

NUTRIÇÃO CLÍNICA

Comer intuitivo, comportamento alimentar e controle glicêmico em pacientes com diabetes melito tipo 2

Olívia Garbin Koller; Vanessa Machado Menezes; Kassia Santos Mercante; Jussara Carnevale de Almeida.

Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Ufrgs), Porto Alegre - RS - Brasil.

INTRODUÇÃO

Programas estruturados com restrição calórica e prática de atividade física vêm sendo utilizados para promoção da perda de peso e melhora do controle metabólico em pacientes com diabetes melito tipo 2 (DM2). Entretanto, há fragilidade de evidência do peso sustentado (mais de dois anos) para este tipo de tratamento. Abordagens com foco na “não-dieta” (Comer Intuitivo [CI] e Comer com Atenção Plena) promovem perda de peso sem diferença estatística quando comparado com o tratamento convencional e parecem ser uma alternativa de tratamento. O objetivo do presente trabalho foi avaliar a associação entre CI e controle glicêmico em pacientes com DM2.

MÉTODOS

Estudo transversal com pacientes com diagnóstico prévio de DM2 com até 69 anos atendidos em ambulatório especializado no Hospital de Clínicas de Porto Alegre e na atenção primária na UBS Santa Cecília. Pacientes responderam a Intuitive Eating Scale-2 (IES-2) e Three Factor Eating Questionnaire (TFEQ-R21) e foram submetidos a avaliação clínica e antropométrica. Pacientes foram divididos conforme os valores de HbA1c dentro ou fora do alvo preconizado (7%) e suas características comparadas: teste t de Student, U de Mann-whitney ou Qui-quadrado, conforme a distribuição das variáveis testada por Kolmogorov-Smirnov. Coeficientes de correlação de Pearson e Spearman foram calculados entre os escores totais e de subescalas do IES-2 e TFEQ-R21 e valores de HbA1c, dividido conforme sexo. $P < 0,05$ foi considerado significativo. Estudo aprovado pelo CEP GPPG HCPA sob no. 2020-0654.

RESULTADOS

Foram avaliados 155 pacientes (65,8% mulheres, com 59 ± 13 anos, IMC $32,1 \pm 5,6$ kg/m², HbA1c de $8,7 \pm 1,6\%$ e duração do diabetes de 16 ± 7 anos) destes, 25 pacientes (16,1%) apresentaram HbA1c dentro do alvo e 130 pacientes (83,9%) fora do alvo. Indivíduos com valores de HbA1c dentro do alvo apresentaram maiores escores na subescala “Reconectar-se aos sinais de fome e saciedade” e menores escores na subescala de “Descontrole alimentar” quando comparados com os pacientes fora do alvo glicêmico ($p < 0,05$ para ambas análises). Coeficientes de correlação negativos com valores de HbA1c foram observados em mulheres com maiores pontuações na IES-2 ($r = -0,254$) e subescala “Reconectar-se aos sinais de fome e saciedade” ($r = -0,270$). Coeficientes de correlação positivos foram observados com maiores escores no TFEQ-R21, assim como

maiores escores nas subescalas “Comer emocional” em ambos sexos e “Descontrole alimentar” em homens.

CONCLUSÃO

Comer intuitivamente, principalmente considerando os sinais de fome e saciedade parece estar relacionado a menores valores de HbA1c, enquanto o comer emocional parece estar associado a maiores valores HbA1c nesta amostra de pacientes com DM2.

Palavras-chave: Diabetes tipo 2|Controle glicêmico|Comportamento alimentar|Comer intuitivo