



CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO

NÚCLEO DE SAÚDE

CURSO DE NUTRIÇÃO

**CONSUMO DE INDUSTRIALIZADOS NA GESTAÇÃO E
REPERCUSSÕES CLÍNICAS**

CLEISLA BORGES CRUZ

HELENA REGINA BRITO LOPES DA ROCHA

MARIA VICTÓRIA SILVA TELLES

RECIFE-PE

NOVEMBRO, 2022



CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO

NÚCLEO DE SAÚDE

CURSO DE NUTRIÇÃO

**CONSUMO DE INDUSTRIALIZADOS NA GESTAÇÃO E
REPERCUSSÕES CLÍNICAS**

CLEISLA BORGES CRUZ

HELENA REGINA BRITO LOPES DA ROCHA

MARIA VICTÓRIA SILVA TELLES

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial, para conclusão do curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário Brasileiro, sob a orientação da professora Mestra Crislaine Gonçalves.

RECIFE-PE

NOVEMBRO, 2022

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 1745.

C957c Cruz, Cleisla Borges
Consumo de industrializados na gestação e repercussões clínicas. /
Cleisla Borges Cruz, Helena Regina Brito Lopes da Rocha, Maria Victória
Silva Telles. Recife: O Autor, 2022.

25 p.

Orientador(a): Prof. Me. Crislaine Gonçalves.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – Unibra. Bacharelado em Nutrição, 2022.

Inclui Referências.

1. Alimentos ultraprocessados. 2. Consumo alimentar. 3. Alimentação na
Gravidez. I. Rocha, Helena Brito Lopes da. II. Telles, Maria Victória Silva.
III. Centro Universitário Brasileiro - Unibra. IV. Título.

CDU: 612.39

Dedicamos esse trabalho aos nossos pais.

AGRADECIMENTOS

Aos nossos pais pelo investimento e acreditar na nossa educação, e por incentivar a ir sempre mais longe.

Aos nossos professores pela inspiração e motivação para fazer mais e melhor sempre, por compartilharem seus conhecimentos da melhor forma possível.

Aos nossos amigos por estarem conosco sempre, aguentando nossas reclamações e pela paciência que tiveram nessa jornada.

À nossa Orientadora Crislaine Gonçalves pelos conselhos, paciência e disponibilidade para que esse trabalho fosse realizado da melhor forma possível.

À Coordenação do Curso de Nutrição.

E a todos que contribuíram para o sucesso da conclusão de mais uma etapa da nossa formação acadêmica.

A todos, um enorme e sentido Obrigado !

“A tarefa não é tanto ver aquilo que ninguém viu, mas pensar o que ninguém ainda pensou sobre aquilo que todo mundo vê .”

(Arthur Schopenhauer)

RESUMO

Alguns estudos têm constatado que uma nutrição adequada no decorrer da gestação é essencial para a precaução de resultados gestacionais negativos, como no período gestacional, ocorrem mudanças fisiológicas e o crescimento fetal, se tem uma demanda maior por energia e nutrientes, se tornando evidente a necessidade do acompanhamento do estado nutricional e do consumo alimentar. Sendo assim o objetivo desse trabalho é de analisar como o consumo de industrializados afeta a saúde da gestante e no desenvolvimento fetal. Esse estudo é uma revisão bibliográfica na base de dados BVS (Biblioteca virtual em Saúde), onde foram pesquisados 70 artigos e sendo utilizados 23 após a leitura, aplicando um critério de acordo com os assuntos relevantes para o trabalho relacionado. Os artigos selecionados estão entre período de 2014 a 2022. Os resultados obtidos foi de que a alimentação mundial das gestantes não responde às necessidades nutricionais e que o consumo de Produtos ultraprocessados colaborou para a inadequação nutricional da dieta, sendo esses alimentos os responsáveis nos indicadores nutricionais associados ao aumento do risco do desenvolvimento de DCNT. Podendo-se concluir que a alimentação das gestantes não responde às necessidades nutricionais e que o consumo dos alimentos ultraprocessados colaboram para uma dieta não balanceada.

Palavras-chave: Alimentos Ultraprocessados, Consumo alimentar, Alimentação na Gravidez.

ABSTRACT

Some studies have found that adequate nutrition during pregnancy is essential to prevent negative gestational outcomes, such as during the gestational period, physiological changes and fetal growth occur, there is a greater demand for energy and nutrients, making the need evident. monitoring nutritional status and food consumption. Therefore, the objective of this work is to analyze how the consumption of industrialized products affects the health of the pregnant woman and fetal development. This study is a bibliographic review in the BVS (Virtual Health Library) database, where 70 articles were searched and after reading 23 were used, using the criterion according to the relevant subjects for the related work. The selected articles are between the period from 2014 to 2022. The results obtained were that the world's diet of pregnant women does not respond to nutritional needs and that the consumption of ultra-processed products contributed to the nutritional inadequacy of the diet, and these foods are responsible for the nutritional indicators associated with increased risk of developing CNCs. It can be concluded that the diet of pregnant women does not respond to nutritional needs and that the consumption of ultra-processed foods contributes to an unbalanced diet.

