

137

SEGURANÇA DE UMA INTERVENÇÃO EM GESTANTES SOBRE DESFECHOS NO RECÉM-NASCIDO. Gabriela Martinez, Carolina U. de Moraes, Gisele Q. Cislighi, Eduardo H. Fernandes, Maria L. R. Oppermann, José G. L. Ramos, Sotero Mengue, Sandra C. Fuchs, Bruce B. Duncan, Maria I. Schmidt (Departamentos de Medicina Social e Obstetrícia, Faculdade de Medicina, UFRGS).

Introdução: A atividade física moderada regular na gravidez, embora potencialmente benéfica, tem sido recomendada com muita cautela pelo temor de induzir, entre outros desfechos, prematuridade e baixo peso ao nascer. Para avaliar benefícios e riscos associados à atividade física na gravidez está em curso um ensaio clínico randomizado em gestantes pré-obesas. **Objetivo:** Verificar a segurança de um programa de exercício físico, realizado em gestantes com sobrepeso, sobre o ganho de peso, apgar e idade gestacional do recém-nascido. **Material e Métodos:** Estudaram-se as 27 primeiras gestantes a concluir participação no estudo. Os critérios de elegibilidade foram pré-obesidade (índice de massa corporal pré-gravídico de 25-30 kg/m²), idade gestacional < 20 semanas e história negativa de diabetes pré-gestacional. Elas foram randomizadas para realizar programa de atividade física regular com 3 sessões semanais (trabalho aeróbico, entre 50 e 70% da FC máxima, até 140 bpm) ou para receber orientação convencional sobre atividade física, e participação em uma sessão semanal de alongamento. **Resultados:** Os recém-nascidos dos grupos intervenção e controle não diferiram significativamente quanto as médias de peso de nascimento (3.413 vs. 3.471 gramas; P=0,8), idade gestacional (39,45 vs.39,0 semanas; P=0,5); escore apgar no primeiro minuto (7,9 vs. 8,2; P=0,70) e no quinto minuto (9,5 vs. 9,4; P=0,7), analisadas através de teste t. **Conclusão:** Não foram observados efeitos adversos do programa de exercício físico sobre o peso ao nascer, a duração da gestação e a vitalidade do recém-nascido, sugerindo que a intervenção é segura, e que o estudo pode prosseguir.