

**PO304 - INGESTAO DE FIBRAS E INFLAMAÇÃO EM
PACIENTES COM DIABETES MELITO TIPO 1**

Bernaud FSR¹, Beretta MV¹, Nascimento C¹, Escobar F¹, Gross JL¹,
Azevedo MJ¹, Prates RE¹, Rodrigues TC¹

¹Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Objetivo: Indivíduos com elevado consumo de fibras parecem apresentar menor risco para o desenvolvimento de doença coronariana, hipertensão, obesidade, diabetes e câncer de cólon. O aumento na

ingestão de fibras reduz os níveis séricos de colesterol, melhora a glicemia em pacientes com diabetes e foi associado com menores níveis de proteína C reativa ultrasensível (PCR US). Pacientes com diabetes apresentam um estado de inflamação de baixo grau e a ingestão de fibras acima da quantidade atualmente recomendada (14 g/1.000 kcal) pode reduzir esta condição. Tendo em vista que poucos estudos referem o perfil dietético de pacientes com diabetes tipo 1, o objetivo deste estudo transversal foi verificar a associação entre a ingestão de fibra alimentar e níveis de PCR US desses pacientes.

Material e métodos: O estudo foi conduzido com 106 pacientes ambulatoriais, com idade de 40 ± 11 anos, tempo de diabetes de 18 ± 8 anos. A ingestão dietética foi avaliada por meio de três dias de registro alimentar de 24 horas, com pesagem dos alimentos. Os pacientes foram divididos em dois grupos, de acordo com a ingestão de fibras totais (> 20 g/dia e < 20 g/dia). **Resultados:** O grupo com ingestão de fibras > 20 g/dia apresentou menores níveis de PCR US [mediana (25 th-75 th) 0,7 mg/l (0,4-2,4) vs. 1,9 mg/l (1,0-4,4); $P = 0,002$] comparado ao outro grupo. Após ajustar para HbA1c e consumo energético total, uma relação inversa foi observada entre os níveis de PCR US e fibra total [$\beta = - 0,030$ (EP: 0,0120), $P = 0,02$], fibra solúvel [$\beta = - 0,078$ (EP: 0,0421), $P = 0,06$] e fibra insolúvel [$\beta = - 0,039$ (EP: 0,01761), $P = 0,026$]. Ajustado para outras variáveis, a ingestão de fibras manteve-se associada com menores níveis de PCR UC. A fibra total foi estratificada em quatro grupos: < 10 g/dia, 10 a 20 g/dia, 20 a 30 g/dia e > 30 g/dia; ajustado para HbA1c estratificada em tercís. Comparado ao grupo que ingeriu < 10 g/dia (grupo de referência), o grupo que consumiu > 30 g/dia apresentou significativamente menores níveis de PCR US (-2,45 mg/l, $P = 0,012$) independentemente dos valores de HbA1c. Ainda quando comparado o menor tercil de HbA1c (grupo referência), os sujeitos no maior tercil tiveram níveis mais elevados de PCR US (1,387 mg/l, $P = 0,006$), independentemente da quantidade de fibra ingerida. **Discussão:** O presente estudo sugere que um consumo de fibras totais > 30 g/dia pode ter papel importante na redução do estado de inflamação e com isso diminuir o risco de doença coronariana em pacientes com diabetes tipo 1. **Palavras-chave:** Diabetes tipo 1, inflamação, fibra alimentar.