

Consumo alimentar de gestantes assistidas em unidades básicas de saúde no município de Patos de Minas

Isadora Garcia Pires: Graduanda do 8º período do curso de Nutrição – UNIPAM
(e-mail: isadoragarciapires@gmail.com)

Danielle Raquel Gonçalves da Costa: Professor orientador – UNIPAM
(e-mail: danirgoncalves.nutri@gmail.com)

Resumo: Durante o curso gestacional, há aumento de necessidades nutricionais, em quantidades e variedades específicas para a saúde da gestante e do concepto. Sabendo disso, este trabalho teve como objetivo avaliar o consumo alimentar e estado nutricional de gestantes com idade entre 16 e 35 anos, assistidas em Unidades Básicas de Saúde do município de Patos de Minas. Para se atingirem os objetivos propostos, foi utilizado o recordatório alimentar de 24 h de três dias para quantificar e avaliar a ingestão dietética diária destas gestantes. As variáveis de peso e altura foram aferidas para classificação do estado nutricional, mediante o cálculo do IMC (kg/m^2). Ao final da coleta dos dados, foi encontrado que apenas 25% das gestantes apresentavam IMC adequado, o restante apresentava IMC de baixo peso (11%), de sobrepeso (32%) e de obesidade (32%). Além disso, a média de calorias diárias ingeridas pelas gestantes foi de 1372 kcal. As proteínas tiveram média de consumo de 61 g/dia; lipídeos com média de 50,4 g/dia e carboidratos com média de 168 g/dia. Quanto às fibras, a média foi de 10,8 g/dia, cálcio com média de 345 mg/dia e vitaminas A e D com média de 537 $\mu\text{g}/\text{dia}$ e 0,6 $\mu\text{g}/\text{dia}$, respectivamente. A partir dos resultados do presente estudo, segundo a recomendação das DRI (*Dietary reference intakes*), o consumo alimentar atual das gestantes está inadequado para o período. Esse comportamento pode trazer consequências prejudiciais à saúde da mãe e do concepto, como estado nutricional inadequado, o qual repercute desfavoravelmente no crescimento e no desenvolvimento da criança, em ciclos consecutivos de vida.

Palavras-chave: Hábito alimentar de gestantes. Nutrição na gestação. Peso gestacional.