Nutrição

ANÁLISE COMPARATIVA ENTRE A QUALIDADE DA DIETA DURANTE E APÓS A GESTAÇÃO: ESTUDO PROSPECTIVO REALIZADO COM MULHERES RESIDENTES DE LAVRAS-MG

Letícia Vitória Cunha Silva - 9º módulo de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/CNPq.

Débora Maria Bastos Silva - 9º módulo de Nutrição, UFLA.

Taynara Suelen de Paula - 9º módulo de Nutrição, UFLA.

Lahis Cristina Morais de Moura - Coorientador, DNU, UFLA.

Lilian Gonçalves Teixeira - Orientador, DNU, UFLA - Orientador(a)

Resumo

A manutenção de hábitos alimentares saudáveis nas fases da gestação e do pós-parto reflete positivamente na saúde da mãe e da criança, reduzindo as chances de ocorrer desfechos negativos nesses períodos. Por isso, é essencial investigar e acompanhar o consumo alimentar habitual das mulheres na gestação e no pós-parto. Trata-se de um estudo de caráter longitudinal e prospectivo que teve como objetivo avaliar a qualidade da alimentação de mulheres, residentes de Lavras-MG, durante o terceiro mês do pós-parto, por meio do Índice de Alimentação Saudável adaptado (IASad), e posteriormente, realizar a comparação entre os dados relacionados à alimentação desse período com a fase gestacional. O presente estudo utilizou dados da primeira e da segunda fase do projeto em andamento CAGesLact (Avaliação do Estado Nutricional, Comportamento e Práticas Alimentares nas fases da Gestação, Amamentação e Introdução Alimentar), que foram coletados, respectivamente, entre julho de 2019 a fevereiro de 2020, e entre março de 2020 a fevereiro de 2021. Os dados sociodemográficos, obstétricos, antropométricos e o consumo alimentar habitual referente à gestação foram coletados nas salas de espera das Estratégias de Saúde da Família (ESFs) e de consultórios particulares de obstetras de Lavras, enquanto as mulheres esperavam pela consulta de pré-natal. Na fase do pós-parto esses dados foram obtidos por meio de ligações telefônicas e formulários virtuais do Google Forms, devido ao isolamento decorrente da pandemia do Covid-19. O estudo contou com a participação de 104 mulheres. Ao analisar as pontuações do IASad, vemos que durante a gestação as mulheres avaliadas apresentaram um maior consumo de óleos e gorduras (8,61), açúcares e doces (4,71) e maior pontuação final do IASad (86,14). Já no terceiro mês do pós-parto, as mulheres consumiram uma maior variedade de alimentos (10,00) e maior quantidade de gordura total (9,52). Em ambos os momentos avaliados, gestação e pós-parto, notamos que há necessidade de melhorias na alimentação materna. A investigação do consumo alimentar nessas fases fornece conhecimentos que podem direcionar para elaboração de estratégias eficientes para o público-alvo deste estudo.

Palavras-Chave: Consumo alimentar, Gestação, Período pós-parto.
Instituição de Fomento: UFLA, FAPEMIG, CNPq, CAPES

Link do pitch: https://youtu.be/cTJ7MJAoE6A