

P 2858**Avaliação da resposta glicêmica e insulinêmica após o consumo de desjejuns com diferentes fontes de fibra em pacientes com diabetes melito tipo 2: ensaio clínico randomizado cruzado**

Ana Gabriela Rodrigues Haussen, Cláudia Mesquita de Carvalho, Vitória Muller Testa Machado, Tatiana Pedroso de Paula, Luciana Verçoza Viana, Mirela Jobim de Azevedo
Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

Introdução: A qualidade e quantidade (fibras e índice glicêmico) de carboidratos são o mais importante determinante da glicemia pós-prandial. Suplemento de fibras solúveis reduz os valores de HbA1c em pacientes com diabetes melito tipo 2 (DM2), mas não é claro se as fibras dietéticas têm o mesmo efeito. **Objetivo:** Comparar em uma refeição habitual o efeito da ingestão de fibra solúvel proveniente de alimentos ou suplemento sobre a glicose e insulina plasmáticas pós-prandiais em pacientes com DM2. **Métodos:** Ensaio clínico randomizado cruzado com pacientes DM2, IMC <35 Kg/m², HbA1c <9 % e sem uso de insulina. Os pacientes receberam, a cada sete dias, três desjejuns isocalóricos (~370 kcal). Os desjejuns A e B possuíam mesmo teor de fibras totais (9,7 e 9,1g) e solúveis (5,4 e 5,3g), porém provenientes de diferentes fontes: alimento (A); suplemento (B; FiberMais®: 4,3g de fibra solúvel, 60% goma-guar e 40% inulina). A refeição C, sem suplementos, continha baixo conteúdo de fibras total (2,5g) e solúvel (0,8g). Nas refeições-teste foram avaliados glicose e insulina plasmáticos aos 0, 30, 60, 120 e 180 minutos. Foram comparados deltas e áreas sob as curvas (AUCs) das respostas glicêmica e insulinêmica através de GLM para medidas repetidas e post-hoc (LSD). Foi utilizado SPSS 18.0 e considerado significativo $P \leq 0,05$. **Resultados:** Foram realizadas 39 refeições-teste em 13 pacientes (61,5% homens), idade de 65,4±7,9 anos, duração de DM2 de 12 anos (2 a 25 anos), HbA1c 7,0±0,6% e IMC 27,9±3,2 kg/m². As AUCs das glicoses plasmáticas (mg/dL.min) foram diferentes quando comparados os desjejuns A (7520,8±3914,6), B (6656,5±3911,9) e C (8308,8±4157,6) ($P=0,018$). No post-hoc as áreas das refeições A e B não foram diferentes ($P=0,113$) e a área da refeição C foi maior do que a refeição B ($P=0,02$), sem diferença com a refeição A ($P=0,121$). Não foi observado diferenças entre as AUCs da resposta insulinêmica (uUi/mL.min) em 30 desjejuns (n=10): (A=4426,6±3278,2; B=4249,7±3393,6; C=4142,5±3070,8; $P=0,878$). **Conclusão:** Os resultados sugerem que não existe diferença entre os efeitos na glicose plasmática após ingestão de fibras solúveis provenientes de alimentos e suplemento em uma refeição habitual em pacientes com DM2. **Palavras-chaves:** Fibras na dieta, diabetes melito tipo 2, controle glicêmico. Projeto 140161