

Bruna Cherubini Alves, Scheila Karen Graff, Thaís Rasia da Silva, Maria Teresa Anselmo Olinto, Mariana Kirjner Toscani e Poli Mara Spritzer

Unidade de Endocrinologia Ginecológica, Serviço de Endocrinologia, Hospital de Clínicas de Porto Alegre, e Laboratório de Endocrinologia Molecular, Departamento de Fisiologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Introdução

A Síndrome dos Ovários Policísticos (PCOS) é uma endocrinopatia freqüente em mulheres em idade reprodutiva que se caracteriza por anovulação crônica e manifestações de hiperandrogenismo. Além dos distúrbios reprodutivos, as pacientes com PCOS apresentam freqüentemente resistência insulínica, obesidade predominantemente central e dislipidemia. Sabe-se que alguns nutrientes podem estar relacionados com essas alterações metabólicas. Estudos que avaliam ingestão alimentar sugerem que PCOS apresentam consumo alimentar inadequado. O padrão alimentar, pode estar relacionado à presença de resistência insulínica.

Objetivo

Determinar se existe diferença na ingestão alimentar de mulheres com PCOS e controles com ciclos regulares, não hirsutas e pareadas pelo IMC, e se isso influencia nas variáveis clínicas, antropométricas e de composição corporal.

Metodologia

Foram avaliadas as primeiras 42 mulheres do estudo. Realizaram exame clínico, nutricional e laboratorial. Para avaliação antropométrica utilizou-se: peso, altura, circunferência da cintura e do quadril. A composição corporal foi medida por dobras cutâneas e bioimpedância. A ingestão alimentar foi verificada pelo Questionário de Freqüência Alimentar. Os carboidratos foram sub-divididos em dois sub-grupos: protetores e de risco, diferenciados pela quantidade de fibras, minerais e vitaminas, maior no grupo protetor. Para obtenção da taxa metabólica de repouso utilizamos o método de calorimetria indireta. Além disso, avaliamos a atividade física habitual pela contagem diária de passos através do pedômetro.

Resultados Preliminares

A média de idade da amostra foi de 24,9 ± 6,8 anos. Foi considerada sedentária 55% (<5.999 passos/dia) e as outras 19 mulheres foram consideradas ativas ou levemente ativas.

A média da ingestão alimentar foi de 3367,07 ± 1415,77 kcal/dia. Observa-se que há mulheres que relatam não ter consumido frutas nem leguminosas no último mês. A média de ingestão de carboidratos de risco foi cerca de 3 vezes maior do que os carboidratos protetores (424 vs 154), em termos absoluto isto corresponde a uma média de 300 gramas a mais de carboidratos de risco por dia.

Tabela 1. Características antropométricas e clínicas e taxa de metabolismo basal da amostra

Variável	N	Média (sd)	Mediana	Amplitude
Peso	42	78,2±18,9	76,1	44,7 - 122,5
Altura	42	1,6±0,06	1,6	1,48 - 1,76
IMC	42	29,9±6,6	29,8	18,8 - 44,4
Cintura	42	86,5±14,9	84,6	62,4 - 118,5
TMB (BIA)	41	1355,7±152,2	1336,0	1097-1640
% Gordura	41	40±7,5	41	24,1 - 52,4
PAS	41	121,1±13,6	120,0	90 - 160
PAD	41	79,4±10,2	80	60 - 100
Ferriman	40	14,2±6,8	14	3 - 33

Tabela 2. Média, percentil 50 e 75 e amplitude da ingestão (gramas/dia) dos grupos alimentares

Grupo Alimentar	Média (DP)	Mediana	Percentil 75	Amplitude
Verduras e legumes	241 (108)	178	314	31 - 976
Frutas	379 (371)	276	478	0 - 1880
Leguminosas	124 (146)	101	201	0 - 840
Carboidratos de risco	424 (209)	388	516	89 - 999
Carboidratos protetores	154 (136)	123	184	0,00 - 658
Embutidos	60 (66)	44	75	0,00 - 363
Carnes e ovos	173 (106)	173	264	3,00 - 409
Lácteos	168 (167)	116	247	0,00 - 806
Lácteos desnatados	83 (1)	32	107	0,00 - 514
Doces	147 (162)	91	179	4 - 795
Gorduras	14 (2)	8	20	0 - 81
Azeite de Oliva	19 (37)	0	20	0 - 141

Conclusões

Na análise descritiva observamos resultados dos indicadores antropométricos e clínicos desfavoráveis.

A avaliação do consumo alimentar aponta para a necessidade não apenas de orientação alimentar, mas principalmente de intervenção nutricional.

Os resultados apresentados referem-se as primeiras 42 mulheres incluídas no estudo, portanto, são resultados preliminares. O tamanho de amostra até o momento ainda não tem poder estatístico para que associações entre exposições e o desfecho sejam investigadas em modelos estratificados ou mesmo com ajustes multivariados.