

314

CORRELAÇÃO SIGNIFICATIVA ENTRE MICROALBUMINÚRIA E REDUÇÃO DA CIRCUNFERÊNCIA ABDOMINAL EM PACIENTES COM SÍNDROME METABÓLICA (SM) SUBMETIDOS À ORIENTAÇÃO ALIMENTAR E EXERCÍCIO FÍSICO DURANTE 12

SEMANAS. Gabriela Nicolaidis, Laisa Bonzanini, Adriana Macari, Paulo Sehl, André Lopes, Leandro Becker, Angela Santos, Maurício Junges, Beatriz Seligman, Carisi Polanczyk, Nadine Oliveira Clausell (orient.) (UFRGS).

Introdução: A microalbuminúria tem sido reconhecida como fator de risco cardiovascular isolado, sendo comparável aos medidores de risco tradicionais como o colesterol, pressão arterial e diabetes. Sua frequência em indivíduos com SM e o grau de reversão com intervenções em estilo de vida ainda são desconhecidos. Objetivo: Avaliar o efeito de orientação alimentar e exercício sobre os níveis de microalbuminúria, em pacientes com SM, participantes de ensaio clínico randomizado (ECR), durante 12 semanas. Métodos: ECR no qual foram recrutados 52 indivíduos até o momento, de 30 a 55 anos, sem DM ou DAC, com IMC entre 30 e 40, cintura superior a 95 cm e marcadores laboratoriais para SM. Os pacientes receberam orientações sobre alimentação e atividade física distintas. Dos 52 pacientes, 17 utilizaram podômetros, visando 10000 passos ao dia e 19 exercício aeróbico supervisionado, durante 45 minutos, três vezes por semana - os demais receberam a orientação padrão sobre dieta e atividade física. Todos realizaram diário alimentar e revisão quinzenal. Exames laboratoriais foram coletados nos tempos inicial, intermediário e final. Resultados: A amostra obtida é constituída por 51, 9% de homens e 48, 1% de mulheres, com média de: 43, 14 anos, 98, 17kg, 37, 53% de gordura corporal e 106 cm de cintura. Após 12 semanas observou-se uma diminuição média de 12, 05cm de cintura, queda significativa na pressão de pulso, no percentual de gordura e na microalbuminúria. Houve correlação entre a redução da cintura e os níveis de microalbuminúria final (0, 454 - $p < 0, 01$). Conclusões: Os resultados mostram redução do risco cardiovascular com melhora antropométrica através de medidas não farmacológicas, e que há correlação entre a redução da cintura e a reversão da microalbuminúria em pacientes com SM.