

ESTADO NUTRICIONAL E HÁBITOS ALIMENTARES DE GESTANTES ASSISTIDAS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Mariana Razente dos Santos (PIBIC/CNPq/FA/Uem), Sonia Silva Marcon (Orientador), Grace Jacqueline Aquiles (Co-orientador), Renan Filipe Altrão, Maria Eduarda F. de Castro, Mônica M. Brandão. E-mail: soniasilva.marcon@gmail.com

Universidade Estadual de Maringá / Centro de Ciências Biológicas e da Saúde/Maringá, PR.

ENFERMAGEM – SAÚDE PÚBLICA

Palavras-chave: Recordatório alimentar 24h, Vigilância Nutricional, Gestantes.

Resumo:

Objetivos: Descrever o estado nutricional e hábitos alimentares de gestantes assistidas na atenção primária e identificar as facilidades e limitações no uso do recordatório alimentar 24h. **Métodos:** Estudo descritivo-exploratório realizado com 17 gestantes em acompanhamento pré-natal em três Unidades Básicas de Saúde (UBS) de Maringá-PR. Os dados foram obtidos mediante entrevistas semiestruturadas realizadas na UBS ou no domicílio das gestantes, utilizando três instrumentos: manual fotográfico de quantificação alimentar; recordatório alimentar 24h e carteira da gestante. Os dados foram digitados no programa *Excel da Microsoft* e analisados com auxílio da estatística descritiva. **Resultados:** As gestantes apresentaram proporcionalmente maior consumo de frutas, carnes e ovos. A água é corresponsável por grande parte da ingestão de alimentos in natura, cujo percentual ingerido é superior à dos alimentos processados. Das participantes, 15 ganharam peso durante a gestação e duas perderam peso. O recordatório mostrou-se importante nesse tipo de estudo, mas apresenta complicadores como o tempo de coleta de dados, o nível de preparo do entrevistador e os fatores de interpretação das participantes. **Discussão:** O acompanhamento pré-natal realizado na atenção primária à saúde (APS) pode ter contribuído para um consumo maior de alimentos in natura do que de alimentos processados, pois a educação para a saúde é um dos propósitos deste nível assistencial. **Conclusões:** APS é atuante na saúde da gestante e se mostra efetiva no atendimento pré-natal. Estudos nutricionais podem contribuir com a melhoria das ações dos serviços.

Introdução

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição, publicada no final dos anos 90, marca uma etapa importante para a configuração da área da nutrição no campo da saúde, especificamente no campo da Saúde Coletiva, enfatizando as variações epidemiológicas, nutricionais e demográficas existentes no país – situações extremas de desnutrição e deficiências nutricionais ao lado de elevadas prevalências de obesidade e outras doenças associadas à alimentação (RECINE; VASCONCELLOS, 2011).

A alimentação, com suas diferentes formas de alimentos, preparos, temperos e associações, está intrinsicamente ligada à cultura, hábitos, costumes de determinada região ou população. Conhecer esse contexto exige métodos e ferramentas adequadas de pesquisa (HOLANDA; BARROS FILHO, 2006).

O recordatório alimentar é uma das estratégias mais usadas em pesquisas nutricionais pois possibilita averiguar diretamente o consumo alimentar atual, ou seja, relatar todos os alimentos e bebidas consumidos nas últimas 24 horas (BUENO; CZEPIELEWSKI, 2010).

Trata-se de um questionário que é utilizado na forma de entrevista, composto por figuras, medidas comparativas e um conteúdo que tem por finalidade facilitar o processo de relembrar o consumo alimentar das últimas 24h. No entanto, o uso do recordatório também pode tornar-se um complicador da coleta de dados. As rotinas alimentares no geral são afetadas por diversas causas ao seu redor, fatores culturais, socioeconômicos, demográficos, religiosos, psicológicos, estado de saúde, alteração do cotidiano, entre outros. Qualquer um desses fatores pode interferir na alimentação e consequentemente nos resultados do recordatório 24 horas (HOLANDA; BARROS FILHO, 2006). Também por ser demasiado longo, exige um nível de preparo adequado do entrevistador para que a comunicação seja fluida e a entrevista transcorra em tempo aceitável. Face ao exposto, o objetivo desse estudo é descrever o estado nutricional e hábitos alimentares de gestantes assistidas na atenção primária através do instrumento recordatório 24 horas.

Materiais e métodos

Estudo qualitativo, recorte de estudo multicêntrico que está acontecendo em 13 cidades do país, desenvolvido por meio de aplicação de roteiro estruturado de coleta de dados, aplicado a 17 gestantes assistidas em tres Unidades Básicas de Saúde (UBS) do Município de Maringá-Pr. O instrumento de coleta de dados foi composto dos seguintes instrumentos: Manual Fotográfico de Quantificação Alimentar (CRISPIM, 2017), Inquérito alimentar recardatório de 24 horas e dados dos registros contidos na Carteira da gestante. Os dados foram compilados no programa Excell^(R) da Microsoft e tratados por estatística descritiva, sendo apresentados na forma de tabelas de distribuição de frequências. Normas éticas foram observadas, todas as participantes assinaram ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o projeto de pesquisa foi aprovado pelo COPEP recebendo número de parecer 2.496.986.

