



Evento	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2015
Local	Porto Alegre - RS
Título	Atividade Física em mulheres com Diabetes Mellitus gestacional
Autor	MARIANA ZABOT BATISTA
Orientador	MARIA INES SCHMIDT

Atividade Física em mulheres com Diabetes *Mellitus* gestacional

Mariana Zabet, Maria Inês Schmidt, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

A Organização Mundial da Saúde recomenda a realização de pelo menos 150 minutos de atividade física moderada ou 75 minutos de atividades vigorosas por semana. A prática de atividade física moderada na gestação vem sendo orientada para promover saúde materna e, nesses níveis, ela assegura o bom desenvolvimento do bebê. Em mulheres com diabetes gestacional (DMG) essa prática pode auxiliar no tratamento da hiperglicemia. No entanto, pouco se sabe sobre que nível de atividade física é praticado por mulheres com DMG. O objetivo do estudo foi avaliar o nível de atividades físicas no lazer e no deslocamento em mulheres com DMG. O presente trabalho é uma análise descritiva da linha de base do estudo de coorte LINDA-Brasil, (*Lifestyle Intervention for Diabetes prevention After pregnancy*), realizado em gestantes com DMG, maiores de 18 anos, sem diabetes prévio, em ambulatórios de pré-natal de alto risco de hospitais públicos de Porto Alegre, Pelotas e Fortaleza. Foi aplicado questionário estruturado com questões clínicas, socioeconômicas e demográficas. A prática de atividade física foi avaliada pelo *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ), nos domínios lazer e deslocamento. As gestantes foram consideradas ativas no tempo livre (lazer) caso relatassem exercícios durante 30 minutos em pelo menos cinco dias por semana; atividades vigorosas valerem o dobro das moderadas e leves. Foram consideradas ativas no deslocamento (de bicicleta ou à pé) as mulheres que relataram prática de exercício em pelo menos cinco dias por semana durante pelo menos 30 minutos. Até o momento, foram recrutadas 1.648 gestantes com diagnóstico de DMG, sendo 56,4% em Porto Alegre, 15,1% em Pelotas e 28,3% em Fortaleza. O percentual de mulheres de cor branca foi 48,8%; 84,4% referiram ter renda familiar mensal de até três salários mínimos e 88,6% referiram viver com o companheiro. Metade da amostra (51,4%) não havia completado o ensino médio e trabalhava fora (50%). Durante o pré-natal, menos da metade (44,7%) das mulheres avaliadas receberam orientação para a prática de atividade física. Entre as que foram orientadas sobre a prática de atividade física, a recomendação de que deveriam realizá-la foi feita para 80,5% das mulheres; a recomendação de que não deveriam realizá-la foi de 12,4% (n=91); e a de que deveriam reduzi-la foi de 7,1% (n=52). Após o diagnóstico de DMG, essas frequências foram semelhantes: 86,5% (n=463), 8,6% (n=46) e 4,9% (n=26), respectivamente. A maior parte das mulheres (63,3%; n=1.043) diminuiu voluntariamente a prática de atividade física na gravidez e apenas 5,6% (n=93) aumentou. A recomendação de atividade física no lazer foi atingida por apenas 5,3% (n=87) das gestantes; e no deslocamento, por 28,8% (n=473). Em suma, a frequência de prática de atividade física no lazer e no deslocamento foi baixa entre as gestantes com DMG avaliadas. Considerando os potenciais benefícios da prática de atividade física na gravidez para a saúde materna, maiores esforços em nível de assistência e de políticas públicas devem ser realizados, especialmente porque a gravidez abre janela importante para a prevenção de doenças futuras para as quais a prática de atividade física pode ser importante.