

021

ESTUDO DA ATIVIDADE FÍSICA NA GESTAÇÃO – UM ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO. *Gustavo José Somm, Michelle Lavinsky, Luciano Isolan, Carolina Alboim, José Geraldo Ramos, Maria Lúcia Oppermann, Sandra Costa Fuchs, Bruce B. Duncan, Maria Inês Schmidt* (Departamento de Medicina Social, Faculdade de Medicina, UFRGS).

Introdução: As gestantes obesas apresentam um risco maior que as não obesas de diabetes gestacional, hipertensão gestacional, pré-eclâmpsia, pós-datismo, trabalho de parto prologado, distócia, parto cesariana e macrosomia. Além disso, o peso maior ao nascer é um fator de risco para obesidade na infância e na vida adulta. Apesar desses riscos, intervenções específicas para a gestante obesa são muito restritas. Embora a literatura ainda seja controversa, estudos clínicos recentes sugerem que gestantes que fazem exercício físico durante a gravidez apresentam menor ganho de peso e menor gordura subcutânea, menor risco de desenvolver diabetes gestacional, redução da duração de trabalho de parto e da incidência de macrosomia fetal. **Objetivos:** Demonstrar a eficácia da atividade física na gravidez para o controle do ganho de peso materno e fetal e de outros desfechos adversos da gravidez a eles relacionados. **Material e Métodos:** O estudo é um ensaio clínico randomizado, com 30 gestantes em cada um dos dois braços, sendo a intervenção um programa específico de atividade física e o controle apenas o cuidado pré-natal convencional. Os critérios de inclusão incluem: história negativa de diabetes pré-gestacional e fumo atual e história de cessação de fumo há menos de 1 ano; índice de massa corporal pré-gravídico entre 25 e 30 kg/m²; idade gestacional < 20 semanas; consentimento informado; adesão ao protocolo estabelecido no período *run in*. A randomização será feita em blocos no tempo. As aferições serão realizadas na triagem, no arrolamento, no período pré-natal, no parto e no período pós-parto. Os desfechos da gestante são ganho de peso na gravidez, aumento da massa de gordura corporal e elementos da síndrome metabólica. Os desfechos do recém-nascido são peso e ponderosidade ao nascer, massa de gordura corporal e insulina/glicose em sangue do cordão umbilical. **Resultados esperados:** Demonstrar a eficácia de programa de atividade física com base na melhora de desfechos substitutos. **Repercussões possíveis:** esses dados de eficácia podem subsidiar recomendações obstétricas com base em evidências intermediárias; além disso poderão servir de justificativa para ensaio clínico randomizado maior, com desfechos clínicos de significado real ao paciente. (CNPq-PIBIC/UFRGS).