

## ESTADO NUTRICIONAL E ADEQUAÇÃO NO GANHO DE PESO DE GESTANTES DE ALTO RISCO: AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO CLÍNICA MATERNO INFANTIL

**CAROLINE RAPHAELLI DE MEDEIROS<sup>1</sup>; CAMILE MILBRATH MILECH<sup>2</sup>; VALÉRIA DE SOUZA SANTOS<sup>3</sup>; LARISSA AMARAL DE MATOS<sup>4</sup>; JULIANA DOS SANTOS VAZ<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – carolraphaellimedeiros@gmail.com*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – camilemilech@gmail.com*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas – lelasouza009@gmail.com*

<sup>4</sup>*Universidade Federal de Pelotas – mtslarissa@gmail.com*

<sup>5</sup>*Universidade Federal de Pelotas – juliana.vaz@ufpel.edu.br*

### 1. INTRODUÇÃO

A gestação é uma fase em que a ingestão adequada dos alimentos é indispensável para garantir resultados positivos tanto para a gestante quanto para o bebê. A nutrição adequada contribui para o ganho de peso dentro do esperado para cada gestante, ajuda a prevenir condições de saúde graves, como o desenvolvimento de hipertensão arterial e diabetes gestacional (Rocha et al., 2023). A Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) orienta a realização da glicemia em jejum no início da gestação e o TOTG a partir da 24<sup>a</sup> semana de gravidez.

O estado nutricional pré-gestacional avaliado por meio do índice de massa corporal (IMC) é um fator que influencia diretamente nas chances de desvios no ganho de peso e complicações maternas e fetais (Pinheiro et al., 2023). Estudos revelam que gestantes com sobrepeso e obesidade pré-gestacional com adequado ganho de peso gestacional, apresentam menor risco de complicações crônicas e fetais, como a macrossomia e bebês grandes para a idade gestacional (Mustafa et al., 2022).

O acompanhamento nutricional durante a gestação é essencial para garantir o desenvolvimento saudável do feto e o bem-estar da mãe. Esse acompanhamento visa assegurar que a gestante mantenha uma alimentação equilibrada, com os nutrientes essenciais para o crescimento fetal e a saúde materna. Além disso, a adequação do peso gestacional é de extrema importância, visto que tanto o ganho de peso gestacional excessivo quanto o insuficiente podem levar a complicações para a diáde mãe-feto. O ganho de peso nas faixas recomendadas, conforme IMC pré-gestacional, previne prematuridade, baixo peso ao nascer e macrossomia. Dessa forma, a realização da consulta nutricional no início da gestação permite um monitoramento contínuo do ganho de peso gestacional e uma orientação nutricional para promover uma gestação mais saudável e segura (Carrilho et al., 2023).

O presente trabalho teve como objetivo descrever o estado nutricional, o trimestre gestacional do primeiro atendimento com o serviço de Nutrição e a adequação do ganho de peso em gestantes de alto risco atendidas pelo projeto de extensão desenvolvido no ambulatório de Nutrição Clínica Materno Infantil da UFPel.

### 2. METODOLOGIA

O projeto de extensão “Assistência nutricional ambulatorial a gestantes” é coordenado pela Faculdade de Nutrição e desenvolvido no ambulatório de Nutrição Clínica Materno Infantil, localizado no serviço de Pediatria da FAMED/UFPel. O

público atendido são gestantes do pré-natal de alto risco encaminhadas pelo serviço de Ginecologia (FAMED/UFPel) e Secretaria Municipal de Saúde de Pelotas. Os atendimentos são realizados semanalmente por acadêmicos do curso de Nutrição com supervisão de nutricionistas técnicas e docentes.

Nas consultas com a equipe de Nutrição são avaliados aspectos gerais da história clínica e obstétrica atual e pregressa, avaliação antropométrica, hábitos alimentares e desconfortos gastrointestinais. A idade gestacional (IG) é calculada a partir da data da ultrassonografia e sua IG correspondente, na ausência desta informação, a DUM foi utilizada. Os trimestres gestacionais foram divididos em: primeiro trimestre (1<sup>a</sup> a 13<sup>a</sup> semana), segundo (14<sup>a</sup> a 27<sup>a</sup>) e terceiro (a partir da 28<sup>a</sup> semana) (Brasil, 2020).

O IMC pré-gestacional é calculado com base no peso pré-gestacional (em Kg) relatado ou aferido até a 13<sup>a</sup> semana de gestação, com classificação nas seguintes categorias ( $\text{Kg}/\text{m}^2$ ): baixo peso ( $<18,5$ ), eutrofia ( $\geq 18,5$  e  $<25$ ), sobrepeso ( $\geq 25$  a  $<30$ ) e obesidade ( $\geq 30$ ) (Brasil, 2022).

Com base na avaliação do estado nutricional pré-gestacional e do ganho de peso gestacional no momento da consulta são fornecidas orientações nutricionais e estabelecidas metas específicas. O agendamento das consultas de acompanhamento é realizado de acordo com o estado nutricional e as necessidades da gestante.

Para o presente trabalho, as características socioeconômicas foram sumarizadas de acordo com a idade (<20, 20 a 35, 36 anos ou mais), cor da pele (branca, parda ou preta), tabagismo (nunca fumou, fumante, ex-fumante), paridade (nulípara, primípara, multípara) e o motivo do encaminhamento ao Serviço de Nutrição.

