS DO CONSUMO ALIMENTAR¹

Emanuele Romero Wassermann², Ligia Beatriz Bento Franz³, Susane Basso⁴.

¹ Pesquisa Institucional desenvolvida no Departamento de Ciências da Vida-DCVida da UNIJUI, pertencente ao Grupo de Pesquisa “Estudo Multidimensional de mulheres pós-menopausa do Município de Catuípe/RS”.

² Aluna do curso de Nutrição da UNIJUI e bolsista PIBIC/CNPq emanuele.w@hotmail.com

³ Professora Orientadora, Curso de Nutrição da UNIJUI– Doutora em Saúde Pública, orientadora. ligiafra@unijui.edu.br

⁴ Aluna do Curso de Nutrição da UNIJUI e bolsista PIBIC/CNPq. suzy.basso@terra.com.br

Resumo:

O objetivo desta pesquisa é verificar os efeitos da intervenção nutricional em relação ao consumo alimentar de mulheres pós-menopausa portadoras de Síndrome Metabólica.

Métodos: trata-se de um ensaio clínico com randomização de três grupos para a intervenção. Foi analisado o consumo de macronutrientes de 12 mulheres. **Resultados:** o consumo alimentar de macronutrientes de 12 mulheres dos grupos G1; G2; e G3 foi na maioria adequado em relação ao consumo de proteínas na pré-intervenção e nenhum na pós-intervenção; de 3 mulheres do G1 o consumo de proteínas foi na maioria adequado na pré e pós-intervenção; de 4 mulheres do G2 o consumo de nenhum macronutriente estava na maioria adequado na pré e pós-intervenção; e de 5 mulheres do G3 a maioria do consumo de lipídios e proteínas estava adequado na pré-intervenção e nenhum na pós-intervenção.

Conclusão: após a participação da intervenção nutricional a maioria das mulheres não apresentaram consumo adequado de macronutrientes nos 3 grupos de intervenção.

Palavras chave: macronutrientes; Recordatório Alimentar de 24hs; inquéritos alimentares.

Introdução

A Síndrome Metabólica (SM) pode ser definida como um grupo de fatores de risco interrelacionados, de origem metabólica, que diretamente contribuem para o desenvolvimento de doença cardiovascular (DCV) e/ou diabetes do tipo¹.

Identifica-se a SM como um importante problema de saúde pública que está associado ao estilo de vida da população, como alimentação inadequada e baixo nível de atividade física. Além disso, outras situações como a menopausa, fator intrínseco, é um fator de risco para o desenvolvimento da Síndrome Metabólica.

Os inquéritos alimentares são métodos empregados para avaliação de consumo alimentar de indivíduos e populações em um determinado período de tempo estabelecido previamente. Tais métodos podem fornecer informações sobre a ingestão alimentar,





Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

possibilitando, dessa forma, relacionar a dieta ao estado nutricional do indivíduo e ao aparecimento de doenças crônico-degenerativas³.

O Recordatório de 24 horas é um método quantitativo de avaliação do consumo alimentar. Esse método é utilizado para averiguar a ingestão alimentar do paciente, bem como monitorar a adesão à prescrição dietoterápica. O principal objetivo desse método é conhecer a quantidade de calorias, macro e micronutrientes ingeridos pelo paciente³.

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 33,8% (44) 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. Neste sentido, o presente estudo objetiva verificar os efeitos da intervenção nutricional em relação ao consumo alimentar de mulheres pós-menopausa portadoras de SM.

Metodologia

Trata-se de um ensaio clínico com randomização de três grupos para a intervenção.

