

# Avaliação da "zona de risco aterogênico" através do escore do índice aterogênico plasmático em adultos com Síndrome Metabólica após um programa de modificação do estilo de vida

Parahiba SM, Fitz RC, Bobadra SB, Piovesan CH\*, Soares TS, Oliveira MS\*\*, Gustavo AS\*, Macagnan FE, Feoli AMP\*

\*Faculdade de Enfermagem, Nutrição e Fisioterapia / PUCRS

\*\*Faculdade de Psicologia / PUCRS

## Introdução

A Síndrome Metabólica (SM), relacionada ao depósito de gordura abdominal e à resistência à insulina, é um conjunto de fatores de risco associado para doenças cardiovasculares (DCV), como, por exemplo, a aterosclerose. O índice aterogênico plasmático (AIP - Atherogenic Index of Plasma) reflete o equilíbrio entre triglicerídeos e o colesterol HDL, lipoproteínas aterogênicas e protetoras. Estudos clínicos demonstraram que o AIP prediz risco cardiovascular, sendo um marcador facilmente disponível e útil para medir a resposta às intervenções e tratamentos.

## Objetivo

Avaliar o AIP de indivíduos com SM, após um programa de intervenção para a modificação do estilo de vida.

## Materiais e Métodos

- Ensaio clínico randomizado;
- Os participantes deste estudo foram classificados conforme os critérios da NCEP-ATP III revisado, para SM. Foram respeitados os aspectos éticos envolvidos em pesquisa com seres humanos.
- Intervenção Individual (II): participaram de intervenção nutricional individual e orientação de dieta, conforme a diretriz citada acima. Intervenção em Grupo (IG): os voluntários assistiam em grupo a uma palestra semanal objetivando a educação para a saúde e SM; Intervenção Padrão (IP): os participantes receberam uma intervenção com os 10 passos para alimentação saudável.
- Foram realizadas coletas de sangue para análises séricas de triglicerídeos (TG) e HDL colesterol (HDL\_C) antes e após a intervenção; Esses dados foram utilizados para o cálculo da fórmula:  $AIP = \text{Log}(TG/HDL\_C)$ ;
- Foi usado para a avaliação a variação da diferença de escores dos sujeitos antes e após a intervenção ( $\Delta$ ), a ANOVA de uma via, com a utilização do Post Hoc Test de Tukey HSD para testes de comparações múltiplas entre os grupos.

## Resultados

Grupo	Pré (AIP $\pm$ DP)	Pós (AIP $\pm$ DP)	$\Delta$	p
II	0,21 $\pm$ 0,2	0,13 $\pm$ 0,2	-0,08	0,008
IG	0,30 $\pm$ 0,2	0,25 $\pm$ 0,3	-0,05	0,179
IP	0,22 $\pm$ 0,2	0,30 $\pm$ 0,2	0,08	0,026

$\Delta$  x Grupos p 0,006

AIP <0,11 – Baixo Risco

AIP (0,11 – 0,21) – Risco Intermediário

AIP > 0,21 – Risco Aumentado

Amostra  $\rightarrow$  71 voluntários (39 do sexo ♀)  $\rightarrow$  II: 25 IG: 27 IP: 19

## Conclusão

Mesmo não mudando a classificação do AIP, os grupos II e IG reduziram os fatores de risco de DCV. Conclui-se que as intervenções II e IG foram semelhantes entre si na melhoria do AIP, mas opostas a IP, onde houve o aumento deste escore. Os resultados refletem sobre a influência do acompanhamento por equipes multiprofissionais durante um tempo em intervenções para modificação do estilo de vida, sendo um fator importante para reeducação de hábitos alimentares e prática de exercício físico.

## Referências

1- DIRETRIZ BRASILEIRA PARA DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DA SÍNDROME METABÓLICA. Arquivos Brasileiros de Cardiologia. Vol. 84, Suppl I (2005). Disponível em: <http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2005/sindromemetabolica.pdf>. Acesso em: abril de 2012).