Nutrição

Avaliação do comer com atenção plena na gestação em diferentes pesos dos bebês ao nascer

Laura Falavinha Vieira Bresciani - 8 módulo de Nutrição, UFLA, iniciação científica voluntária.

Laudicéia Ferreira Fróis - Mestranda no Programa de Nutrição e Pós-Graduação em Saúde DNU, UFLA, bolsista CAPES.

Lílian Gonçalves Teixeira - Orientadora DNU, UFLA. - Orientador(a)

Resumo

No período gestacional, as mulheres se sentem mais motivadas a melhorarem seus comportamentos relacionados à saúde, incluindo a realização de mudanças nos hábitos alimentares. O objetivo desse estudo foi avaliar o comer com atenção plena no período pré-gestacional e em diferentes pesos ao nascer dos bebês de mulheres residentes em Lavras-MG. A pesquisa é parte de um projeto prospectivo, intitulado: “Avaliação do Estado Nutricional, Comportamento e Práticas Alimentares nas fases de Gestação, Amamentação e Introdução Alimentar” desenvolvido na Universidade Federal de Lavras (UFLA), aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da mesma instituição, sob o parecer 3.362.629. Esse estudo trata-se de um projeto de caráter longitudinal conduzido com 133 gestantes, com idade igual ou superior a 18 anos que realizaram atendimento pré-natal nas Estratégias de Saúde da Família – ESF’s e em consultórios particulares de ginecologistas no município de Lavras - MG, entre julho de 2019 e dezembro de 2020. Dados do período gestacional (comer com atenção plena) através do Mindful Eating Questionnaire (MEQ-28) avaliado foram coletados na sala de espera da consulta médica. Dados do período pós-parto (peso ao nascer do bebê) foram coletados, por telefone (devido ao isolamento decorrente da pandemia do COVID19), entre 3 e 4 meses após o nascimento da criança. O peso ao nascer foi categorizado de acordo com os tercis da amostra, para separação dos 3 grupos. Ao avaliar o comportamento alimentar, observa-se que os valores médios respectivamente de acordo com o 1º, 2º e 3º tercil do peso ao nascer da pontuação global do MEQ foram 2,65 (±0,34), 2,80 (±0,36), 2,62 (±0,34). Para os domínios do MEQ, as pontuações médias foram, respectivamente de acordo com o 1º, 2º e 3º tercil do peso ao nascer: Comer emocional 2,79 (±0,70), 3,16 (±0,62), 2,78 (±0,76), sendo maior no grupo 2º tercil ($p<0,05$) quando comparado aos outros dois grupos; Consciência Alimentar 2,59 (±0,66), 2,77 (±0,68), 2,66 (±0,79); Distração 2,91 (±0,66), 2,72 (±0,76), 2,62 (±0,77); Desinibição 2,78 (±0,71), 3,02 (±0,71), 2,86 (±0,59); Comer em resposta a sinais externos 2,15 (±0,83), 2,34 (±0,79), 2,18 (±0,76). Assim, foi observado que mulheres que comiam menos por fatores emocionais (maiores pontuações no domínio comer emocional) tiveram filhos com peso inclusos no 2º tercil do peso ao nascer.

Palavras-Chave: Gestação, Comportamento alimentar, Lactação.
Instituição de Fomento: CAPES

Link do pitch: https://youtu.be/bSlyPRQ90-8