

AVALIAÇÃO DA INGESTÃO DE IODO EM MULHERES GRÁVIDAS DO CENTRO HOSPITALAR DO BAIXO VOUGA

Ribeiro L¹, Pedrosa C^{II}, Oliveira BMP^I, Albuquerque I^{II}, Dantas R^{II}, Guimarães J^{II}

Comunicação oral 14

INTRODUÇÃO

Durante a gravidez, as necessidades nutricionais estão aumentadas. Neste período, quer o défice quer o excesso de iodo afetam a saúde materna e fetal, pelo que a adequação alimentar e nutricional é crucial.

¹ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.

OBJETIVO

Avaliar a ingestão nutricional, nomeadamente a ingestão de iodo e a sua prevalência de inadequação em mulheres grávidas.

^{II} Serviço de Endocrinologia, Diabetes e Nutrição do Centro Hospitalar do Baixo Vouga E.P.E.

POPULAÇÃO E MÉTODOS

Foram avaliadas 56 grávidas, acompanhadas na consulta multidisciplinar de Alto Risco Obstétrico para a Diabetes do Centro Hospitalar do Baixo Vouga. Foram recolhidos dados sociodemográficos e antropométricos, e aplicado um questionário de frequência alimentar. Para o tratamento estatístico foi utilizado o programa SPSS[®] versão 24.0.

RESULTADOS

A ingestão de energia e macronutrientes encontra-se de acordo com as recomendações para a maioria da amostra, verificando-se uma ingestão média de 2406kcal/dia (dp=657). Em percentagem do valor energético total verifica-se uma ingestão média de 19,9% (dp=3,3) em proteínas, 48,7% (dp=6,9) em hidratos de carbono e 33,5% (dp=5,7) em lípidos. Observaram-se prevalências de inadequação elevadas para a maioria dos micronutrientes analisados. Relativamente ao iodo, verificou-se uma inadequação da ingestão em 76,9% da amostra, correspondente a uma ingestão média de 143,7µg/dia (dp=83,5). A inadequação é corrigida em 94,3% das grávidas através da suplementação com iodeto de potássio. Observaram-se correlações significativas entre a ingestão de iodo e outros micronutrientes, tais como biotina, cálcio, molibdénio, cloro e vitamina K ($R > 0.75$; $p < 0,001$), entre outros. Também se constataron correlações positivas entre o consumo de laticínios e a ingestão de iodo ($\rho > 0,335$; $p < 0,02$).

CONCLUSÃO

A amostra apresenta uma elevada prevalência de inadequação de micronutrientes, nomeadamente de iodo. A suplementação oral permite corrigir esta situação. Torna-se importante sensibilizar e informar a população acerca da importância de uma alimentação saudável e da adequada ingestão de iodo.