A população do estudo foram 130 mulheres que fazem parte do banco de dados da pesquisa institucional (UNIJUI) “ESTUDO MULTIDIMENSIONAL DE MULHERES PÓS-MENOPAUSA DO MUNICÍPIO DE CATUÍPE/RS”. A amostra final deste estudo foi de 12 mulheres, representando 27,2% das mulheres com SM do banco de dados. Considerou-se os seguintes critérios de inclusão para compor a amostra: mulheres com idade entre 50 e 65 anos; período mínimo de um ano de amenorréia (12 meses); consentir participar da pesquisa e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; capacidade física-funcional e cognitiva preservada; ter diagnóstico de Síndrome Metabólica segundo os critérios estabelecidos pela National Cholesterol Education Program’s Adult Treatment Panel III (NCEP-ATP III).

Foi realizada avaliação bioquímica, na qual analisou o perfil lipídico (colesterol total e suas frações e triglicerídeos; glicemia e marcador inflamatório –PCR- ultra sensível); avaliação nutricional na qual constou do registro das medidas antropométricas, avaliação da composição corporal e Recordatório Alimentar de 24hs de um dia; avaliação física-funcional na qual constou da avaliação da capacidade funcional submáxima e máxima, avaliação da força muscular respiratória, avaliação da resistência muscular localizada de membros inferiores; e avaliação do Estilo de vida: foi utilizado o Protocolo de avaliação do Estilo de Vida proposto por NAHAS em 2001.

A amostra foi randomizada em 3 grupos: Grupo 1 (G1)- Treinamento aeróbio isolado, o qual foi submetido somente ao treinamento aeróbio; Grupo 2 (G2) intervenção nutricional isolada, o qual recebeu somente a intervenção nutricional, constituída pela orientação nutricional, monitorização clínico nutricional e oficinas educativas; e, Grupo 3 (G3) o qual foi submetido ao mesmo protocolo de treinamento aeróbio do grupo 1 e intervenção nutricional do grupo 2.



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

Todos os grupos foram submetidos aos mesmos protocolos de avaliação e re-avaliação, descritos anteriormente. O período de intervenção foi de 12 semanas para os 3 grupos.

Para análise dos dados, foi utilizado o programa Statistical Package for Social Sciences (versão 10.0, SPSS, Chicago, Illinois). A análise do inquérito alimentar foi realizada no software Diet-Pró, utilizando a Distribuição do Consumo Alimentar em relação ao VCT, e considerando as recomendações da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição (SBAN,1990) para os macronutrientes. Os valores acima das recomendações da SBAN para macronutrientes foram considerados como alto, os valores conforme as recomendações como adequado, e os valores abaixo da recomendação como baixo.

O projeto de pesquisa foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUI). O projeto ao qual este subprojeto está vinculado foi aprovado por este Comitê sob o número consubstanciado 075/2008.

Resultados e discussão

O inquérito dietético consiste em um dos métodos indiretos de avaliação do estado nutricional do indivíduo, sendo que os resultados podem representar os determinantes da situação alimentar e nutricional da população⁵.

De 12 mulheres do presente estudo participantes do G1; G2; e G3 2 (16,7%) apresentaram consumo adequado de carboidratos pré e pós-intervenção; 4 (33,3%) de proteínas pré e pós-intervenção; e de lipídios 8 (66,7%) na pré-intervenção e 5 na (41,7%) pós-intervenção. Está documentado que altos níveis de ingestão de gordura e calorias associam-se fortemente ao excesso de peso corporal, especialmente com aumento do tecido adiposo¹.

Estudo da ingestão dietética de nutrientes antioxidantes em pacientes com SM verificou que em 50,0% dos participantes a contribuição do carboidrato no valor energético total esteve adequada⁶. No presente estudo, de 3 mulheres pós-menopausa participantes do G1 nenhuma apresentou consumo adequado de carboidratos na pré e pós intervenção; de lipídios 1 (33,1%) na pré e pós-intervenção; e de proteínas 3 (100%) na pré-intervenção e 2 (66,7%) na pós-intervenção.

