

RELAÇÃO DO CONSUMO DE FIBRAS E ESTADO NUTRICIONAL EM PACIENTES COM DIABETES MELLITUS TIPO II

RELATIONSHIP BETWEEN FIBER CONSUMPTION AND NUTRITIONAL STATUS IN PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS TYPE II

Ana Maria Olímpio Santos¹
Magno Márcio de Lima Pontes²
Rayanne de Araújo Torres³
Larissa de Brito Medeiros⁴

RESUMO: **Objetivo:** Avaliar o consumo de fibras alimentares em indivíduos portadores de diabetes *mellitus* tipo 2 e sua relação com a manutenção do estado nutricional e controle glicêmico. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa de campo de tipo exploratório e descritiva com delineamento transversal e abordagem quantitativa realizado na Unidade de Saúde da Família José Leite, localizada na comunidade da Vila Nova no município de Cajazeiras - PB. A amostra foi composta por 25 indivíduos adultos com 40 a 70 anos de ambos os sexos diagnosticados com DM2. A coleta de dados consistiu em avaliação antropométrica, aplicação de um Questionário de frequência de consumo alimentar (QFCA) e aferição da glicemia capilar. Os dados coletados por meio do QFCA foram analisados no Software *DietSys* versão 4.01. O banco de dados e as análises foram realizados no SPSS (versão 24). Além de estatísticas descritivas de frequência relativa e absoluta e medidas de tendência central (média e mediana) e de dispersão, foi utilizado o teste de correlação de Spearman (unicaudal). O critério de significância estatística adotado será de $p \leq 0,05$. **Resultados:** A população estudada foi composta 72% por mulheres e 28% de homens. Quanto aos fatores socioeconômicos, dentre todos os participantes da pesquisa, 80% não havia concluído o ensino médio e a maioria possuía baixa renda familiar. Em relação ao estado nutricional, 48% dos indivíduos estavam acima do peso, com 72% da população apresentando risco cardiovascular mediante valores elevados de circunferência da cintura e razão cintura-quadril. A glicemia média encontrada foi de $181,48 \pm 68,72$ mg/dL, acima das recomendações de controle glicêmico da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) para paciente diabéticos, bem como, a média de fibras alimentares consumida foi de $7,69 \pm 3,42$ g, indicando ingestão muito abaixo das recomendações da SBD. **Conclusão:** Apesar

¹ Bacharel em Nutrição da Faculdade Santa Maria.

² Docente do curso de Nutrição da Faculdade Santa Maria.

³ Docente do curso de Nutrição da Faculdade Santa Maria.

⁴ Docente do curso de Nutrição da Faculdade Santa Maria.

da amostra do estudo não ser muito expressiva, pode-se observar o predomínio de adiposidade central, baixo consumo de fibras, baixos níveis de escolaridade e renda influenciando o controle glicêmico do paciente diabético. Com isso, sugere-se a realização de mais pesquisas na região estudada com maior número de participantes e avaliação de mais variáveis, para corroborar com os resultados encontrados e proporcionar ações educativas mais eficazes e direcionadas a esse público.

Palavras chave: Diabetes Mellitus. Dieta. Fibras na Dieta. Glicemia.

ABSTRACT: Objective: To evaluate the consumption of dietary fiber in individuals with type 2 diabetes mellitus and its relationship with maintenance of nutritional status and glycemic control. **Methodology:** This is an exploratory and descriptive field research with a cross-sectional design and a quantitative approach carried out at the José Leite Family Health Unit, located in the community of Vila Nova in the municipality of Cajazeiras - PB. The sample consisted of 25 adult individuals aged 40 to 70 years of both sexes diagnosed with T2DM. Data collection consisted of anthropometric evaluation, application of a Food Frequency Questionnaire (QFCA) and blood glucose measurement. Data collected through QFCA were analyzed in DietSys Software version 4.01. The database and analyzes were performed in SPSS (version 24). In addition to descriptive statistics of relative and absolute frequency and measures of central tendency (mean and median) and dispersion, the Spearman correlation test (unicaudal) was used. The criterion of statistical significance adopted will be $p \leq 0.05$. **Results:** The study population consisted of 72% of women and 28% of men. Regarding socioeconomic factors, among all participants in the survey, 80% had not finished high school and most had low family income. Regarding nutritional status, 48% of the subjects were overweight, with 72% of the population presenting cardiovascular risk through high waist circumference and waist-to-hip ratio. The mean glycemia found was 181.48 ± 68.72 mg / dL, above the glycemic control recommendations of the Brazilian Society of Diabetes (SBD) for diabetic patients, as well as the average dietary fiber consumed was 7.69 ± 3.42 g, indicating intake much lower than SBD recommendations. **Conclusion:** Although the sample of the study is not very expressive, we can observe the predominance of central adiposity, low fiber consumption, low levels of schooling and income, influencing the glycemic control of the diabetic patient. Therefore, it is suggested to carry out more research in the region studied with a larger number of participants and to evaluate more variables, in order to corroborate with the results found and to provide educational actions that are more effective and directed to this public.

Keywords: Diabetes Mellitus. Diet. Dietary Fiber. Blood Glucose.