Gac Sanit. 2025;39(S2):579

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

140 - NUTRIENTES ASSOCIADOS AO DIAGNÓSTICO DE DEPRESSÃO DE PARTICIPANTES DA COORTE DAS UNIVERSIDADES MINEIRAS (CUME+)

J.V. Moraes dos Santos, J. Bressan, A. Marçal Pimenta, H.H. Miranda Hermsdorff, P.P. da Fonseca Grili, V.R. Guandalini, F. de Carvalho Vidigal, J.L. Marques-Rocha

Universidade Federal do Espírito Santo; Universidade Federal de Alfenas; Universidade Federal de Viçosa; Universidade Federal do Paraná.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: O consumo alimentar está intrinsicamente ligado a processos fisiológicos, neurológicos e imunológicos, desempenhando um papel fundamental na regulação da saúde mental, comportamento e bem-estar geral. Neste contexto, o objetivo deste estudo foi verificar o consumo de nutrientes de acordo o diagnóstico de depressão.

Métodos: Este é um estudo transversal, oriundo da Coorte de Universidades Mineiras + (CUME+) com dados coletados de 2016 a 2022. Os brasileiros incluídos tinham idade de 20 a 59 anos, com o consumo de calorias entre 500 e 6.000 kcal e sem estar gravidas no último ano. Os participantes categorizados com depressão tinham diagnóstico feito por um médico. O consumo calórico e de 39 nutrientes foram avaliados por questionário de frequência alimentar validado para a população do estudo. Variáveis sociodemográficas, de saúde e do estado nutricional foram coletadas. Os testes Qui-quadrado, t Student e Mann-Whitney U foram realizados para verificar as diferenças entre aquele com e sem depressão utilizando o *software* SPSS Statistics, versão 22.0. O valor de significância utilizado foi quando p-valor < 0,05.

Resultados: Amostra final contou com 7.617 pessoas, 13,2% tinham diagnóstico de depressão sendo maior nas mulheres (10,3 vs. 2,9%). A idade mediana da amostra foi de 34 anos (20-59) com predomínio de participantes da cor branca (65%), solteiro (45%), empregados (70%), com renda familiar de 6 salários mínimos ou mais (60%).

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

Entre os homens com depressão, 143 (65,6%) apresentaram excesso de peso e 182 (83,1%) ingeriam bebida alcoólica regularmente. Entre as mulheres com depressão, 364 (46,5%) apresentaram eutrofia e 539 (68,8%) ingeriam bebida alcoólica regularmente. Em ambos sexos, aqueles que tinham depressão tiveram maior consumo calórico. Por outro lado, os homens consumiram mais ácidos graxos poli-insaturado (PUFA) g/dia 17,86 (7,79-38,42) e ômega-3 g/dia 2,27 (0,60-4,43) ou menos etanol, vitamina B9, vitamina C, ferro mg/dia, flavona, flavanonas e antocianidina. E por fim, as mulheres consumiam mais ômega-6 g/dia 10,65 (3,37-34,95) e isoflavonas mg/dia 3,03 ± 8,98, ou menos colesterol, vitamina C, β Caroteno, flavona e flavanonas.

Conclusões/Recomendações: O consumo calórico foi superior entre aqueles com depressão de ambos os sexos. Tendo diferença entre os gêneros sendo que os homens consumiram mais PUFA e ômega-3 e as mulheres consumiram mais ômega-6 e isoflavonas, deste modo a abordagem terapêutica deve ser específica para cada gênero.

Financiamento: Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo, CNPq.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados