

INGESTÃO DE CÁLCIO E VITAMINA D EM PACIENTES COM EXCESSO DE PESO E TRANSTORNOS METABÓLICOS

Thais Jéssica Reis Förster¹; Maria Aparecida Polonio Paulatti²; Macksuelle Regina Angst Guedes³; Fabíola Lacerda Pires Soares⁴

¹Nutricionista, Residente do Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados, MS; ² Nutricionista, Especialista em Saúde Cardiovascular, Dourados, MS; ³ Nutricionista, Especialista em Saúde Cardiovascular e Mestranda em Ciências da Saúde da Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados, MS; ⁴Nutricionista, Doutora em Ciências com Ênfase em Bioquímica e Professora do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados, MS.

A síndrome metabólica é caracterizada por alterações na saúde que resultam no aumento do risco cardiovascular. Segundo o *National Cholesterol Education Program – Adult Treatment Panel III*, esta síndrome representa a combinação de, no mínimo, três dos seguintes componentes: obesidade abdominal, hipertrigliceridemia, HDL-colesterol baixo, hipertensão arterial e hiperglicemia de jejum. O consumo adequado de alguns nutrientes, tais como o cálcio e a vitamina D, pode reduzir tais transtornos. O objetivo do trabalho foi avaliar o consumo de cálcio e vitamina D em pacientes com excesso de peso e transtornos metabólicos em atendimento ambulatorial. Foi realizado um estudo de delineamento transversal no Ambulatório de Síndrome Metabólica do Hospital Universitário da Grande Dourados. Os dados coletados foram os sociodemográficos, comportamentais, antropométricos, clínicos e de consumo alimentar. A síndrome metabólica foi diagnosticada por meio do *National Cholesterol Education Program – Adult Treatment Panel III* e o consumo de leite e derivados foi estimado pelo Recordatório 24 horas. Foram avaliados 79 pacientes, dos quais 74,68% eram mulheres e 25,32 homens. A média de idade foi de 48,5±13 anos, sendo a maior parte composta por indivíduos de etnia branca (64,6%), com ensino fundamental (54,4%) e casados (58,2%). A maioria declarou ser não fumante (64,6%), não etilista (65,8%) e sedentária (77,2%). A doença mais prevalente foi a hipertensão (75,9%), seguida pelo diabetes *mellitus* (40,5%) e pelas dislipidemias (36,7%). A média do IMC foi de 38,4±7,5 kg/m², sendo que dos adultos analisados, 76,6% apresentavam obesidade, e entre os idosos o índice foi de 100%. O percentual médio de gordura foi de 40,1±6,3%. O consumo de cálcio estava abaixo do recomendado, sendo que a ingestão média de alimentos fontes deste nutriente foi de 0,8 porções/dia, e o percentual de adequação em relação às recomendações desse mineral foi de 46,7±34,5%. Foi encontrado também baixo consumo de vitamina D (média de 4,3±22,4 mcg/dia, com adequação de 20,5±27,5%). Conclui-se que, há um baixo consumo de leite e derivados (e consequentemente cálcio e vitamina D) pela população estudada, sendo que o consumo adequado poderia auxiliar no tratamento de doenças crônicas não-transmissíveis. É necessário, portanto, uma intervenção de forma a possibilitar que a ingestão adequada desse grupo alimentar seja realizada.

Palavras-chave: lácteos, vitamina D, síndrome metabólica.