Keywords: Ultra-processed foods, Eating, Prenatal Nutrition

LISTA DE ABREVIações E SIGLAS

AVC – Acidente Vascular Cerebral

DCNT – Doenças Crônicas não Transmissíveis

DM2 – Diabetes Mellitus Tipo 2

DMG – Diabetes Mellitus Gestacional

GIG – Grande para Idade Gestacional

GPG – Ganho de peso gestacional

HAS – Hipertensão Arterial Sistêmica

LILACS – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

MEDLINE – Literatura Internacional em Ciências da Saúde

MPFC – Industriais e minimamente processados e ingredientes culinários

OMS – Organização Mundial de Saúde

PAHO – Acervo da Biblioteca da Organização Pan-Americana da Saúde

PE – Pré- eclâmpcia

PIG – Pequeno para a Idade Gestacional

PUP – Produtos Ultraprocessados

SCIELO – Scientific Electronic Library Online

WHOLIS – Sistema de Informação da Biblioteca da OMS

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	08
2 REFERENCIAL TEORICO	09
2.1 Consumo alimentar de industrializados e o impacto na saúde	09
2.2 Impactos dos Ultraprocessados durante a gestação	10
3 DELINEAMENTO METODOLOGICO	13
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES	13
5 CONCLUSÃO	18
REFERÊNCIAS	19

1. INTRODUÇÃO

As alterações nos padrões alimentares e nutricionais realizadas nas últimas décadas são caracterizadas pela diminuição da ingestão de frutas, hortaliças, cereais e leguminosas e crescimento de alimentos com alta densidade energética, ricos em açúcares, gorduras e sódio. Conseqüentemente, esse padrão representa risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e também representa uma importante ameaça no período gestacional, bem como para as condições de saúde no início da vida dos indivíduos (GRACILIANO; DA SILVEIRA; DE OLIVEIRA, 2021).

Estudos têm constatado que uma nutrição adequada no decorrer da gestação é essencial para a precaução de resultados gestacional negativos. A disponibilidade de informações sobre a ingestão alimentar de gestantes ainda é falho, especialmente pressupondo a adesão às recomendações do guia alimentar para a população brasileira. Sobretudo, a supervisão do estado nutricional e do padrão alimentar de gestantes tem sido reconhecido como uma estratégia preferencial para o progresso da saúde materno- infantil (ARAÚJO et. al.,2021).

A classificação nova, citada no Guia Alimentar para População Brasileira (BRASIL, 2014) faz a especificação dos alimentos em quatro grupos, sendo de acordo com a extensão e os tipos de processamentos em que são expostos, o primeiro grupo inclui alimentos in natura ou minimamente, o segundo grupo é sobre ingredientes culinários processados, que podem ser integrantes nas preparações culinárias, o terceiro grupo é formado por alimentos processados, o quarto grupo é formado por alimentos ultraprocessados, no qual são incluídos refrigerantes, biscoitos, sorvetes, achocolatados, maionese e macarrão instantâneo (ARAÚJO et. al.,2021).

Alimentos ultraprocessados são formulações industriais de substâncias derivadas de alimentos que contêm pouco ou nenhum alimento inteiro e frequentemente são adicionadas de aromatizantes, corantes, emulsificantes e outros aditivos com função cosmética. Séries temporais sobre a venda de alimentos ultraprocessados em 80 países indicam aumentos anuais substanciais no consumo global desses produtos, sobretudo em países de regiões economicamente menos desenvolvidas (COSTA *et al*, 2021).

Como no período gestacional, as mudanças fisiológicas e o crescimento fetal aumentam a demanda por energia e nutrientes, se torna evidente a necessidade do acompanhamento do estado nutricional e do consumo alimentar (RUIZ et al., 2022), assim os hábitos e as opções saudáveis, além de diminuir os riscos gestacionais, aumentam a qualidade de desenvolvimento do feto e do estado nutricional materno. Por isso a importância das gestantes priorizarem os alimentos naturais, diminuírem o consumo de processados e evitarem os industrializados (FERNANDES,2019).

Além de influenciar os resultados maternos e neonatais, a nutrição materna não balanceada pode, também, desenvolver um ambiente intrauterino prejudicial, que por sua vez está relacionado com aumento da incidência de doenças cardiovasculares, DM2 , obesidade e hipertensão arterial sistêmica (HAS) na prole (BECKER et al.,2020). Com isso, o presente estudo tem como objetivo avaliar as mudanças fisiológicas que o consumo de alimentos ultraprocessados traz para a gestação, incluindo a mãe e o desenvolvimento fetal.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Consumo alimentar de industrializados e o impacto na saúde

Se tem evidências que a transição nutricional da população esteja principalmente relacionada ao sedentarismo, aumento do consumo de calorias e produtos ultraprocessados (PUP). As mudanças no padrão da dieta são marcadas pelo excesso no consumo calórico, associado à elevada ingestão de macronutrientes (carboidratos, proteínas e lipídeos) e consequente deficiência de micronutrientes (vitaminas e minerais). Essas mudanças ocorridas nos padrões de consumo da população têm sido definidas como transição alimentar (REINHEIMER, 2014).

