



Evento	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2015
Local	Porto Alegre - RS
Título	INTERAÇÃO ENTRE A RESPONSABILIDADE AO ESTRESSE E A SENSIBILIDADE À INSULINA NA RESPOSTA À SACIEDADE E AO COMPORTAMENTO ALIMENTAR
Autor	NATASHA KIM DE OLIVEIRA DA FONSECA
Orientador	GISELE GUS MANFRO

INTERAÇÃO ENTRE A RESPONSABILIDADE AO ESTRESSE E A SENSIBILIDADE À INSULINA NA RESPOSTA À SACIEDADE E AO COMPORTAMENTO ALIMENTAR

NATASHA KIM DE OLIVEIRA DA FONSECA, TANIA MACHADO, ROBERTA DALLE MOLLE, ROBERTA SENA REIS, AMANDA BRONDANI MUCELINI, DANITSA RODRIGUES, RUDINEIA TOAZZA, ANDRESSA BORTOLUZZI, GIOVANNI SALUM, PATRICIA PELUFO SILVEIRA, GISELE GUS MANFRO

Universidade Federal Do Rio Grande Do Sul

Introdução: O estilo de vida moderno proporciona uma grande exposição a eventos estressores e uma maior disponibilidade e facilidade de consumo dos alimentos hiperpalatáveis. O aumento da exposição ao estresse propicia, na maioria da vezes, aumento do consumo de *comfort foods* (alimentos ricos em açúcar e em gordura) e redução da ingestão de frutas e vegetais. Dessa forma, a obesidade pode estar relacionada com alterações comportamentais e metabólicas da resposta ao estresse. O objetivo desse trabalho é estudar a interação entre os níveis de cortisol, associados à responsividade ao estresse, e a sensibilidade à insulina na resposta da saciedade e nas práticas do comportamento alimentar. **Métodos:** Vinte e quatro adolescentes participaram da avaliação do comportamento alimentar com aplicação do *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ) e tiveram o sangue coletado para medir a insulina sanguínea. A saliva foi coletada antes, logo após e 30 minutos após exposição ao estresse para a medida de cortisol. Também foi avaliada a classificação da saciedade percebida antes e após um lanche padronizado. **Resultados:** Foi encontrada uma interação entre a responsividade ao estresse e a sensibilidade à insulina no comportamento alimentar. Observou-se um aumento da alimentação emocional na medida em que aumentou a responsividade ao estresse nos indivíduos com resistência à insulina ($B = 15,227$ $P = 0,015$). Essa interação não ocorreu para os outros tipos de alimentação medidos pelo DEBQ, restritiva ($P = 0,689$) e externa ($P = 0,582$), e nem para saciedade induzida pelo lanche ($P = 0,074$). **Conclusão:** Este trabalho sugere a importância do perfil metabólico relacionado à sensibilidade à insulina no entendimento do efeito do cortisol sobre o consumo emocional. O conhecimento dessa interação pode ser importante no manejo da obesidade, uma vez que esta condição geralmente apresenta-se em concomitância com a resistência à insulina. Portanto, o uso de alimentos confortantes em resposta ao estresse pode ser um fator perpetuador da obesidade nestes indivíduos. Desenvolver estratégias não alimentares para lidar com o estresse, em conjunto com a orientação nutricional adequada parece ser fundamental para o controle do ganho de peso nessa população hiperresponsiva.

Palavras-chave: estresse, cortisol, insulina, saciedade, comportamento alimentar, obesidade.