

A síndrome metabólica (SM) é uma condição clínica definida pela associação de fatores de risco cardiovascular. Segundo a V Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial (DBHA), o excesso de peso corporal é um fator predisponente para hipertensão arterial (HAS) e a redução de peso acarreta redução da pressão arterial. O objetivo deste estudo foi avaliar a relação entre peso corporal e pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD) em indivíduos com Síndrome Metabólica que participaram de um programa de intervenção nutricional (IN). METODOLOGIA: Esse é um estudo clínico, onde 37 voluntários com SM foram, ao longo de três meses, submetidos à IN com orientação de dieta, através de avaliações e reconsultas quinzenais. Os dados foram apresentados como variação percentual e o efeito da intervenção nutricional foi testado pelo teste T de Student ( $p < 0,05$ ). O grau de correlação entre peso e PAS e PAD foi avaliado pelo teste de correlação de Pearson. RESULTADOS: A IN foi efetiva em reduzir o peso (4,1%;  $p < 0,001$ ) e a PAS (3,6%;  $p = 0,05$ ). No entanto, não foi encontrada redução significativa nos valores da PAD (2,1%;  $p = 0,15$ ). Quando testamos a correlação entre peso e PAS, e peso e PAD, observamos uma correlação positiva, porém fraca ( $r = 0,24$  e  $r = 0,11$ , respectivamente). Todavia, nossos resultados demonstram que a redução do peso foi acompanhada por uma redução da PAS numa taxa de 1,67 mmHg para cada 01 Kg de massa corporal reduzida. Esses valores estão dentro do preconizado pela DBHA. CONCLUSÃO: Esses achados sugerem que a IN é efetiva em reduzir o peso corporal e auxilia no controle da PAS, um dos principais componentes da SM.