No Brasil, no período de 1987–1988 e 2008–2009, notou-se uma certa estabilidade e baixos níveis de compras de frutas e hortaliças. Em 2008, a participação desses alimentos juntos na alimentação representou 2,9% do total de calorias, sendo 2,2% para as frutas e 0,7% para as hortaliças. No entanto, nesse mesmo período, houve destaque na diminuição da participação de alimentos in natura na alimentação da população brasileira e coincidentemente um ao aumento

expressivo no consumo de alimentos ultraprocessados, provocando assim uma redução da qualidade global da alimentação no país (CANELLA *et al*, 2018).

Estudos feitos com a população de vários países, entre eles o Brasil, mostram que o consumo de alimentos ultraprocessados está associado a dietas com maior densidade energética, com mais açúcar e gorduras não saudáveis e com menor teor de fibra, proteína, vitaminas e minerais e, sendo assim, são dietas que aumentam o risco de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (COSTA *et al*, 2021).

Conforme com a Organização Mundial da Saúde (OMS), as DCNT foram responsáveis por 68% das 56 milhões de mortes em todo o mundo no ano de 2012, tratando de que mais de 40% foram mortes de indivíduos com menos de 70 anos de idade. Com a falta de uma alimentação saudável e a privação de atividade física, além do álcool e fumo, essas são as principais causas das DCTN e contribuem para o atual cenário mundial de grande prevalência dessas doenças e suas complicações (MARTINS;FARIA, 2018).

A OMS caracteriza como DCNT as doenças cerebrovasculares, cardiovasculares, diabetes mellitus, doenças respiratórias obstrutivas, asma e neoplasias, que compartilham diversos fatores de risco. Incluindo também no rol das condições crônicas os transtornos mentais, as doenças neurológicas, bucais, ósseas e articulares, oculares e auditivas, a osteoporose e as desordens genéticas. São doenças que apresentam longos períodos de latência e curso demorado, o que faz com que seja um grande desafio para a saúde pública (FILHA; JUNIOR; DAMACENA; SZWARCOWALD, 2015).

A ingestão dos ultraprocessados tem um impacto negativo no teor de micronutrientes de uma dieta, deixando-a deficiente no fornecimento de ferro, zinco e vitamina A, nutrientes cujas falta deles no organismo causa os problemas nutricionais que mais afetam crianças e gestantes (ARAÚJO *et al.*, 2021), já que a gestação é um período do ciclo reprodutivo feminino em que se faz necessária uma alimentação nutricionalmente balanceada, com a finalidade de contribuir para o bom desenvolvimento da gravidez e crescimento fetal (FIALHO, 2021) e assim evitar um atraso no crescimento e na evolução infantil, além de aumento da mortalidade fetal e materna (ARAÚJO *et al.*, 2021).

2.2 Consumo alimentar durante a gestação

A gestação é um período marcado por diversas alterações fisiológicas, metabólicas e nutricionais no corpo da mulher, preparando-o para o desenvolvimento e crescimento do feto. É nesse momento que as necessidades energéticas aumentam significativamente, como por exemplo a demanda por carboidratos, proteínas e lipídeos, além de alguns micronutrientes essenciais no período da gravidez (CAMPOS *et al*, 2020).

Tanto a mãe quanto o feto podem encarar riscos de saúde, por isso, os costumes alimentares das gestantes, quando inapropriados, desenvolvem o fator de risco para a gestação e possuem forte influências no final da gestação e nas características clínicas do recém-nascido. Desta forma, é necessário que a futura mãe tenha conhecimento de seu estado nutricional, pré-gestacional, de sua ingestão alimentar e, principalmente, da qualidade dos alimentos que consome (FERNANDES, 2019).

Nesse aspecto, as modificações da gestação são constituídas especialmente ao aumento das demandas de alguns micronutrientes como ferro, ácido fólico e zinco, e no aumento das necessidades energéticas que variam em função do estado nutricional pré-gestacional. Entretanto, refere-se de um período primordial para a promoção e manutenção de uma alimentação adequada e saudável, uma vez que impactará diretamente na saúde do binômio mãe/filho (GRACILIANO; DA SILVEIRA; DE OLIVEIRA, 2021).

Estudos demonstraram que uma nutrição adequada no período gestacional é fundamental para a prevenção de carência gestacionais negativas. De outra forma, o consumo de ultraprocessados está associado à obesidade materna, aumento de ganho de peso gestacional e da gordura corporal neonatal que podem elevar o risco para o parto cesário, macrossomia fetal e nascimento de recém nascidos grandes para idade gestacional (GIG) (GRACILIANO; DA SILVEIRA; DE OLIVEIRA, 2021).

