

P 1169**Relação entre Síndrome pré-menstrual e alterações do consumo alimentar nas fases lútea e folicular do ciclo menstrual**

Carin Weirich Gallon; Aline Henz; Carolina Leão Oderich; Maiara Conzatti; Juliana Castro; Carolina G. de Aguiar; Maria Celeste Osório Wender - UFRGS

Introdução: Sabe-se que as mudanças hormonais e sintomas decorrentes do Ciclo Menstrual (CM), ocorrem em intensidade diferente para cada mulher. Quando os sintomas são intensos, costumam ocorrer com frequência a partir da ovulação e podem caracterizar a Síndrome pré-menstrual (SPM). Alguns fatores são descritos na etiopatogenia da SPM, entre eles alterações hormonais que induzem mudanças na ingestão calórica e preferências por alguns alimentos. Objetivo: avaliar alterações dos consumos alimentar na fase lútea (FL) e na fase folicular (FF) do CM em mulheres em idade reprodutiva com SPM. Métodos: foram avaliadas 40 mulheres com idade entre 20 e 45 anos, saudáveis e com CM regular. As voluntárias foram entrevistadas para a caracterização do grupo e para a coleta de informações sobre variáveis demográficas, história patológica pregressa, estilo de vida e história reprodutiva. Aplicou-se o questionário Prime MD (Avaliação de Distúrbios Mentais para Atenção Primária), com objetivo de diagnosticar depressão. Responderam o questionário DRSP (Daily Record of Severity of Problems), por dois meses, para diagnóstico de SPM. Foram avaliados na FL e na FF, dados antropométricos (peso e estatura). A avaliação da ingestão alimentar foi realizada pela aplicação de três registros alimentares na FL e três na FF. Os macronutrientes analisados foram: Calorias totais, carboidratos (CHO), proteínas (PTN) e lipídios (LIP). Foram excluídas pacientes que utilizassem anticoncepção hormonal contínua, com IMC \geq 30kg/m² e com diagnóstico de depressão. Resultados: a idade média foi de 36,33 \pm 5,74 anos. Quanto ao IMC, a média foi de 23,39kg/m² \pm 2,56. Analisando o consumo alimentar, houve uma diferença de maior ingestão calórica: 11,16% a mais na FL em relação à FF. Quanto ao consumo de CHO, PTN e LIP, todos foram consumidos em maior quantidade na FL com aumento de 6,94%, 8% e 14,14% respectivamente. O consumo máximo na FL foi de 4.915kcal, enquanto na FF o máximo chegou a 2.975kcal. Conclusão: Houve maior consumo de calorias e de macronutrientes na FL das mulheres com SPM. As razões podem ser encontradas em evidências recentes que indicam que o balanço entre a ingestão e o gasto de energia é de fato controlado por um complexo sistema biológico, comandado pelo sistema nervoso central, com alterações ligadas as reguladores da homeostase energética. Unitermos: Síndrome pré-menstrual; Consumo alimentar; Ciclo menstrual