

P 1643**Avaliação da resposta glicêmica e insulinêmica após o consumo de desjejuns com diferentes fontes de fibra em pacientes com diabetes melito tipo 2: ensaio clínico randomizado cruzado**

Ana Gabriela Rodrigues Hauszen; Cláudia Mesquita de Carvalho; Vitória Muller Testa Machado; Tatiana Pedroso de Paula; Luciana Verçoza Viana; Mirela Jobim de Azevedo - HCPA

Introdução: A qualidade e quantidade de carboidratos são os mais importantes determinantes da glicemia pós-prandial. Não é claro se as fibras provenientes dos alimentos têm o mesmo efeito benéfico do suplemento de fibras solúveis em pacientes com diabetes melito tipo 2 (DM2). **Objetivo:** Avaliar o efeito da ingestão de fibra solúvel proveniente do alimento ou suplemento na glicose e insulina pós-prandiais plasmáticas em pacientes com DM2. **Métodos:** Ensaio clínico randomizado cruzado com pacientes DM2, índice de massa corporal (IMC) < 35 Kg/m², HbA1c < 9 % e sem uso de insulina. Os pacientes receberam três desjejuns isocalóricos, em semanas diferentes: refeição rica em fibra proveniente do alimento (RFA), rica em fibra proveniente do suplemento (RFS; FiberMais®: 4,3 g de fibra solúvel, 60 % goma-guar e 40 % inulina), ambas com mesmo teor de fibras totais e solúveis e a terceira refeição, com quantidade de fibra usual (QFU) e sem suplementos. Em cada refeição-teste foram avaliados glicose e insulina plasmáticos aos 0, 30, 60, 120 e 180 minutos. O cálculo de amostra estimou que 19 pacientes deveriam ser avaliados. Áreas sob a curva (ASC) incremental da glicose e insulina foram calculadas (regra trapezoidal) e comparadas através ANOVA para medidas repetidas e teste post-hoc, sendo considerado significativo $p \leq 0,05$. **Resultados:** Foram realizadas 57 refeições em 19 pacientes (52,6 % mulheres) com idade de $65,8 \pm 7,3$ anos, duração de DM de 10 anos (5 a 25 anos), HbA1c $7,0 \pm 0,8$ % e IMC $28,2 \pm 2,9$ kg/m². Houve diferença entre as ASCs das glicoses plasmáticas (mg/dL.min) entre as três refeições-teste ($p=0,016$). Análise post-hoc demonstrou que as ASCs da refeição RFA (7860,8; 95% IC 6256,8-9464,8) e RFS (7847,4; 95% IC 5604,6-10090,1) não foram diferentes ($p=0,985$). Já as ASCs das refeições RFA ($p=0,009$) e RFS ($p=0,010$) foram menores que a ASC da refeição QFU (9526,6; 95% IC 7548,8-11504,4). Não foram observadas diferenças nas ASCs da resposta insulinêmica (uU/ml.min) ($p=0,357$): RFA (3781,1; 95 % IC 2512,7-5049,6); RFS (4006,3; 95% IC 2711,1-5301,5) e QFU (4314,9; 95% IC 3027,2-5602,7). O consumo de alimentos do dia anterior, IMC, peso, glicemia e insulina de jejum de não diferiram entre os testes. **Conclusão:** Em pacientes com DM2 a ingestão de fibras solúveis provenientes de alimentos ou de suplemento em uma refeição habitual resulta em uma mesma resposta glicêmica. **Unitermos:** Diabetes mellitus, Type 2; Dietary fiber