Essa ingestão indevida de nutrientes durante a gestação pode aumentar a prevalência das DCNT, como por exemplo a hipertensão arterial crônica, a diabetes materna e a obesidade materna que é um dos principais fatores de risco para as

DCNT, visto que afeta o crescimento e o desenvolvimento placentário, embrionário e fetal (MARIANO, 2022).

As mulheres que dão início a gravidez com excesso de peso apresentam risco aumentado para complicações, cuja são semelhantes àquelas que iniciam com baixo peso, possuindo desfechos desfavoráveis, a ligação entre os fatores alimentares e o desenvolvimento de doenças ou complicações durante a gravidez estão bem estabelecidas. A avaliação no consumo alimentar de gestantes é necessária para identificar distúrbios nutricionais e metabólicos, tendo em vista uma ingestão alimentar adequada (SILVA et al., 2021).

A hipertensão na gestação, é apontada a maior causa de morte materna no país, atingindo em torno de 35% dos óbitos. Notando que a hipertensão arterial na gestação afeta não só a mãe, mas também o bebê, que pode sofrer sequelas, a HA está presente em 7,5% das gestações, sendo 2,3% pré-eclâmpsia (PE) e 0,5% de PE sobreposta (SILVA; ALVES; CONFESSOR, 2017).

As desordens maternas mais frequentes causadas pela hipertensão são descolamento prematuro da placenta, coagulopatia/ Síndrome HELLP, edema pulmonar/ aspiração, insuficiência renal aguda, eclâmpsia, insuficiência hepática ou hemorragia, AVC, morte, morbidade cardiovascular em longo prazo. Já os problemas neonatais mais frequentes são a prematuridade, restrição de crescimento fetal, hipóxia com lesão neurológica, morte perinatal, morbidade cardiovascular em longo prazo associada ao baixo peso ao nascer (SILVA; ALVES; CONFESSOR, 2017).

Enquanto a diabetes gestacional, assim como os outros tipos de diabetes, ela pode oferecer complicações, tanto em menor prazo quanto em maior prazo. As grávidas portadoras de diabetes melittus gestacional (DMG) são taxadas como grávidas de risco, pois a DMG constitui altos índices de morbidade, além de proporcionar maiores oportunidades para intolerância à glicose, o que pode causar mais riscos de apresentarem DM2 após a gravidez. A dieta alimentar para as mulheres com DMG precisa compreender seis a sete refeições diárias, sendo três principais refeições, cerca de dois a três lanches e um antes de deitar, ela precisa ofertar calorias e nutrientes o suficiente para as necessidades da gestação (PAIXÃO; ZORZAL, 2020).

Sendo importante lembrar que durante a gestação, além das alterações fisiológicas que podem refletir nas escolhas alimentares, a mulher está exposta a novos aspectos, saberes ou crenças, sejam eles familiares, culturais, biomédicos ou de outra fonte, mas que são incluídos no comportamento, escolhas e hábitos alimentares. Ou seja, é válido presumir hábitos alimentares com algumas diferenças quando as mulheres estão gestantes, relacionadas a quando não estão (GOMES, *et al*, 2017).

Deste modo, o monitoramento nutricional pode ser visto como fator positivo na prevenção da morbidade e da mortalidade das gestantes, com melhora dos desfechos na saúde materno-infantil e no pós-parto, promovendo um bom prognóstico nos primeiros anos de vida na saúde da criança e para a mulher, na promoção de sua saúde (GOMES, *et al*, 2017).

3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Trata-se de uma revisão Bibliográfica na base de dados BVS (Biblioteca virtual em Saúde) que inclui LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), MEDLINE (Literatura Internacional em Ciências da Saúde), (PAHO - Acervo da Biblioteca da Organização Pan-Americana da Saúde), (WHOLIS - Sistema de Informação da Biblioteca da OMS), SciELO (Scientific Electronic Library Online), sendo utilizadas as seguintes palavras chaves como estratégias de busca: “Alimentos Ultraprocessados”, “Consumo alimentar”, “Alimentação na Gravidez”.

As buscas foram feitas de publicações na língua portuguesa e inglesa, onde foram pesquisados 70 artigos e sendo utilizados 23 em todo o trabalho após a leitura, aplicando um critério de acordo com os assuntos relevantes para o trabalho relacionado. Os artigos selecionados estão entre período de 2014 a 2022.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Quadro 1 – Estudos realizados através de pesquisas relacionadas ao tema.

Autor/Ano	População	Objetivos	Resumo dos principais achados	Conclusão
MARIANO, <i>et. al.</i> 2022	Seres Humanos	Avaliar o consumo de alimentos ultraprocessados pelas gestantes brasileiras e sua relação com a qualidade nutricional da dieta, buscando descrever a associação do consumo desses alimentos para o risco de desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) e carências nutricionais.	O consumo alimentar global teve elevada prevalência de ingestão insuficiente de todos os nutrientes de risco para carência nutricional avaliados: ferro, ácido fólico, zinco, cálcio e vitamina A. Foi evidenciado o impacto negativo do consumo de alimentos ultraprocessados na qualidade nutricional da dieta.	Os resultados do presente estudo reforçam a importância da inclusão, na assistência pré-natal, de medidas que visem à promoção de uma dieta de qualidade, como o incentivo à redução do consumo dos alimentos ultraprocessados.