Resultados e Discussão

Concordaram em participar do estudo 17 gestantes, sendo oito pertencentes à UBS Jardim Quebec, cinco à UBS Grevileas III e quatro à UBS Vila Esperança. Destas, cinco se encontravam no terceiro trimestre gestacional, 11 no segundo e uma no primeiro. Em relação ao estado nutricional, foi realizado o cálculo do IMC pré-gestacional e gestacional. As gestantes foram separadas em cinco categorias: Baixo Peso (BP), Eutrofia (E), Sobrepeso (S), Obesidade (O) e Não mensurado. No tocante aos hábitos alimentares, as informações foram tabuladas separando os alimentos em duas classes: Alimentos in natura e Alimentos processados.

Nesse estudo pode-se constatar o importante papel da APS no acompanhamento

pré-natal. Ao verificar que o consumo de alimentos in natura foi superior ao de alimentos processados entende-se que a orientação e educação para a saúde voltadas para hábitos alimentares saudáveis, durante o atendimento às gestantes, foram efetivas. O consumo adequado de água também aponta para uma adequada orientação e atenção à essa população. Cabe salientar que neste momento da vida, em prol da saúde da criança, as orientações são mais bem recebidas pelas mulheres. Apesar da importância desses fatores ainda há que se trabalhar a diminuição de açúcares e doces, visto que de acordo com o recordatório, esta categoria de alimentos foi a terceira em quantidade consumida.

Tabela 1 – Estado Nutricional pré gestacional e gestacional de acordo com o IMC.

E. Nutricional Pré-Gestacional	n	%	E. Nutricional Gestacional	n	%
BP	1	6,0	BP	4	24,0
E	10	59,0	E	8	47,0
S	5	29,0	S	3	18,0
O	1	6,0	O	1	6,0
Não mensurado	-	-	Não mensurado	1	6,0

Legenda: BP: Baixo peso, E: Eutrofia, S: Sobrepeso, O: Obesidade, IMC: Índice de massa Corporal.

A ingestão elevada desses alimentos favorece o ganho ponderal e o aparecimento de doenças a curto prazo, como diabetes gestacional, constituindo fator de risco materno e fetal (SANTANA et al., 2020). Quanto ao recordatório alimentar, verifica-se o potencial de retratar consumos e hábitos alimentares porém os fatores limitantes dessa ferramenta precisam ser considerados. O tempo gasto na coleta de dados é demasiado longo; exige preparo adequado dos pesquisadores e ainda há a possibilidade de interpretações subjetivas pelos participantes, como noções sobre alguns alimentos e medidas utilizadas.

Tabela 2 – Alimentos consumidos e frequência de consumo em gramas por dia.

Alimentos In Natura	g/dia	Alimentos Processados	g/dia
Raízes e Tubérculos	298,0	Raízes e Tubérculos	442,0
Legumes e Verduras	919,2	Legumes e Verduras*	-
Castanhas e Nozes*	-	Castanhas e Nozes*	-
Leite e Queijos*	-	Leite e Queijos	474,4
Carnes e Ovos	1182,8	Carnes e Ovos	545,0
Leguminosas	-	Leguminosas	122,9
Frutas	2320,3	Frutas*	-
Cereais e Derivados*	-	Cereais e Derivados	1217,9
Água	1935,8	Açúcares e Doces	1352,7
Total consumido	6656,1	Total consumido	4154,9

Na população estudada não observamos relação entre consumo alimentar e ganho ou perda ponderal. As variações estudadas parecem estar relacionadas ao período gestacional ou outros fatores não estudados neste momento.

Conclusões

Na gestação ocorre uma relação estreita entre a ingestão de alimentos e a saúde/doença, que interfere na saúde materno-fetal, tornando imprescindível que universidades e serviços de saúde desenvolvam estudos nutricionais. Estes resultados devem guiar os serviços para novas ações e tecnologias de cuidado que irão impactar a vida e a saúde de gestantes e seus conceitos. A APS é fortemente atuante na saúde da gestante e percebemos mudanças no consumo alimentar que podem ser frutos de orientações realizadas durante o pré-natal, porém, ainda é necessário reduzir o consumo de doces e açúcares. Por fim ressalta-se a necessidade do trabalho interprofissional e das práticas colaborativas na Saúde, estabelecendo planos de cuidados que atendam às necessidades individuais das gestantes. As equipes podem utilizar destes estudos a fim de utilizar a saúde baseada em evidências para subsidiar sua prática, favorecendo a melhora dos hábitos alimentares.

Agradecimentos

Agradeço ao CNPq-FA-UEM pela chance de realizar a pesquisa, às minhas orientadoras, pela oportunidade de aprendizado, e às gestantes participantes.

Referências

BUENO, A. L.; CZEPIELEWSKI, M. A. O recordatório de 24 horas como instrumento na avaliação do consumo alimentar de cálcio, fósforo e vitamina D em crianças e adolescentes de baixa estatura. v. 23, n. 1, p. 65–73, 2010.

CRISPIM, S. P. **Manual fotográfico de quantificação alimentar**. Curitiba, PR: Universidade Federal do Paraná, 2017.

HOLANDA, L. B.; BARROS FILHO, A. A. Métodos aplicados em inquéritos alimentares Applied methods in dietary assessment Endereço para correspondência. **Rev Paul Pediatría**, v. 24, n. 1, p. 62–70, 2006.

RECINE, E.; VASCONCELLOS, A. B. Políticas nacionais e o campo da Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva: cenário atual. v. 16, n. 1, p. 73–79, 2011.

SANTANA, J. D. M. et al. Association between gestational weight gain and birth weight: NISAMI Cohort. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 20, n. 2, p. 411–420, 2020.