

# COMPORTAMENTOS ALIMENTARES NO PERÍODO GESTACIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA

## EATING BEHAVIOR IN THE PREGNANCY PERIOD: INTEGRATIVE REVIEW

VERÔNICA DA SILVA DO NASCIMENTO<sup>1</sup>, ALDENIR SILVA MARTINS<sup>1</sup>, KENIA ANDREZZA NETO SILVA<sup>1</sup>, RADIJAMES DE JESUS SILVA RIBEIRO<sup>1</sup>, FERNANDA ITALIANO ALVES BENICIO SOUSA<sup>2</sup>, FRANCISCA BRUNA ARRUDA ARAGÃO<sup>3\*</sup>

1. Graduada (o)s em Enfermagem pela Universidade Ceuma - UNICEUMA, São Luís, MA; 2. Professora Mestra, Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Ceuma – UNICEUMA, São Luís, MA. 3. Professora Doutora, Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Ceuma – UNICEUMA, São Luís, MA.

\* Endereço: R. Anapurus, 1 - Renascença II, São Luís, Maranhão, Brasil. CEP: 65075-120. [aragao\\_bruna@hotmail.com](mailto:aragao_bruna@hotmail.com)

Recebido em 16/03/2023. Aceito para publicação em 20/03/2023

### RESUMO

O período gestacional é um evento importante e a alimentação desempenha um papel fundamental durante toda a gravidez. Nesse contexto torna-se necessária a ingestão de nutrientes em quantidades suficientes para garantir a saúde tanto materna quanto fetal. Assim, espera-se que sejam adotados comportamentos alimentares considerados saudáveis, já que a demanda nutricional aumenta com a gestação, buscando evitar desfechos indesejáveis. Desse modo, a enfermagem desempenha um papel importante na avaliação do estado nutricional da gestante fornecendo orientações e estimulando hábitos alimentares saudáveis neste ciclo. O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura, cujas buscas dos artigos foram realizadas no período de fevereiro de 2022 a setembro de 2022. O objetivo do estudo buscou analisar os comportamentos alimentares no período gestacional. Os resultados mostram que as práticas alimentares das gestantes estão atreladas ao contexto sociocultural e econômico que elas se inserem e ainda, o consumo de alimentos ultra processados favorece o ganho de peso gestacional. Por outro lado, uma dieta equilibrada orientada pelos profissionais de saúde faz-se importante no desfecho gestacional. Assim, a enfermagem contribui para adoção de uma alimentação equilibrada durante toda a gestação e consequentemente diminuição das complicações que decorrem de uma nutrição irregular nesse período.

**PALAVRAS-CHAVE:** Comportamento Alimentar; Cuidados de Enfermagem; e Gestantes.

### ABSTRACT

The gestational period is an important event and nutrition plays a key role throughout pregnancy. In this context, the ingestion of nutrients in sufficient quantities becomes necessary to ensure both maternal and fetal health. Thus, it is expected that they adopt eating behaviors considered healthy since the nutritional demand increases with pregnancy seeking to avoid undesirable outcomes. Thus, nursing plays an important role in the assessment of the nutritional status of pregnant women by providing guidance and encouraging healthy eating habits in this cycle. The present study is a literature review, whose searches for articles were conducted from February 2022 to September 2022. The objective of the

study was to analyze eating behaviors during pregnancy. The results show that the eating habits of pregnant women are linked to the sociocultural and economic context in which they live, and also that the consumption of highly processed foods favors gestational weight gain. On the other hand, a balanced diet oriented by health professionals is important for the gestational outcome. Thus, nursing contributes to the adoption of a balanced diet throughout pregnancy and consequently reduces the complications that result from irregular nutrition during this period.

**KEYWORDS:** Eating Behavior. Nursing Care. Pregnant Women.

### 1. INTRODUÇÃO

O período gestacional é um evento importante e as modificações que ocorrem durante essa fase desencadeiam transformações físicas, biológicas, psicológicas e emocionais. Nessa perspectiva, a alimentação desempenha um papel fundamental durante todo esse processo seja de maneira positiva, quando saudável, ou negativa trazendo complicações na gestação<sup>1</sup>.