LOBO, <i>et. al.</i> 2019	Seres Humanos	Caracterizar o padrão alimentar gestacional materno e avaliar suas associações com GPG e estado nutricional do recém-nascido.	Foram derivados quatro padrões alimentares “padrão 1”, caracterizado pelo consumo de carnes e ovos, embutidos, etc. “padrão 2”, composto por leites e derivados, doces, pães, etc. “padrão 3” que engloba embutidos, café e chá, carnes conservadas, gorduras ultraprocessadas, etc, e “padrão 4” caracterizado por bebidas açucaradas, tubérculos e macarrão instantâneo. Mães que tiveram maior aderência ao padrão 3 apresentaram mais chances de filhos com peso ao nascer inadequado. As mulheres que tiveram maior aderência ao padrão 2 apresentaram menores chances de Ganho de peso gestacional.	Os achados evidenciam a necessidade de políticas públicas de alimentação e nutrição voltadas para esta fase a fim de oportunizar melhores desfechos em saúde materno-infantil.
ARAÚJO <i>et. al.</i> , 2022	Seres Humanos	Caracterizar o consumo de alimentos quanto ao grau de processamento, por gestantes adultas, atendidas na atenção básica de Palmas, Tocantins	Observou-se para o grupo de gestantes estudadas que a ingestão de micronutrientes, em sua maior parte, foi oriunda de alimentos in natura ou minimamente processados, reforçando a importância da ingestão desses tipos de alimentos para uma dieta saudável, sobretudo na gestação.	Processados e ultraprocessados ainda figuram na dieta das gestantes, fornecendo percentuais expressivos da energia e dos carboidratos ingeridos, porém não ofertando quantidades razoáveis de ferro, cobalamina ou ácido fólico.

GRACILIANO; SILVEIRA; OLIVEIRA, 2021.	Seres Humanos	Objetivo de analisar o perfil nutricional da dieta de gestantes provenientes da atenção primária à saúde no Município de Maceió, Alagoas, com base na estrutura teórica da classificação NOVA	Observou-se relação direta entre a contribuição energética dos alimentos ultraprocessados (AUP) na dieta e o consumo energético total. Ainda, o aumento da participação de AUP implicou a redução estatisticamente significativa da ingestão de proteínas, fibras, magnésio, ferro, potássio, zinco, selênio, folato e vitaminas D e E, assim como o consumo de alimentos tradicionais, como arroz, feijão, raízes e tubérculos.	O trabalho fornece evidências de que a proporção de consumo de ultra processados determina a qualidade nutricional geral da dieta de gestantes atendidas pela rede básica de saúde e reforça a urgente necessidade de remodelação dos sistemas alimentares, para a adoção de melhores estratégias de educação alimentar e nutricional.
ROCHA, <i>et al.</i> , 2022	Seres Humanos	Avaliar a associação entre a dieta materna, segundo o grau de processamento do consumo alimentar, e o peso ao nascer para idade gestacional e sexo.	A análise do questionário de frequência do consumo alimentar das 300 mulheres indicou que a contribuição de alimentos in natura ou minimamente processados e ingredientes culinários foi de 54,0%, enquanto que os percentuais dos grupos de alimentos processados e ultra processados foram 2,0% e 44,0%, respectivamente.	O maior consumo de alimentos in natura ou minimamente processados e ingredientes culinários durante a gestação pode ser um fator de proteção contra a ocorrência de recém-nascidos grandes para a idade gestacional e o sexo quando comparado com mães classificadas no menor tercil de consumo.

De acordo com Mariano et. al. (2022), que realizaram um estudo sobre o consumo de alimentos ultraprocessados e o impacto sobre a qualidade nutricional da dieta das gestantes Brasileiras, a alimentação mundial das gestantes não responde às necessidades nutricionais e que o consumo de Produtos ultraprocessados colaborou para a inadequação nutricional da dieta, sendo esses alimentos os responsáveis nos indicadores nutricionais associados ao aumento do risco do desenvolvimento de DCNT e na ingestão de micronutrientes de risco para carências nutricionais no período gestacional. Também foi notado que o aumento de ultraprocessados favorece a diminuição da ingestão de nutrientes essenciais no

período gestacional (ferro, zinco, folato) e daqueles que previnem as Doenças Crônicas não Transmissíveis (fibra e potássio).

Para Araújo et. al., (2022) em relação a obesidade que é vista como uma DCNT, o Índice de massa corporal (IMC) pré-gestacional quanto o IMC atual alegaram para a eutrofia, em generalidade das gestantes. E que, a prevalência de mulheres com baixo peso ampliou em 13,3% e a de mulheres obesas em 3,4%, entre o período periconcepcional e o momento da avaliação na gravidez atual e que em sua maioria as gestantes estudadas (81,7%) apresentavam-se com ganho de peso inadequado, tencionando para o ganho de peso insuficiente (46,7%) ou excessivo (35%).

