



## RELAÇÃO ENTRE O SOBREPESO E OBESIDADE EM ADULTOS E O RISCO DE DIABETES MELLITUS TIPO 2

Mariana Gabriela Lapa dos Santos; Fabiana Assmann Poll

**Introdução:** O diabetes mellitus tipo 2 (DM2) é uma das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) mais frequentes e ocorre de forma ascendente na população mundial, representando importante desafio para a saúde pública. Nesse contexto, o DM2 está associado a múltiplos fatores de risco, entre eles obesidade, sedentarismo e alimentação inadequada, além de predisposição genética. Entre os fatores de risco modificáveis, adotar um estilo de vida saudável é um fator preventivo, especialmente no que se refere ao controle de peso corporal. **Objetivo:** Avaliar e relacionar o estado nutricional e o risco de DM2 em adultos. **Metodologia:** Estudo observacional, descritivo e transversal, realizado em 2025. Os participantes foram recrutados em cinco locais distintos previamente autorizados na zona central do município de Santa Cruz do Sul, no estado do Rio Grande do Sul, Brasil, selecionados aleatoriamente a partir de uma amostra do tipo probabilística. Foram excluídos participantes com diagnóstico prévio de diabetes tipo 1 ou 2 e gestantes. O risco de DM2 foi determinado a partir da aplicação do questionário FINDRISC, que é uma ferramenta de triagem preconizada pela Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD). O cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) foi realizado utilizando dados autorreferidos de peso e altura dos participantes. O resultado do questionário é a classificação do risco de desenvolver DM2 em cinco categorias: baixo (menor que 7 pontos), levemente elevado (7 a 11 pontos), moderado (12 a 14 pontos), alto (15 a 20 pontos) e muito alto (maior que 20 pontos). Para a análise de dados, foram agrupadas as categorias semelhantes em 3 categorias: baixo (menor que 7 pontos), levemente elevado/moderado (7 a 14 pontos) e alto (15 ou mais pontos). A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC sob parecer nº 7.709.299, CAAE 90149725.1.0000.5343. **Resultados:** A amostra final foi composta por 113 adultos de ambos os sexos, com idade entre 18 e 60 anos, residentes no município, com idade média



34,6±9,1 anos, sendo 66,4% do sexo feminino. O estado nutricional eutrófico correspondeu à 51,3% da amostra, sendo que 48,7% correspondem ao estado de sobrepeso ou obesidade (IMC acima de 25kg/m<sup>2</sup>). Entre os indivíduos em eutrofia, 93,1% apresentaram baixo risco de DM2, conforme a pontuação do FINDRISC e 6,9% apresentaram risco levemente elevado/moderado. Já no grupo em sobrepeso e obesidade, 45,5% apresentaram risco levemente elevado/moderado e 54,5% apresentaram baixo risco. **Conclusão:** Os resultados apontam que o estado nutricional pode representar um fator de risco para o DM2 sendo que, indivíduos em sobrepeso ou obesidade tem maior risco do desenvolvimento da doença, enfatizando que melhorias no estilo de vida podem ser um fator preventivo.