Existem uma série de fatores que influenciam o desfecho da gravidez e dentre eles, a nutrição interfere diretamente para a saúde materno e infantil. Espera-se que as gestantes, durante este ciclo, adotem comportamentos alimentares mais saudáveis em razão do aumento das necessidades metabólicas para o binômio mãe-feto e que isto impacta diretamente para o resultado da gravidez. Desse modo, maus hábitos alimentares acarretam um maior risco e complicações durante o parto e para a própria saúde da mulher<sup>2</sup>.

No entanto, algumas condições podem interferir no sucesso de uma alimentação adequada durante a gravidez e consequentemente as gestantes apresentarão dificuldades em manter uma ingestão de nutrientes adequada. Assim, as condições econômicas, religião, escolaridade, estado civil, estilo de vida, bem como a falta de atividade física relacionam-se com possíveis desequilíbrios que podem surgir nesse período, como o ganho de peso excessivo, deficiência de ferro, diabetes gestacional e hipertensão arterial<sup>3</sup>.

Em contrapartida, a associação entre o consumo de proteínas, lipídeos, colesterol, cálcio, potássio, fósforo e ácidos graxos consumidos de maneira regular durante o ciclo gestacional influenciam diretamente para o peso adequado da mãe e do recém-nascido. Desta maneira, mulheres que mantêm ou adotam uma dieta equilibrada durante a gestação composta por legumes, frutas, peixes, carnes, saladas e cereais costumam ter menos intercorrências durante esse ciclo<sup>4</sup>.

As recomendações às gestantes, segundo guias alimentares para este público, é que durante toda a fase de gestação exista uma maior ingestão de alimentos que beneficiem mãe-feto. Por isso, há uma necessidade de avaliação nutricional durante toda a gestação<sup>5</sup>.

A avaliação nutricional deve ser feita durante toda a gravidez. Nesse contexto, surge a importância da enfermagem para orientar e direcionar o cuidado em relação a manutenção de uma alimentação saudável segundo as necessidades de cada mulher. Esse processo deve ser feito durante todo o pré-natal até o final da amamentação e durante as consultas os profissionais devem orientar e monitorar o estado nutricional das gestantes<sup>6</sup>.

Assim, as práticas alimentares adequadas durante o período gravídico são incentivadas, periodicamente, pelo enfermeiro que atende a gestante em todas as consultas fazendo o monitoramento do ganho de peso e orientações nutricionais. Para isso, são realizadas a verificação das medidas antropométricas bem como o Índice de Massa Corporal (IMC). Segundo os parâmetros do IMC, verifica-se quando o peso se encontra adequado, sobrepeso ou obesa já que, tanto o sobrepeso quanto obesidade representam riscos para o desenvolvimento de inúmeras morbidades culminando para o risco obstétrico<sup>7</sup>.

Portanto, o sucesso da gestação está estritamente ligado à condição nutricional impactando tanto na saúde fetal quanto na materna. Nesse cenário, faz-se necessária uma investigação acerca dos comportamentos alimentares no período da gestação. Portanto, a presente pesquisa visa contribuir para a realização de uma assistência mais eficaz à saúde.

Nessa perspectiva, o objetivo desse estudo foi analisar os comportamentos alimentares durante o período gestacional.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa trata-se de uma revisão integrativa da literatura, sendo esta uma abordagem metodológica que permite a compreensão completa de um fenômeno a ser analisado. Assim, seguiram-se etapas para cumprir os objetivos desta pesquisa, sendo: a identificação do tema; definição dos objetivos e critérios para inclusão e exclusão dos estudos a serem utilizados; realização da coleta de dados nas bases; análise de maneira crítica; interpretação dos resultados e a revisão do conteúdo<sup>8</sup>.

Fez-se o uso da estratégia PICO para formulação da seguinte pergunta norteadora: Quais são os comportamentos alimentares das mulheres durante o período gestacional? A estratégia "PICO" representa

um acrônimo para Paciente, Intervenção, Comparação e "Outcomes" (Desfecho). Assim, considerou-se P: gestantes; I: comportamento alimentar; C: não se aplicou; O: assistência de enfermagem nos comportamentos alimentares.<sup>9</sup>

A coleta de dados se deu no período de fevereiro de 2022 a setembro de 2022 e, para isso, foram utilizadas as bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Biblioteca Virtual em Salud Enfermería (BDENF-Enfermagem) cruzando-se as seguintes palavras-chaves presentes nos Descritores das Ciências da Saúde (DECS): Gestantes; Comportamento Alimentar e Cuidados de Enfermagem; utilizando-se para isso os operadores booleanos AND e OR.

Foram selecionados artigos seguindo os critérios de elegibilidade para compor a amostra final deste trabalho, sendo: artigos dos últimos 05 anos publicados no idioma português, inglês ou espanhol e que continham os descritores em saúde utilizados, bem como, responderam à pergunta norteadora da pesquisa.

Foram excluídos os artigos com mais de 05 anos de publicação, bem como os que não atendiam aos critérios de inclusão, já descritos. Assim, as publicações incluídas na pesquisa corresponderam a um total de 10 produções. Utilizou-se um fluxograma baseado no modelo PRISMA para identificação das bases de dados empegadas para a construção desta revisão.

A decisão do uso desses artigos, nesta revisão, deu-se a partir da leitura na íntegra dos estudos, selecionados segundo os critérios de inclusão e exclusão. Assim, foram avaliados criteriosamente pelos pesquisadores buscando responder à pergunta norteadora e os objetivos desta pesquisa por meio da análise do título e/ou resumo dos trabalhos encontrados.

Na análise dos artigos selecionados para compor essa revisão utilizou-se um instrumento para atender ao objetivo do estudo com a extração das seguintes informações: título do artigo, país e ano de publicação, autores, metodologia do estudo com seu nível de evidência segundo Pompeo *et al.* (2009)<sup>10</sup> e resultados. A proposta adotada foi criada por Stillwel *et al.* (2010)<sup>11</sup> para análise do delineamento da pesquisa e classificação dos níveis das evidências científicas dos artigos. Ressalta-se que por se tratar de uma revisão integrativa da literatura não foi necessária sua submissão ao comitê de Ética.

## 3. DESENVOLVIMENTO

As pesquisas nas bases de dados corresponderam um total de 1761 artigos, dos quais 1317 foram extraídos da MEDLINE, seguidos por 399 e 45 na LILACS e BDENF respectivamente. Após a inclusão dos critérios de elegibilidade restaram 10 estudos os quais após análise dos autores, foram organizados no Quadro 1 e constituíram a amostra desta revisão estando 01 disponível na Biblioteca Virtual em Salud

Enfermeria (BDENF-Enfermagem), enquanto na Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) apenas 05 artigos se encaixaram

com a temática, e 04 artigos na Literatura Latino-Americana e do caribe em Ciências da Saúde (LILACS) foram utilizados (Figura 1).

