

X JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

FATORES QUE INFLUENCIAM O CONSUMO ALIMENTAR DE GESTANTES BRASILEIRAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

ANA BEATRIZ VASCONCELOS CARNEIRO¹; ISADORA NOGUEIRA
VASCONCELOS²

¹Centro Universitário Fametro – Unifametro; ana.carneiro03@aluno.unifametro.edu.br;

²Centro Universitário Fametro – Unifametro;

isadora.vasconcelos@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: SAÚDE COLETIVA

Introdução: A gestação é um momento de constantes mudanças fisiológicas no organismo materno, as quais acarretam alterações em suas necessidades nutricionais¹. Os hábitos alimentares e estado nutricional materno exercem influência no desenvolvimento do feto, podendo contribuir para o surgimento de patologias e disfunções em seu estado nutricional, como a obesidade e doenças crônicas, e influenciar no desenvolvimento de complicações durante a gestação e durante o parto². Assim, ressalta-se a urgência em um maior rigor no consumo alimentar durante a gestação, sendo recomendado pelo Guia alimentar Brasileiro para Gestante o maior consumo de alimentos in natura e minimamente processados (arroz, feijão, carnes, vísceras, vegetais e frutas) e a menor ingestão de alimentos ultraprocessados, mediante sua relação com o maior risco de desenvolvimento de doenças não transmissíveis^{3,4}. A fim de garantir a propagação de melhores hábitos alimentares durante a gestação, faz-se necessário compreender o perfil social, demográfico e econômico das gestantes com consumo alimentar não saudável, expondo, assim, os fatores que propiciam tal condição e permitindo a formulação de políticas públicas em combate a essa problemática⁵. **Objetivos:** Revisar a literatura, buscando, por meio dela, compreender os fatores que interferem no consumo alimentar de gestantes brasileiras. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, desenvolvida a partir das seguintes bases de dados: PubMed, LILACS e Scielo. Em cada uma, foi realizada uma busca de artigos publicados entre 2019 e 2024, nos idiomas inglês, espanhol e português, a partir do cruzamento dos descritores de saúde “Maternal Nutrition”, “Pregnancy”, “Food, Processed” e “Feeding Behavior”, por meio dos operadores booleanos AND ou OR. Utilizaram-se como critérios de inclusão estudos realizados nos últimos 5 anos, com mulheres grávidas do Brasil, de qualquer idade; e, como critérios de exclusão, artigos de revisão de literatura. **Resultados:** Foram utilizados 5 estudos sobre o tema, realizados com 3.903 gestantes brasileiras de cinco estados diferentes: São Paulo, Espírito Santo, Minas Gerais, Paraná e Rio de Janeiro. Um estudo transversal observou-se que o consumo alimentar de alimentos in natura e minimamente processados (arroz, feijão, carnes, verduras, legumes e frutas) esteve relacionado a menor escolaridade, maior prática de exercícios físicos e menor IMC pré-gestacional⁶. A relação entre sedentarismo e baixa escolaridade também foi reforçada por outro estudo⁷. O padrão alimentar sofre influência da idade, onde, segundo um dos estudos, gestantes de 19 anos eram quase 3 vezes mais propícias a consumirem ultraprocessados, enquanto as que tinham 35 anos tinham chances menores de consumo⁸. Outro autor relatou que o menor

X JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

consumo de ultraprocessados foi mais prevalente em mulheres com emprego renumerado, não fumantes e que receberam orientações nutricionais durante o pré-natal⁹. E, por fim, outro artigo ressaltou a prevalência da ingestão de alimentos mais saudáveis entre mulheres com mais de 30 anos, com companheiro, trabalho renumerado e maior escolaridade, as quais indicavam melhor nível socioeconômico¹⁰. **Conclusão/Considerações finais:** O consumo de alimentos não saudáveis, caracterizados por serem ricos em ultraprocessados e pobres nos in natura, foi mais prevalente em mulheres de menor escolaridade, mais sedentárias, mais novas, fumantes, com menor nível de orientação e de menor renumeração. Tais dados expõem a maior relação entre hábitos não saudáveis e gestantes de menor nível socioeconômico, expondo a necessidade de intervenções por meio de políticas públicas para sanar o problema.

Referências:

- 1.MELO, A. S. D. O. *et al* . Estado nutricional materno, ganho de peso gestacional e peso ao nascer. **Revista Brasileira Epidemiologia**. v. 10, n. 2, jun. 2007, São Paulo.
- 2.PROCTER, S. B; CAMPBELL, C. G. Posição da Academia de Nutrição e Dietética: nutrição e estilo de vida para uma gravidez saudável. **Dieta J Acad Nutr**. v.114, ed.7, pg.1099-1103, 2014
- 3.BRASIL. Ministério da Saúde. Fascículo 3 Protocolos de uso do Guia Alimentar para a população brasileira na orientação alimentar de gestantes [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Universidade de São Paulo. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- 4.Organização Mundial de Saúde. Dieta, nutrição e a prevenção de doenças crônicas. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 2003. (Série de Relatórios Técnicos, 916)
- 5.HOFFMANN, J. F. *et al*. Padrões alimentares durante a gravidez e a associação com características sociodemográficas entre mulheres atendidas em clínicas de clínica geral no Sul do Brasil: o Estudo ECCAGe. **Cadernos de saúde pública**. v.29, n.5, pg. 970-80, 2013.
- 6.ZUCCOLOTTO, D.C.C. *et al*. Padrões alimentares de gestantes, excesso de peso materno e diabetes gestacional. **Rev Saude Publica**. v.53, p.52, 2019, São Paulo. [Disponível em: https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/159384](https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/159384). Acesso em: 1 abr. 2024.
- 7.PEREIRA, M. T. *et al*. Fatores maternos e sociodemográficos influenciam o consumo de alimentos ultraprocessados e minimamente processados em gestantes. **Rev Bras Ginecol Obstet**. v.42, n.7, p.380–389, 2020.
- 8.LEÃO, G.M.M.S *et al*. Qualidade da alimentação de gestantes no âmbito da Atenção Primária à Saúde. **Revista de Nutrição**, [S. l.], v. 35, 2023. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/nutricao/article/view/8954>. Acesso em: 1 abr. 2024.
- 9.OLIVEIRA, T. I. D; SANTOS, L. D; HÖFELMANN, D. A. Dietary patterns and socioeconomic, demographic, and healthrelated behaviors during pregnancy. A cross-sectional study. **Sao Paulo Med J**. v.142, n.1, 2024.

X JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

10.FRAGA, A. C. S. A; FILHA, M. M. T; BASTOS, M. P. Fatores associados ao consumo de alimentos ultraprocessados em uma coorte de gestantes brasileiras. **Cad. Saúde Pública.** v.39, n.6, junho de 2023. Disponível em: <https://cadernos.ensp.fiocruz.br/ojs/index.php/csp/article/view/8320>. Acesso em: 1 abr. 2024

Palavras-chave: Nutrição Materna; Gravidez; Alimento Processado e Comportamento Alimentar.