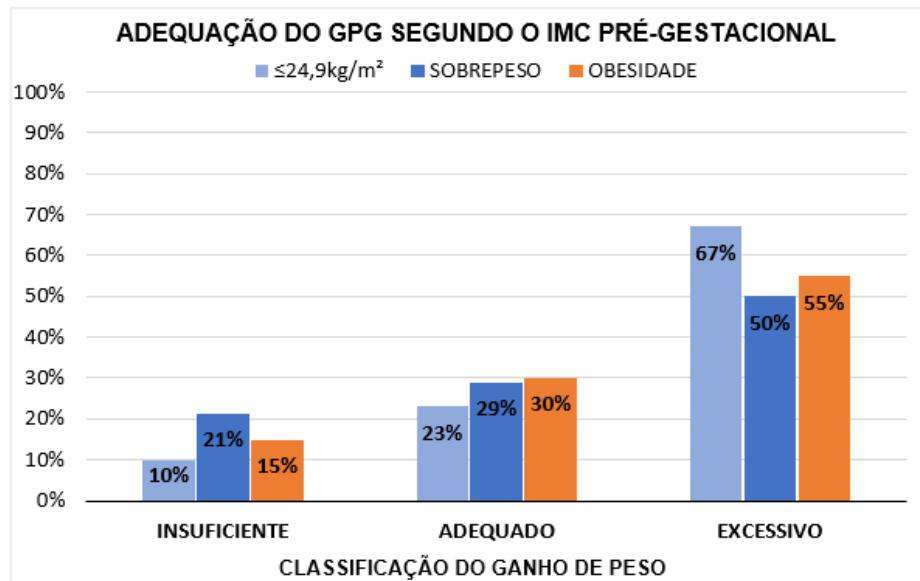
### 3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Foram avaliadas 115 gestantes entre fevereiro de 2022 e dezembro de 2023. A maioria das participantes tinha entre 20 e 35 anos (70%) e de cor da pele branca (72%) e 7,9% eram fumantes. Em relação ao motivo de encaminhamento ao Serviço de Nutrição, o principal foi o DMG, responsável por 65% dos casos.

A maioria das mulheres iniciaram a gestação com desvio no estado nutricional pré-gestacional, sendo 2,7% baixo peso, 29,5% sobrepeso e 57,1% obesas.

Quanto ao atendimento nutricional, a maioria (61%) das gestantes iniciam o acompanhamento no segundo trimestre. Apenas 10% das gestantes foram encaminhadas no primeiro trimestre. Esses números são preocupantes, já que as gestantes chegam ao ambulatório apresentando um excesso de ganho de peso, visto ser este um fato de risco para complicações a saúde da mulher na gestação e no pós-parto.

Quanto à avaliação da adequação do ganho de peso gestacional segundo o IMC pré-gestacional (Figura 1), observa-se que a maioria (67%) das gestantes que apresentaram ganho de peso excessivo estavam classificadas com baixo peso e eutrofia ao início da gestação. Isso pode estar relacionado à despreocupação com a manutenção do peso durante a gravidez induzindo ao aumento do consumo alimentar e ideias errôneas de desejo (Coutinho et al., 2022).



**Figura 1.** Adequação do ganho de peso gestacional (GPG) segundo IMC pré-gestacional e peso da última consulta de pré-natal.

#### 4. CONSIDERAÇÕES

Adequação do ganho de peso gestacional é um fator fundamental para saúde da diáde mãe-bebê, e o ganho de peso excessivo está associado a um risco aumentado de desenvolvimento de condições de risco à gestação e momento do parto (Surita et al., 2023). A entrada tardia no acompanhamento nutricional pode dificultar a capacidade de intervenção, comprometendo a promoção da saúde e ganho de peso adequado. Dessa forma, ressalta-se a necessidade da atenção precoce e contínua durante toda a gestação, visando diminuir os riscos associados ao excesso de peso.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. (2013). Atenção ao pré-natal de baixo risco. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao\\_pre\\_natal\\_baixo\\_risco.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_pre_natal_baixo_risco.pdf)
- BRASIL. (2020). Manual de apoio Visitas domiciliares às gestantes. Ministério da cidadania. Secretaria especial do desenvolvimento especial. Disponível em: <http://mds.gov.br/webarquivos/cidadania/SNAPI%20-%20Crian%C3%A7a%20Feliz/Manual%20da%20Gestante.pdf>.
- CARRILHO, T. R. B. et al. Gestational weight gain according to the Brazilian charts and its association with maternal and infant adverse outcomes. *The American Journal of Clinical Nutrition*, v. 117, n. 2, p. 414–425, 1 fev. 2023.
- COUTINHO, M.A. et al. A imagem corporal e a preocupação com ganho de peso de gestantes adolescentes em um município do estado do Maranhão. *Brazilian Journal of Health Review*, V. 5, n. 4, p. 12906-17, jul 2022.

MUSTAFA, H. J. et al. Gestational weight gain below instead of within the guidelines per class of maternal obesity: a systematic review and meta-analysis of obstetrical and neonatal outcomes. *American journal of obstetrics & gynecology MFM*, v. 4, n. 5, p. 100682, set. 2022.

PINHEIRO, L. G. V. et al. Obesidade, gestação e complicações maternas e neonatais: uma revisão sistemática: Obesidade, gestação e complicações maternas e neonatais. *Scientific Electronic Archives*, v. 16, n. 4, 30 mar. 2023.

ROCHA, A. L. M. DA et al. A relação da alimentação da gestante e a influência no desenvolvimento do bebê. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 12, p. e131121244065, 2023.

SBD. Diabetes gestacional exige cuidados. 15 agosto 2022. Acessado em: 6 de set. 2024. Online. Disponível em: <<https://diabetes.org.br/diabetes-gestacional-exige-cuidados/>>.

Surita FG, Souza RT, Carrilho TR, Hsu LP, Mattar R, Kac G. Orientações sobre como monitorar o ganho de peso gestacional durante o pré-natal. *FEMINA* 2023;51(2):70-6.