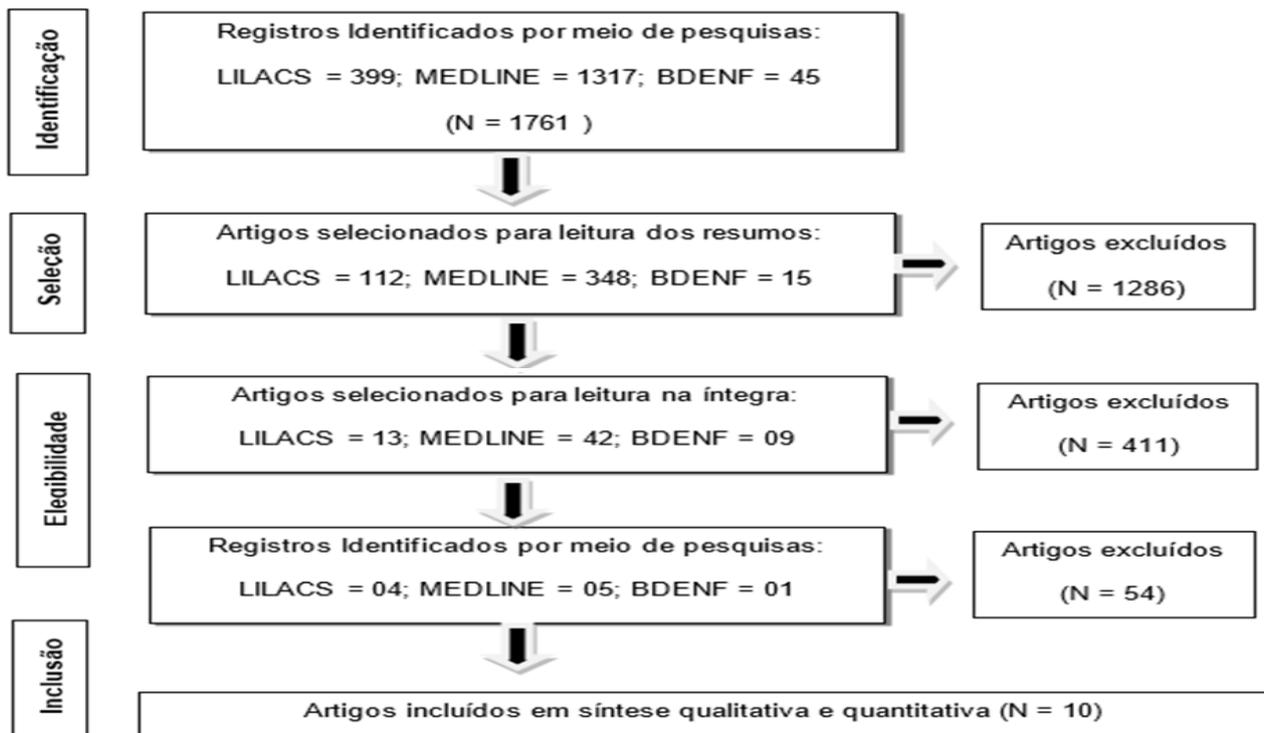


Figura 1. Fluxograma dos artigos selecionados para revisão. Fonte: Autores, 2023.

O Quadro 2 apresenta os estudos organizados segundo suas características quanto ao título do artigo, os autores, quanto ao ano e país de publicação, metodologia utilizada e seu nível de evidência e

resultados apresentando os principais achados; elencando o comportamento alimentar das gestantes bem como os fatores que influenciam ou não para a adoção de uma dieta equilibrada.

Quadro 2. Apresentação da amostra de acordo com as variáveis: Título do artigo, Autores, Ano e País de publicação, Metodologia e Nível de Evidência e Resultados.

