



QUALIDADE DA DIETA E PARÂMETROS DE RISCO CARDIOMETABÓLICO AVALIADOS DURANTE UM DESAFIO ALIMENTAR EM MULHERES

Ana Beatriz Ferreira Gerzoshkowitz,

**Giovanna Moreira Silva, Isabela Sinopoli Piccolo, Vinicius Leonardo
Souza Diniz**

Orientador: Jarlei Fiamoncini

Faculdade de Ciências Farmacêuticas/Universidade de São Paulo

ana.gerzoshkowitz@usp.br

Objetivos

O objetivo deste estudo é avaliar a influência do padrão alimentar em marcadores de risco cardiometabólico em mulheres de diferentes faixas etárias, índices de massa corpórea (IMC), usuárias ou não de contraceptivos hormonais, durante um desafio alimentar.

frequência cardíaca. As participantes do estudo também responderam a inquéritos alimentares como questionário de frequência alimentar (QFA) e recordatórios 24h e foram submetidas à avaliação antropométrica. As amostras de plasma coletadas no estudo foram utilizadas para a determinação de triglicérides e ácidos graxos não esterificados (NEFA) através de ensaios enzimáticos.

Métodos e Procedimentos

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da FCF - USP CAAE 73219523.1.0000.0067 e as participantes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. Foram incluídas 150 mulheres com idades entre 18 e 70 anos e IMC entre 18,5 e 34,9 kg/m². A ampla faixa etária e de IMC das participantes do estudo é importante para avaliar a importância desses parâmetros na variabilidade das respostas metabólicas pós-prandiais. O teste consistiu na ingestão de uma refeição hipercalórica após um jejum de 10 horas e coletas de sangue capilar (500 µL) imediatamente antes da ingestão da refeição e aos 30, 60, 120, 180, 240 e 300 minutos após a ingestão da refeição. Durante o teste, a glicemia foi aferida utilizando glicosímetro portátil, assim como a pressão arterial e

Resultados

Como esperado, as mulheres na pós-menopausa (PM) apresentaram razão cintura/quadril maior que as mulheres em idade reprodutiva (IR) (0,81 vs 0,76) assim como maior conteúdo de gordura visceral (8,7 vs 5,2 unidades arbitrárias). A glicemia variou de forma esperada no período pós-refeição, apresentando valores maiores no grupo PM ($p < 0,0001$). A concentração de triglicérides aumentou durante o desafio dietético, sendo que as mulheres PM apresentaram maior amplitude e duração do aumento ($p < 0,0001$). Apesar das diferenças nas respostas metabólicas, o padrão dietético incluindo ingestão calórica e de macronutrientes não apresentou diferença entre as mulheres PM e IR.

Apesar de não haver efeito do uso de contraceptivos hormonais na glicemia e na concentração plasmática de NEFA, a concentração de triglicerídeos foi maior nas participantes que fazem uso dessa terapia ($p < 0,0001$). Essa diferença no metabolismo de lipídios foi notada mesmo pareando-se as voluntárias pelo IMC e à despeito da ausência de diferenças no padrão alimentar.

Tabela 1: Caracterização antropométrica das mulheres em idade reprodutiva e na pós-menopausa.

	Units	IR		PM		p valor
		Média	EPM	Média	EPM	
Idade	anos	31,62	1,01	61,18	1,02	<0,000001
Peso	Kg	71,36	1,11	68,01	2,16	0,1396
IMC	Kg/m ²	26,66	0,37	26,96	0,69	0,6859
Gordura corporal	%	36,19	0,63	35,59	1,18	0,6313
Massa muscular	Kg	42,63	0,46	40,91	0,75	0,0546
Massa óssea	Kg	2,29	0,02	2,20	0,04	0,0455
Gordura visceral	AU	5,22	0,28	8,71	0,37	<0,000001
Circunf. cintura	cm	80,01	0,97	83,13	1,62	0,0979
Circunf. quadril	cm	105,55	0,80	102,82	1,68	0,1037
Cintura/quadril	razão	0,76	0,01	0,81	0,01	0,0001

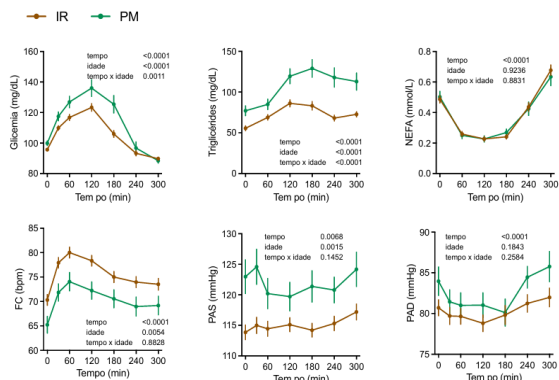


Figura 1: Marcadores metabólicos e hemodinâmicos analisados no período pós-prandial em mulheres em idade reprodutiva e na pós-menopausa. FC = frequência cardíaca; PAS = pressão arterial sistólica; PAD = pressão arterial diastólica.

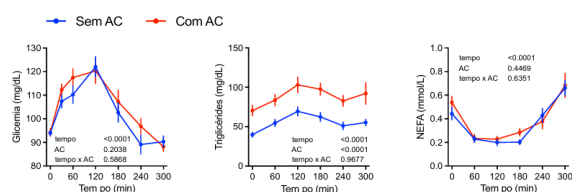


Figura 2: Marcadores do metabolismo energético analisados no período pós-prandial em mulheres que fazem ou não uso de contraceptivo hormonal.

Conclusões

Os resultados encontrados são coerentes com a literatura e evidenciam que as mulheres PM apresentam menor flexibilidade metabólica pós-prandial, mesmo com a ingestão energética parecida e apesar do pareamento por IMC. O uso de contraceptivos está associado ao aumento das concentrações de triglicerídeos, independente da dieta e da composição corporal das voluntárias, demonstrando uma influência direta dos hormônios sintéticos no metabolismo lipídico hepático.

Agradecimentos

FAPESP 2022/02941-6 e 2025/00982-5.

Referências

- Marlatt, K. L., Pitynski-Miller, D. R., Gavin, K. M., Moreau, K. L., Melanson, E. L., Santoro, N., & Kohrt, W. M. (2022). **Body composition and cardiometabolic health across the menopause transition.** *Obesity*, 30(1), 14–27.
- Santos, M. C. S., Rebelo, A. C. S., Zuttin, R. S., César, M. C., Catai, A. M., & Silva, E. (2008). **Influence of oral contraceptive use on lipid levels and cardiorespiratory responses among healthy sedentary women.** *Brazilian Journal of Physical Therapy (Revista Brasileira de Fisioterapia)*, 12(3), 188–194.
- Kowalska, K., Ścisłalska, M., Bizoń, A., Śliwińska-Mossoń, M., & Milnerowicz, H. (2018). **Influence of oral contraceptives on lipid profile and paraoxonase and commonly hepatic enzymes activities.** *Journal of Clinical Laboratory Analysis*, 32(1), e22194.