



SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA XXVIII SIC

paz no plural



Evento	Salão UFRGS 2016: SIC - XXVIII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2016
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Estado Nutricional, Ganho de Peso e Atividade Física em mulheres com Diabetes Mellitus gestacional
Autor	MARIANA ZABOT BATISTA
Orientador	MARIA INES SCHMIDT

Estado Nutricional, Ganho de Peso e Atividade Física em mulheres com Diabetes Mellitus gestacional

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

Para melhorar os níveis glicêmicos e o ganho de peso, a prática de atividade física orientada contribui para saúde materna e bom desenvolvimento do bebê. O *Institute of Medicine* recomenda um ganho de 7 a 11,5 kg para gestantes com sobrepeso e até 9 kg para aquelas com obesidade pré-gestacional, e a Organização Mundial de Saúde propõe pelo menos 150 minutos de atividade física moderada ou 75 minutos de atividades fortes por semana para população adulta saudável. Atividades físicas (AF) no lazer e no deslocamento são os mais relatados na gestação, mas ainda são poucos estudos que avaliaram o nível de AF em mulheres com diabetes *mellitus* gestacional (DMG). O objetivo do estudo foi avaliar o estado nutricional pré-gestacional, o ganho de peso materno e o nível de AF no lazer e deslocamento em gestantes com DMG. O presente trabalho é uma análise descritiva dos dados de recrutamento 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, incluindo questões do *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, sendo que na análise, as atividades vigorosas valeram o dobro das moderadas/leves. Foram consideradas ativas no deslocamento (de bicicleta ou a pé) as mulheres que relataram prática 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. A ocorrência de mulheres de cor branca foi 48,8%, de renda familiar mensal até três salários mínimos foi de 84,4% e 88,6% das mulheres vivem com o companheiro. Metade da amostra não havia completado o ensino médio (51,4%) e metade trabalhava fora (50%). Apenas 23,2% das participantes possuía IMC pré-gestacional menor ou igual a 25 kg/m², o restante se encontrava acima do peso, 45,6% alcançando o nível de obesidade. A média de idade gestacional no recrutamento foi de 30,9 ± 4,9 semanas. A média de ganho de peso neste período foi de 8,4 ± 7,5 kg e a média de ganho de peso gestacional total foi de 9,4 ± 8,5 kg. Durante o pré-natal, menos da metade (44,7%) das gestantes recebeu orientação sobre a prática de AF na gravidez: 80,5% (n = 590) foram orientadas a realizar, 12,4% (n = 91) a suspender e 7,1% (n = 52) a reduzir AF. Após o diagnóstico de DMG, essas frequências foram de 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 AF na gravidez e apenas 5,6% (n=93) aumentou. A recomendação de atividade física no lazer foi atingida por 5,3% (n=87) gestantes. A prevalência de adequação de atividade no deslocamento foi de 28,8% (n=473). Considerando que a prática de AF é um dos fatores que auxiliam no controle glicêmico junto à dieta, a baixa frequência de AF tanto no lazer quanto no deslocamento entre as gestantes com DMG avaliadas no presente estudo é preocupante.