

EVOLUÇÃO PONDERAL DE UMA AMOSTRA DE DOENTES COM EXCESSO DE PESO A FREQUENTAR CONSULTA DE NUTRIÇÃO

Dias C^I, Pinto J^I, Fernandes F^I, Melim D^{II}, Póinhos R^{III}, Pinhão S^{II,III}

Comunicação oral 09

INTRODUÇÃO E OBJETIVO

A intervenção ao nível do estilo de vida, nomeadamente através da implementação de um plano alimentar estruturado ou aconselhamento alimentar, é fundamental para o tratamento do excesso de peso. Foi objetivo deste trabalho estudar a evolução ponderal de doentes com excesso de peso a frequentar consultas de nutrição para perda de peso.

^I Licenciada em Ciências da Nutrição.

^{II} Centro Hospitalar de São João, E.P.E., Porto.

^{III} Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.

AMOSTRA E METODOLOGIA

Avaliaram-se doentes com idade igual ou superior a 18 anos e Índice de Massa Corporal (IMC) superior a 25 kg/m² que frequentavam a consulta externa de Nutrição-Endocrinologia do CHSJ-EPE para perda de peso. Dos processos clínicos eletrónicos recolheram-se dados sócio-demográficos e antropométricos (perímetros da cintura e da anca, peso e estatura; posteriormente foi calculado o IMC) dos doentes cuja 1.^a consulta ocorreu entre setembro de 2010 e março de 2013 e com consultas subsequentes concordantes com pelo menos um de três momentos: 3, 6 e 12 meses. Foram analisados dados de 573 doentes (79,2% do sexo feminino).

RESULTADOS

A idade média foi de 46,1 anos (dp = 15,0). O IMC médio das mulheres (37,0 kg/m²) foi superior ao dos homens (33,7 kg/m²; p < 0,001). Ao fim de um ano, a diminuição de IMC foi em média de 1,5 kg/m² nos homens e de 2,1 kg/m² nas mulheres; a intervenção revelou-se eficaz até aos 3 meses nos homens e até aos 6 meses nas mulheres, verificando-se em média uma estabilização do IMC a partir desses momentos. A diminuição do IMC médio foi independente do tipo de intervenção alimentar (p > 0,05). Maior número de consultas associou-se a maior perda ponderal. A maioria dos doentes (70,8% dos homens e 66,9% das mulheres) perdeu menos de 5% do peso inicial nos primeiros 6 meses.

CONCLUSÃO

Aproximadamente um terço da amostra estudada atingiu perdas de peso iguais ou superiores a 5% ao fim de 6 meses.