



AVALIAÇÃO DO IMPACTO DE UMA INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM GRUPO SOBRE OS FATORES DIETÉTICOS E PERFIL METABÓLICO EM ADULTOS MAIORES DE 50 ANOS COM RISCO PARA SÍNDROME METABÓLICA

ADELINE CAROLINE JOST (PROBEX)

adeline-jost@hotmail.com

AURELIO JOHANN MAIERON (PROBEX)

aurelijohann@yahoo.com.br

JULIANA HELENA SANTIN (PROBEX)

jusantin22@hotmail.com

TIAGO DE CARVALHO (PROVEX)

oak988@hotmail.com

NESTOR PEDRO ROOS

aurelijohann@yahoo.com.br

FRANCISCA MARIA ASSMANN WICHMANN

francis@unisc.br

A síndrome metabólica é um transtorno complexo, representado por um conjunto de fatores de risco cardiovascular, usualmente relacionados à deposição central de gordura e à resistência à insulina. A modificação do comportamento alimentar inadequado e a perda ponderal, associadas à prática de atividade física regular, são consideradas terapias de primeira escolha para o tratamento da síndrome metabólica, por favorecer a redução da circunferência abdominal e da gordura visceral, melhorar a sensibilidade à insulina e diminuir as concentrações plasmáticas de glicose e triglicérides, aumentar os valores de HDL colesterol e, conseqüentemente, reduzir os fatores de risco para o desenvolvimento de Diabetes Mellitus do Tipo 2, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares. O objetivo do presente estudo foi avaliar o efeito da intervenção educativa em grupo sobre os fatores dietéticos e perfil metabólico em adultos maiores de 50 anos em risco para síndrome metabólica. Trata-se de um estudo retrospectivo analítico do tipo antes e depois. A partir da observação inicial realizada entre março de 2011 e junho de 2012 no Programa Promoção para o Envelhecimento Saudável: adultos e idosos em risco para Síndrome Metabólica. A População do estudo foi composta por uma amostra de 60 indivíduos, constituída de adultos e idosos voluntários que apresentassem pelo menos dois dos seguintes critérios: 1. Obesidade abdominal, caracterizada por medidas de circunferência abdominal maior que 102 cm (homens) ou 88 cm (mulheres); 2. Pressão arterial sistólica ≥ 130 mmHg e/ou diastólica ≥ 85 mmHg; 3. Glicemia de jejum ≥ 110 mg/dl; 4. Triglicérides séricos ≥ 150 mg/dl; HDL - colesterol sérico menor que 40 mg/dl (homens) e 50 mg/dl (mulheres). A proposta de intervenção se deu por meio de formação de grupos para ação educativa, sendo subdivididos em dois grupos com 30 integrantes cada, seguimento regular, controles periódicos e atendimento de intercorrências e monitoramento nutricional. Comparando-se os resultados iniciais com os pós-intervenção, observou-se uma melhora na qualidade da alimentação, aumentando a ingestão de hortaliças e um fracionamento maior na dieta alimentar. Houve uma redução significativa ($p < 0,05$) nos valores medianos da circunferência abdominal e no índice de massa corporal em ambos os gêneros, apesar do valor mediano destes parâmetros ainda ter permanecido acima das recomendações. Observou-se uma diminuição significativa nos picos glicêmicos e nas crises hipertensivas durante a intervenção, sendo que obteve-se uma redução absoluta de

33%, para aqueles com glicemia superior a 200mg/dl e uma redução em 40% no número de pacientes com pressão moderada e grave. Os resultados dos níveis séricos de triglicérides e colesterol total estão sendo realizados pelos participantes. Embora não se tenha obtido no estudo o controle de todos os determinantes de adesão e o controle das doenças, a intervenção se mostrou eficiente. As razões alegadas para as mudanças estão relacionadas com a alimentação e preocupação com a saúde. Renda e escolaridade constituem preditores significativos das mudanças nas práticas alimentares. Destaca-se a necessidade do desenvolvimento de intervenções nutricionais futuras direcionadas à população estudada.

Instituição: UNISC - SANTA CRUZ DO SUL/RS