

ASSOCIAÇÃO DA PERCEÇÃO DE SACIEDADE NO CONSUMO ALIMENTAR EM PACIENTES COM DIABETES MELLITUS TIPO 2

Congresso Brasileiro On-line de Comportamento Alimentar, Alimentação e Saúde, 4ª edição, de 18/04/2022 a 20/04/2022
ISBN dos Anais: 978-65-81152-55-0

RODRIGUES; Danielle Aparecida Caetano ¹, CONSOLI; Marcella Lobato Dias ², FERREIRA; Livia Garcia ³

RESUMO

A terapia nutricional é de suma importância para o tratamento do Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2), pois visa melhorar o controle glicêmico, alcançar e manter as metas de peso corporal e retardar e/ou prevenir as complicações decorrentes do DM2 mal controlado. Por sua vez, a percepção dos sinais internos de fome e saciedade e a capacidade do indivíduo em parar de comer quando já saciado influenciam diretamente sobre o consumo alimentar. Para mensurar a consciência plena associada ao ato de comer, existe o *Mindful Eating Questionnaire* (MEQ). A subescala desinibição, deste questionário, investiga exatamente a capacidade do sujeito em parar de comer quando percebe que está saciado, quanto maior a pontuação nesta subescala, maior é a capacidade de percepção da saciedade. Desse modo, objetivou-se investigar a relação entre a subescala desinibição do MEQ e a ingestão de calorias, macronutrientes, fibras e sódio em pacientes com DM2. Trata-se de um estudo observacional que utilizou dados da linha de base do estudo multicêntrico “Efetividade de uma estratégia Nutricional para controle Glicêmico em pacientes com diabetes mellitus tipo 2 usuários do Sistema Único de Saúde (SUS): estudo NUGLIC” coordenado pelo Hcor em parceria com o PROADI-SUS. Foram incluídos pacientes com diagnóstico médico prévio de DM2, idade igual ou superior a 30 anos, hemoglobina glicada igual ou superior a 7% e inferior a 12%, que não faziam acompanhamento nutricional há pelo menos seis meses. O escore da subescala desinibição do MEQ foi calculado através da média dos itens. Já para investigar o consumo alimentar foi utilizado dados de recordatório de 24h para o cálculo da ingestão habitual, corrigindo a variabilidade intrapessoal, a partir do *Multiple Source Method* (MSM). No programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versão 22, testes de normalidade e correlação de Spearman foram realizados. Foram incluídos 342 pacientes com $60,8 \pm 9,4$ anos e 60,5% mulheres. Houve correlação estatisticamente significativa entre a subescala desinibição e o consumo de calorias ($r = -0,342$, $p < 0,01$), carboidrato ($r = -0,328$, $p < 0,01$), proteína ($r = -0,224$, $p < 0,01$), gordura total ($r = -0,275$, $p < 0,01$), gordura saturada ($r = -0,270$, $p < 0,01$), gordura trans ($r = -0,262$, $p < 0,01$), fibra ($r = -0,286$, $p < 0,01$) e sódio ($r = -0,377$, $p < 0,01$). Destaca-se que: (1) todas as associações

¹ Universidade Federal de Lavras (UFLA), danielle.rodrigues1@estudante.ufla.br

² Universidade Federal de Lavras (UFLA), marcella.consoli@ufla.br

³ Universidade Federal de Lavras (UFLA), livia.ferreira@ufla.br

foram inversas; (2) as associações entre calorias, carboidrato e sódio foram consideradas moderadas e (3) as demais associações foram consideradas fracas. Desse modo, os resultados sugerem que pacientes com DM2 com maior percepção dos sinais internos de saciedade e maior capacidade de parar de comer quando já saciados consomem menor quantidade de carboidrato, calorias e sódio. Assim, intervenções nutricionais pautadas no incentivo ao resgate dos sinais internos de fome e saciedade em sujeitos com DM2, podem ser um bom caminho para auxiliar na melhora do consumo alimentar.

PALAVRAS-CHAVE: Consumo alimentar; Diabetes Mellitus tipo 2; Mindful Eating

¹ Universidade Federal de Lavras (UFLA), danielle.rodrigues1@estudante.ufla.br

² Universidade Federal de Lavras (UFLA), marcella.consoli@ufla.br

³ Universidade Federal de Lavras (UFLA), livia.ferreira@ufla.br