**A IMPORTÂNCIA DA INTRODUÇÃO DO MANEJO NUTRICIONAL DURANTE A GRAVIDEZ**

Nery, Rebeca Ferreira¹

Assunção, Gisele Mayara de Lima 2

Santos, Tainar dos  3

Neves, Jucilene Luz 4

Ferreira, Shirley Lima  5

Santos, Jadson Nilo Pereira 6

**Introdução**: A gravidez causa alterações fisiológicas no corpo da mãe, que geram uma necessidade aumentada de nutrientes. Seja em termos de ingestão de energia micro ou insuficiente em mulheres grávidas, pode haver competição entre a mãe e o feto, limitando a disponibilidade de nutrientes necessários para o crescimento fetal adequado. Assim, a literatura reconhece que a condição materna é uma medida do crescimento da saúde e da qualidade de vida da mulher e de seus filhos, ou seja, o peso corporal, pois esta é a única fonte de nutrição para um conceito de reserva e ingestão de nutrientes. **Objetivo:** Analisar na literatura atual sobre a introdução da nutrição e sua importância durante a gravidez. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada através das bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO), através dos seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Cuidado Pré-Natal”, “Gravidez” e “Nutrição Materna”, combinados entre si pelo operador booleano AND. A busca ocorreu no mês de janeiro de 2023. Apresentando como critérios de inclusão: artigos disponíveis na íntegra, nos idiomas português e inglês, que abordassem a temática, nos últimos cincos anos. Como exclusão, foram estabelecidos os seguintes critérios: revisões de literatura, teses, monografias, dissertações, artigos que fugissem da temática e que estivessem repetidos nas bases de dados, contemplando um total de 14 artigos. **Resultados:** A alimentação durante gravidez é decisiva para uma boa gestação. A amamentação representa uma das experiências nutricionais mais precoces de prolongamento da nutrição iniciada na vida intrauterina. Há forte evidência na literatura da amamentação contra obesidade, dislipidemia, hipertensão e doenças cardiovasculares, além de seus vários componentes atuarem como defesa do organismo infantil. Além disso, a maneira pela qual a alimentação complementar é iniciada influência significativamente os hábitos alimentares ao longo da vida. É notório que a nutrição adequada durante a gravidez desempenha um papel decisivo nos resultados maternos e infantis. Ajuda a prevenir a ocorrência de uma série de eventos adversos, garante as reservas biológicas necessárias para o parto e pós-parto, garante o substrato durante a lactação e facilita o ganho de peso adequado de acordo com o estado nutricional pré-gestacional. Deve-se notar que o ganho de peso insuficiente durante a gravidez tem sido identificado como um fator de risco tanto para a mãe quanto para a criança, levando a um aumento da incidência de uma série de problemas. Sendo assim, reforça-se a adoção de práticas alimentares neste período. **Conclusão:** Tendo em vista os aspectos observados, a introdução da assistência nutricional, é essencial para que seja alcançada a plenitude na atenção do pré-natal, pois, possibilita o acesso à educação alimentar e nutricional, promoção e prevenção da saúde, para que assim, suceda uma nutrição adequada no ciclo gravídico puerperal.

**Palavras-Chave:** Assistência nutricional; Gestação; Pré-natal.

**E-mail do autor principal:** rebecafnery@outlook.com

**REFERÊNCIAS:**

ORTIZ-FÉLIX, Rosario E. et al. Impacto de una intervención de educación prenatal en mujeres embarazadas para prevenir el sobrepeso en lactantes. **Gaceta médica de México**, v. 157, n. 1, p. 3-9, 2021.

ORTIZ-FÉLIX, Rosario E. et al. Impacto de uma intervenção de educação pré-natal em gestantes para prevenir o excesso de peso em lactentes. **Gac. Med. México** , v. 157, pág. 3-9, 2021.

Lana, T. C., Oliveira, L. V. A., Martins, E. F., Santos, N. C. P., Matozinhos, F. P., & Felisbino-Mendes, M. S. (2020). Prevalência, fatores associados e desfechos reprodutivos relacionados ao ganho de peso gestacional excessivo. ***Revista Enfermagem UERJ***, *28*, 53127.

¹Enfermagem, Faculdade São Francisco da Paraíba, Cajazeiras-Paraíba, rebecafnery@outlook.com.

²Nutrição, [Centro Universitário UniFavip - Wyden](https://www.google.com/search?sxsrf=AJOqlzVfSMjJrhAmtyG7HmmDTsg3QokUQA:1676301630768&q=Centro+Universit%C3%A1rio+UniFavip+-+Wyden&ludocid=10997970526953793559&gsas=1&lsig=AB86z5UBfKD4ShqJffsojKlLkL8x&sa=X&ved=2ahUKEwi11_OZ5pL9AhW3rpUCHX3_BCMQ8G0oAHoECGsQAQ), Caruaru-Pernambuco, giselemayaralima@gmail.com.

3Nutrição, Centro Universitário Tecnologia e Ciências (Uniftc), Jequié-Bahia, dossantostainar@gmail.com.

4Enfermagem, Centro Universitário Metropolitano da Amazônia (UNIFAMAZ), Belém-Pará, juhneves60@gmail.com.

5Nutrição, Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife-Pernambuco, shirleylima121995@hotmail.com.

6Enfermagem, Universidade Federal de Sergipe, Aracaju – Sergipe, [jadssonnillo@hotmail.com](mailto:jadssonnillo@hotmail.com).