Já para Lobo et. al. (2019), que realizaram um estudo onde Quatro padrões alimentares maternos foram observados sendo caracterizado e associado ao ganho de peso gestacional e com o estado nutricional do recém- nascido, teve resultados que demonstraram um padrão alimentar predominantemente caracterizado por doces, salgadinhos e biscoitos diminuem as chances das mulheres indicarem Ganho de peso gestacional (GPG) inadequado (insuficiente), no qual um padrão alimentar composto principalmente por gorduras ultraprocessadas (molhos para saladas, margarina e maionese), café e chá elevam as chances de inadequação do peso ao nascer (baixo para a idade ou alto para a idade). Os padrões alimentares derivados no estudo apresentado têm características mistas (saudável e alimentos não saudáveis no mesmo grupo) e se aparentam a padrões identificados em outros estudos com gestantes mulheres e Ganho de peso gestacional.

Já para Rocha, et al. 2022 que elaboraram um estudo sobre a Associação entre o consumo materno na gravidez de acordo com o grau de processamento e peso ao nascer segundo a idade gestacional e sexo destacou que a dieta materna com maior consumo de Industriais e minimamente processados e ingredientes culinários (MPFC) durante o segundo e terceiro trimestre de gestação foi possivelmente protetora para a ocorrência de bebês grande para idade gestacional (GIG) entre os recém nascidos quando comparado ao primeiro tercil de consumo. Isso pode ser entendido como resultado do efeito protetor de uma dieta materna composta principalmente por vegetais, frutas, ovos, arroz e feijão, semelhante à dieta tradicional brasileira.

Além disso, também foi identificado que o consumo moderado à alto do grupo de alimentos ultraprocessados, pode aumentar as chances de parto de recém-nascidos pequenos para a idade gestacional (PIG) quando comparado ao tercil mais baixo de consumo (ROCHA, *et al.*, 2022). Em relação a renda e escolaridade, uma parte significativa das gestantes estudadas mostraram ensino médio completo e renda familiar bruta de até 2 salários mínimos, ainda que a escolaridade e renda não terem se consorciado significativamente a nenhum consumo de nutrientes provenientes de processados e ultraprocessados, acredita-se que a integração de alimentos in natura no cardápio das famílias aumenta de acordo com o grau de instrução e a renda per capita, o que decorre por influenciar a qualidade da dieta materna e, conseqüentemente, diminuir os riscos gestacionais (ARAÚJO, *et al.* 2022).

Mariano *et. al.* (2022), relataram também, pouca ingestão de todos os micronutrientes avaliados na dieta das gestantes. A desproporção de zinco foi de 50%, a de folato, cálcio e vitamina ficaram em torno de 80%, chegando a aproximadamente 100% para ferro. Araújo *et. al.*, (2022) também observou que a ingestão de micronutrientes de origem alimentar, apenas a cobalamina foi consumida de forma adequada por 3/4 da amostra, os demais micronutrientes estudados tiveram seu consumo inadequado por todas as participantes, chegando a conclusão de que é preocupante, visto que a ingestão desses micronutrientes nessa fase da vida é de grande importância.

Para Graciliano, Silveira e Oliveira, (2021), Alimentos ultraprocessados colaboraram com uma parcela expressiva do valor energético total da alimentação das gestantes chegando em cerca de 22,2% e que, o aumento deles na alimentação, há redução na qualidade nutricional da dieta e que outro achado do estudo deles fez referência ao menor consumo de alimentos tradicionais da dieta brasileira pelas gestantes, como arroz, feijão, raízes e tubérculos, na medida em que houve aumento da ingestão energética de produtos ultraprocessados, demonstrando o potencial efeito negativo que o consumo destes alimentos pode ter na cultura alimentar regional, o que pode ser somado ao conjunto de evidências que demonstram o perfil nutricional promotor de Doenças Crônicas não Transmissíveis dos alimentos ultraprocessados.

Lobo et. al. (2019) analisaram que o padrão alimentar mais rico em doces, salgadinhos e biscoitos não representa uma forma saudável de evitar ganho de peso gestacional (GPG) inadequado, características nutricionais e possíveis semelhanças com desfechos gestacionais negativos, como macrossomia fetal, diabetes gestacional e pré-eclâmpsia. A alimentação no decorrer da gravidez precisa ser equilibrada e saudável, para satisfazer de forma otimizada todas as necessidades nutricionais e energéticas e alcançar um GPG adequado. Desse modo, é fundamental seguir as recomendações do guia alimentar para a População Brasileira, que preconiza que uma alimentação saudável deve ser caracterizada por alimentos in natura ou minimamente processados.

5. CONCLUSÃO

Nesse estudo de revisão, os resultados mostraram que a alimentação das gestantes não responde às necessidades nutricionais e que o consumo dos alimentos ultraprocessados colabora para uma dieta não balanceada, podendo acarretar em Doenças crônicas não transmissíveis (como obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares, etc), ganho de peso gestacional inadequado, macrossomia fetal, diabetes gestacional, bebês grandes/pequenos para idade gestacional, baixa ingestão de micronutrientes como zinco, folato, cálcio, ferro, cobalamina.

