



Evento	Salão UFRGS 2013: SIC - XXV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2013
Local	Porto Alegre - RS
Título	EFEITO DE UM TREINAMENTO AERÓBICO EM GESTANTES DIABÉTICAS
Autor	LUCIANO PALUDO MARCELINO
Orientador	JOSE GERALDO LOPES RAMOS

Introdução: na gestação podem-se diagnosticar complicações como o diabetes gestacional (DMG), doença que pode colocar em risco a saúde materna e fetal. O DMG é complicação comum na gestação, afetando aproximadamente 7,6% das gestações no Brasil. Tem sido associada com uma aumentada morbidade materna e perinatal (resultado dos aumentos nos partos tipo cesarianas e fórceps ou extração à vácuo), principalmente com a associação da macrosomia fetal. O exercício físico também tem sido proposto como uma estratégia adicional para melhorar a homeostase da glicose, através do impacto direto ou indireto na sensibilidade à insulina por diversos mecanismos. O Grupo de Trabalho em Diabetes e Gravidez recomenda que a atividade física deve fazer parte da estratégia de tratamento do DMG, visto que o efeito hipoglicemiante do exercício pode se prolongar por horas e até dias após uma sessão de treinamento. A carência de dados na literatura, a respeito das respostas sobre a sensibilidade à insulina de gestantes com DMG que realizam exercícios aeróbicos em cicloergômetro ao longo da gestação, motivou a elaboração do presente projeto de pesquisa. Métodos: será realizado um ensaio clínico randomizado, com dois grupos experimentais, onde gestantes com DMG serão alocadas aleatoriamente para o grupo intervenção (GID), onde participarão de um programa de exercício aeróbico regular durante 10 semanas, ou para o grupo controle (GCD), onde farão sessões de alongamento e relaxamento por 10 semanas. Os grupos serão selecionados a partir de gestantes que realizam seu acompanhamento de pré-natal no ambulatório do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. São critérios de seleção: idade > 20 anos, idade gestacional entre a 24^a e a 28^a semana (caracterizada pela data da última menstruação e confirmada por ecografia), feto único, sem limitações ortopédicas, diagnóstico de diabetes gestacional, não-fumante, autorização médica para a prática de exercícios e do experimento, não ter diagnóstico prévio ou atual de pré-eclâmpsia, não haver malformações fetais, não haver morte fetal intra-uterina, e assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. O desfecho principal são os níveis de Hemoglobina Glicada (HbA1c) e o Modelo de Avaliação da Homeostase (HOMA) pré e pós-treinamento aeróbico do grupo experimental. O HOMA avalia a resistência à insulina avaliando a insulina e a glicemia de jejum. Resultados: No período, seis pacientes apresentam os critérios de seleção e aceitam participar do estudo. A média de idade das gestantes é de 25,8 anos. Cinco delas são primigestas e a outra é gestante pela quarta vez. Na linha de base, a glicemia em jejum média é de 89,5; a HbA1c média é de 5,3; e a insulina média é de 29,4. Cinco gestantes já completaram a intervenção de 10 semanas. Após a intervenção, a glicemia em jejum média é 80,4; a HbA1c é 5,4; e a insulina é de 36,33. Quanto ao HOMA, o valor médio pré-intervenção é de 6,48; enquanto que o valor médio pós-intervenção é de 7,19. Quatro das gestantes foram à trabalho de parto, sendo três cesáreas e, na paciente múltipara, parto normal. A idade gestacional média foi de 38 semanas e 6 dias. A análise entre os grupos controle e intervenção, não foi realizada, ainda, pois o presente estudo segue em andamento, em fase de recrutamento de gestantes. Conclusão: após 10 semanas de treinamento, independente se grupo intervenção ou controle, foi possível notar uma diminuição no nível médio de glicose; os outros parâmetros, porém, aumentaram em relação ao basal. Deve-se pesar a variação que ocorre nessas mesmas variáveis com o desenvolvimento da gestação. O estudo deve recrutar mais pacientes para compor a análise final.