



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2020: SIC - XXXII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2020
<b>Local</b>	Virtual
<b>Título</b>	Padrão alimentar, perfil metabólico e hormonal em mulheres com síndrome dos ovários policísticos
<b>Autor</b>	ANDRESSA YAVORIVSKI
<b>Orientador</b>	POLI MARA SPRITZER

## **Padrão alimentar, perfil metabólico e hormonal em mulheres com síndrome dos ovários policísticos.**

Andressa Yavorivski<sup>1 2</sup>, Thaís R Silva<sup>2</sup>, Lucas Marchesan<sup>2</sup> e Poli Mara Spritzer<sup>2 3</sup>

<sup>1</sup>Graduação em Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

<sup>2</sup>Unidade de Endocrinologia Ginecológica, Serviço de Endocrinologia, Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

<sup>3</sup>Laboratório de Endocrinologia Molecular, Departamento de Fisiologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

**Justificativa:** A resistência à insulina (RI) é prevalente em mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos (PCOS) e está associada com acúmulo de gordura visceral e hiperandrogenismo. A definição do padrão alimentar mais adequado para mulheres com PCOS ainda não foi estabelecida. **Objetivo:** Caracterizar o padrão alimentar, composição corporal, perfil glico-insulínico e hormonal antes e durante o seguimento de uma coorte de mulheres com PCOS. **Metodologia:** estudo piloto de coorte prospectivo incluindo 19 mulheres diagnosticadas com PCOS pelos critérios de Rotterdam, seguidas por 6,9±2,4 anos (idade no início do estudo: 24,8±7,7 anos, IMC: 29,8±5,8kg/m<sup>2</sup>). Durante o seguimento, as pacientes receberam tratamento farmacológico convencional e orientação sobre hábitos de vida saudável. Pacientes com obesidade receberam dieta hipocalórica. Foram realizadas avaliação dietética através de questionário de frequência alimentar e de atividade física habitual por pedômetro. Composição corporal foi analisada por DXA, metabolismo (TMR) por calorimetria indireta e dosagens de glicemia, insulina, HOMAIR, SHBG e testosterona total (TT) também foram determinadas no início e ao final do estudo. **Resultados parciais e conclusões:** Ao longo do seguimento, a atividade física não se alterou, mas houve redução na TMR (-252,3, IC95% -372,1 a -132,5 kcal/dia;  $P=0,001$ ), insulina de jejum (-10,8, IC95% -18,6 a -3,0 mcUI/mL;  $P=0,007$ ) e HOMAIR (-2,2, IC95% -3,9 a -0,5;  $P=0,014$ ). Ainda, TT diminuiu (0,62±0,07 vs. 0,41±0,05 ng/dL;  $P<0,001$ ) e SHBG aumentou (24,9±2,1 vs. 48,0±9,3;  $P=0,014$ ). Composição corporal e glicemia permaneceram inalteradas. O consumo de energia proveniente de carboidratos reduziu (-6,0, IC95% -10,6 a -1,4 %;  $P=0,010$ ), enquanto o de proteína e de lipídios (incluindo monoinsaturados) aumentaram durante o seguimento. Dados preliminares com tamanho amostral ainda restrito indicam que a avaliação e o acompanhamento multidisciplinar de longo prazo de mulheres com PCOS foram associados a um padrão alimentar mais saudável e melhora na RI e perfil hormonal.