E esses achados reforçam que uma alimentação composta por alimentos in natura e minimamente processados pode ter um efeito protetor de uma dieta materna conseguindo evitar essas doenças durante a gestação, sendo assim, se faz importante a presença de um nutricionista nesse período da gestação para assim trazer um melhor conhecimento sobre alimentação para a gestante, avaliar o consumo alimentar dela e fazer um planejamento alimentar adequado.

Por fim, é necessário novos estudos sobre este padrão alimentar durante a gestação, uma vez que seu consumo pode trazer prejuízos à saúde materna conforme demonstrado.

6. REFERÊNCIAS

ARAÚJO, J. S. C. C. *et al.* Consumo de processados e ultraprocessados por gestantes da atenção básica no tocantins. **Revista Ciência Plural**, Teresina- PI, v.8 n.1, p. 4, 25 out. 2021. Disponível em: <[Vista do CONSUMO DE PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS POR GESTANTES DA ATENÇÃO BÁSICA NO TOCANTINS \(ufrn.br\)](#)> Acesso em: 01 Nov. 2022.

BAIÃO M.R., DESLANDES S.F. Práticas alimentares na gravidez: um estudo com gestantes e puérperas de um complexo de favelas do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). **Ciência & Saúde Coletiva**, 15(Supl. 2):3199-3206, 2010, [S.L], Disponível em: [SciELO - Saúde Pública - Práticas alimentares na gravidez: um estudo com gestantes e puérperas de um complexo de favelas do Rio de Janeiro \(RJ, Brasil\) Práticas alimentares na gravidez: um estudo com gestantes e puérperas de um complexo de favelas do Rio de Janeiro \(RJ, Brasil\) \(scielosp.org\)](#) Acesso em: 16 Out. 2022.

BECKER C.P. *et al.* O consumo alimentar da gestante pode sofrer influência de sua condição clínica durante a gestação ?. **Rev. Bra. Saúde Materno Infantil**. Recife- PE, v.20, n. 2, p. 526, abr-jun., 2020. Disponível em: < [Can the pregnant womans food intake be influenced by her clinical condition during pregnancy? | Rev. Bras. Saúde Mater. Infant. \(Online\);20\(2\): 515-524, Apr.-June 2020. tab | SES-SP | LILACS | SES-SP \(bvsaud.org\)](#)> Acesso em : 30 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília-DF, [s. n.], 2014. Disponível em: [Guia alimentar para a população brasileira \(saude.gov.br\)](#) Acesso em: 03 out. 2022.

CAMPUS L.S.A., *et al.* Consumo de Processados e ultraprocessados por gestantes de um município do tocantins. **Enciclopédia Biosfera, Centro Científico Conhecer** - Jandaia-GO, v.17 n.31; p. 53 2020 Disponível em: [consumo de.pdf \(conhecer.org.br\)](#) Acesso em: 16 out. 2022.

CANELLA D.S., *et al.*, Consumo de hortaliças e sua relação com os alimentos ultraprocessados no Brasil. **Rev Saude Publica**. 2018;52:50, [S.L]. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/S1518-8787.2018052000111> Acesso em: 16 out. 2002.

COSTA C.S., *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e associação com fatores sociodemográficos na população adulta das 27 capitais brasileiras (2019). **Rev Saude Publica**. 2021;55:47, [S.L], Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055002833> Acesso em: 16 out. 2022.

FERNANDES D. C. *et al.* Relação entre o estado nutricional pré-gestacional e o tipo de processamento de alimentos consumidos por gestantes de alto risco. **Rev. Bras. Saúde Materno Infantil**. Recife- PE, v.19, n.2, p.364, abr-jun., 2019. Disponível em : <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/PX8PzyKMWPPHY9d9VJzrg7g/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 27 mar. 2022.

FIALHO F.S.M.B. **Consumo de alimentos ultraprocessados durante a gestação: uma revisão sistemática**. 2022, Orientadora: Vivian Luft. Coorientadora: Roberta Sarmiento. Trabalho de conclusão de curso (especialização)- Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Hospital das clínicas de Porto Alegre, Residência

Multiprofissional em saúde- Especialização em atenção materno infantil, 2022. Disponível em: [001136805.pdf \(ufrgs.br\)](https://doi.org/10.1590/136805.pdf) Acesso em: 16 Out. 2022.

FILHA M.M.T, JUNIOR P.R.B.S, DAMACENA G.N, SZWARCOWALD C.L. Prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e associação com autoavaliação de saúde: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Rev. Bras. Epidemiologia**, Dez. 2015; 18 2: p. 83-96. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-5497201500060008> Acesso em: 01 Nov. 2022.

GOMES C.B., *et al.* Hábitos alimentares das gestantes brasileiras: revisão integrativa da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, 24(6):2293-2306, 2019, [S.L]. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018246.14702017> Acesso em: 16 Out. 2022.