Em estudo no qual avaliou o perfil do consumo de nutrientes antioxidantes de 57 indivíduos com diagnóstico de Síndrome Metabólica atendidos na primeira consulta do Ambulatório de Nutrição em uma Unidade Básica de Saúde do Município do Rio de Janeiro, a contribuição da proteína, carboidrato e lipídio no VET apresentou-se de acordo com as recomendações segundo NCEP-ATP⁴. Já no presente estudo o consumo alimentar de 4 mulheres participantes do G2 foi adequado em relação ao carboidrato em 1(25%) mulheres na pré e pós-intervenção; em relação os lipídios em nenhuma na pré-intervenção, e em 2 (50%) na pós-intervenção; e em relação as proteínas em 2 (50%) na pré-intervenção e em 1 (25%) na pós-intervenção.



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

O consumo alimentar de 5 mulheres participantes do G3 deste estudo foi adequado em carboidrato para 1(20%)mulher na pré e pós-intervenção;em lipídio para 3(60%) mulheres na pré-intervenção e 1(20%)mulher na pós-intervenção; e em proteína para 3(60%) mulheres na pré-intervenção e para 2 (40%) mulheres na pós-intervenção.

Estudo no qual avaliou o estado nutricional e o consumo alimentar de mulheres no climatério, em relação à distribuição dos macronutrientes, verificou-se que, apesar dos percentuais estarem bem próximos às recomendações, a maioria da população mostrou distribuição inadequada, principalmente quanto às gorduras e aos carboidratos². No presente estudo a maioria das mulheres também apresentaram distribuição inadequada de macronutrientes nos três grupos de intervenção.

É importante ressaltar que a utilização do Recordatório Alimentar de 24hs de um dia não reflete a ingestão habitual do indivíduo.

Os resultados da avaliação físico-funcional, bioquímica, e estilo de vida serão descritas em outros trabalhos.

Conclusão

Após as participantes serem submetidas ao protocolo de intervenção nutricional de 12 semanas a maioria das mulheres não apresentaram consumo adequado de macronutrientes nos 3 grupos de intervenção. Isso demonstra que as mulheres pós-menopausa com SM estudadas não aderiram ao plano alimentar, não realizaram as orientações nutricionais propostas na monitorização clínico nutricional e oficinas educativas no dia da avaliação do consumo alimentar.

Agradecimento

Viemos por meio deste agradecer a Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIUI, a equipe do presente projeto de pesquisa, a Prefeitura de Catuípe/RS e a todas mulheres pós-menopausa com SM participantes do estudo.

Referências

- BRANDÃO, A. P. (coord.) I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e tratamento da Síndrome Metabólica. Arquivos Brasileiros de Cardiologia. Rio de Janeiro, 2005, v 84, 2005
- CUPPARI, Lilian. Nutrição Clínica no Adulto. 2.ed. São Paulo: Manole, 2005.
- DUARTE, Antonio Claudio, Semiologia imunologica nutricional / Rio de Janeiro : Axcel Books do Brasil, 2003. - 255 p.
- FERNANDES, Michelle;et al. Perfil de consumo de nutrientes antioxidantes em pacientes com síndrome metabólica. Rev. Ciênc. Méd., Campinas, 16(4-6):209-219, jul./dez., 2007. Disponível em:
<http://www.puc-campinas.edu.br/centros/ccv/revcienciasmedicas/artigos/v16n4-6a1.pdf>
Acesso em: 20/03/2011
- MONTEIRO, Rita de Cássia de Assunção; RIETHER, Priscila Trapp Abbes; BURINI, Roberto Carlos. Efeito de um programa misto de intervenção nutricional e exercício físico





Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

sobre a composição corporal e os hábitos alimentares de mulheres obesas em climatério. Rev. Nutr., Campinas, n.4, vol.17, 2004. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732004000400008. Acesso em: 12/08/2011

MONTILLA , Regina das Neves Girão; MARUCCI ,Maria de Fátima Nunes; ALDRIGHI, José Mendes. Avaliação do estado nutricional e do consumo alimentar de mulheres no climatério. Rev. Assoc. Med. Bras. vol.49 no.1 São Paulo Jan./Mar. 2003.