GRACILIANO N. G., DA SILVEIRA J.A.C., DE OLIVEIRA A.C.M. Consumo de alimentos ultraprocessados reduz a qualidade global da dieta de gestantes. **Cadernos de Saúde Pública**, Maceió- AL, v.37,p.2 , 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00030120> Acesso em : 01 Nov. 2022.

LOBO C.V. **Padrão alimentar materno: caracterização e associação com ganho de peso gestacional e com o estado nutricional do recém-nascido**. Orientadora: Prof.^a Dra. Luana Caroline dos Santos. Dissertação para obtenção do título de Mestre em Nutrição e Saúde. Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, 2019. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/33313> Acesso em: 01 nov. 2022.

MARIANO K.R. **Consumo de alimentos Ultraprocessados e o impacto sobre a qualidade nutricional da dieta das gestantes Brasileiras**. Orientadora: Prof. Dr. Eduardo de Souza. Coorientadoras: Prof.^a Dra. Maria Laura da Costa Louzada Prof.^a Dra. Mary Uchiyama Nakamura. Dissertação para obtenção do título de Mestra em Ciências. Universidade Federal de São Paulo – Escola Paulista de Medicina, São Paulo, 2022. Disponível em: <https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/64688> Acesso em: 16 out. 2022.

MARTINS P.F.A., FARIA L.R.C. Alimentos ultraprocessados: uma questão de saúde pública. **Com. Ciências Saúde**, Distrito Federal, v. 29, p.15. 2018. Disponível em: [v29_supl_alimentos_ultraprocessados.pdf \(saude.gov.br\)](https://doi.org/10.1590/1413-81232018246.14702017) Acesso em: 03 Out. 2022.

MIRANDA C., SOUZA R.C.V., SANTOS L. C. Influência do Consumo de alimentos ultraprocessados durante a gestação nas medidas antropométricas do bebê, do nascimento ao primeiro ano de vida: uma revisão sistemática. **Rev. Bras. Saúde Materno Infantil**, Recife- PE, v.21, n. 1, p.28, jan-mar., 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-93042021000100002> Acesso em: 03 Out. 2022.

PAIXÃO C S.D., ZORZAL J.K. Diabetes mellitus gestacional: Uma visão geral. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 05, Ed. 10, Vol. 04, pp. 05-20. Outubro de 2020. ISSN: 2448- 0959 Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/diabetes-mellitus-gestacional> Acesso em: 16 Out. 2022.

QUINTANILHA K.E., MENEZES M.F.G. Desejos e aversões alimentares: a visão de gestantes usuárias do serviço de obstetrícia da Policlínica Piquet Carneiro. **Ceres: Nutrição & Saúde**, 2010; 5(2); 73-88. Rio de Janeiro. Disponível em: [Artigo2.pmd \(uerj.br\)](https://doi.org/10.1590/1413-81232018246.14702017) Acesso em: 16 Out. 2022.

REINHEIMER S.M. **Consumo de alimentos ultraprocessados em gestantes no sul do Brasil – Estudo do Comportamento e do Consumo Alimentar na Gestação (ECCAGe)**, 2014, p. 12. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2014. Disponível em: [Consumo de alimentos ultraprocessados em gestantes no sul do Brasil : estudo do comportamento e do consumo alimentar na gestação \(ECCAGe\) \(ufrgs.br\)](#) Acesso em: 17 Out. 2022.

ROCHA G.G. *et al.* Associação entre o consumo alimentar materno na gravidez de acordo com o grau de processamento e peso ao nascer segundo a idade gestacional e sexo. **Revista de Nutrição**. 2022; 35:e210197, [S.L]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/VYgDJf3Ym4z8hSz3rJ6NNwM/?format=pdf> Acesso em: 01 Nov. 2022.

RUIZ, A. M. P. *et al.* Consumo de alimentos saudáveis e produtos ultraprocessados: comparação entre gestantes e não gestantes, Vigitel 2018. **Rev. Bras. Saúde Materno Infantil**. Recife- PE, v.21, n. 2, p.522, abr-jun., 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-93042021000200009> Acesso em: 03 Out. 2022.

SILVA A.S., ALVES H.B., CONFESSOR M.V.A. **Hipertensão arterial na gestação: um problema de saúde pública mundial**. Anais II CONBRACIS. Campina Grande: Realize Editora, 2017. Disponível em: [HIPERTENSÃO ARTERIAL NA GESTAÇÃO: UM PROBLEMA DE SAÚDE PÚBLICA MUNDIAL | Plataforma Espaço Digital \(editorarealize.com.br\)](#) Acesso em: 16 Out.2022

SILVA T.V.N. *et al.* Consumo Alimentar de Gestantes de Alto Risco através de um índice de qualidade da dieta adaptado. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 3, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i3.13566. Disponível em: [View of Food consumption of high-risk pregnant women through an adapted diet quality index \(rsdjournal.org\)](#) Acesso em: 03 Out. 2022.