Título do artigo	Autores	Ano e País	Metodologia Nível de evidência	Resultados
Relação entre hábitos alimentares, atividade física e tabaco e uso de álcool em gestantes: Desigualdades Sociodemográficas	Corrales-Gutierrez et al.	2022; Espanha.	Estudo descritivo, transversal; Nível VI.	As gestantes apresentaram um consumo de frutas (77%), vegetais (65,3%) e quase 90% delas consumiram leguminosas durante a gestação o que foi considerado razoável sendo essa ingestão de nutrientes entre 4 a 6 vezes por semana. No entanto, algumas também apresentaram comportamentos de riscos relacionados ao consumo de álcool e tabaco.
Ingestão de nutrientes por gestantes da Atenção básica no Tocantins	Coqueiro, Anjos e Pereira.	2022; Brazil.	O estudo descritivo, transversal; Nível VI.	Observou-se altos percentuais de inadequação da ingestão para todos os macros e micronutrientes estudados na população de gestantes. Para essas gestantes, o consumo de carboidratos, bem como o de proteínas e lipídeos foram considerados insuficientes. Em relação aos micronutrientes também foram evidenciados deficiências nutricionais.
Prática nutricional de gestantes na zona de Buno Bedele, Etiópia: um estudo transversal baseado na comunidade	Yismaw e Teklu.	2022; Etiópia	Estudo transversal baseado na comunidade; Nível VI	O estudo evidenciou que as práticas alimentares se correlacionam com nível de conhecimento das mulheres. Assim, aquelas que possuíam ensino médio completo ou nível superior desenvolvem um comportamento alimentar favorável para a gestação. A ingestão de nutrientes foi considerada adequada já que as participantes tinham um conhecimento acerca da dieta e consequentemente mais adesão às práticas alimentares saudáveis.
Os padrões	Miele et al.	2021;	Estudo exploratório;	No estudo foram apresentados os padrões alimentares mais encontrados,

alimentares de uma coorte multicêntrica de gestantes nulíparas brasileiras		Brasil.	Nível IV.	sendo: Obesogênico, derivados de alimentos ultra processados e grupos alimentares ricos em carboidratos, gorduras e açúcares; Tradicional, mais influenciado por alimentos naturais, minimamente processados, grupos de proteínas animais e feijões; O intermediário foi semelhante ao obesogênico, embora houvesse cargas menores; Vegetariano, que foi a única boa representação de frutas, hortaliças e laticínios; e Proteína, que melhor representou os grupos de proteínas (animal e vegetal).
Consumo de alimentos saudáveis e produtos ultraprocessados: comparação entre gestantes e não gestantes, Vigitel 2018	Ruiz et al.	2021; Brasil.	Estudo transversal de base populacional; Nível VI.	O estudo demonstra que em comparação com mulheres não grávidas as gestantes não diferiram em relação ao consumo de alimentos ultra processados sendo considerado alto a ingestão destes alimentos no período gestacional. Outrossim, o consumo de alimentos como hortaliças, leguminosas, oleaginosas, carnes, ovos e leite foi o mesmo comparado ao período anterior a gestação.
Ganho de peso gestacional excessivo no Sistema Único de Saúde	Monteschio et al.	2021; Brasil.	Estudo transversal; Nível VI.	O ganho de peso gestacional estava ligado àquelas mulheres que já apresentavam excesso de peso antes da gravidez e que a planejaram aumentaram a ingestão de alimentos industrializados após esta. Outro dado importante foi que aquelas que possuíam renda per capita menor que um salário mínimo, apresentaram menor chance de desfechos negativos.
Comportamento alimentar em um grupo de gestantes com excesso de peso em duas populações em Antioquia, Colômbia: estudo qualitativo	Martínez e Mesa	2021; Colômbia	Estudo qualitativo; Nível VI.	Os comportamentos alimentares das gestantes são condicionados alguns fatores que vão interferir na boa prática de sua dieta. São eles: o baixo nível socioeconômico que limita o acesso a uma dieta variada, a rede de apoio social, o estado de saúde em gestações anteriores ou na gravidez atual, as recomendações genéricas fornecidas pelos profissionais de saúde sobre alimentação e nutrição, e, por fim, o conhecimento dos participantes sobre alimentação e as implicações do excesso de peso materno na saúde materno-infantil.
Atenção nutricional e práticas Alimentares na perspectiva de gestantes com excesso de peso	Pires et al.	2020; Brasil.	Pesquisa de abordagem Qualitativa, fundamentada no paradigma interpretativista; Nível VI.	As gestantes justificam o consumo excessivo de alimentos fundamentadas nos fatores socioculturais e emocionais evidenciado nos discursos que de devem comer em dobro em decorrência da gestação recorrendo a hábitos alimentares desnecessários e não saudáveis como o de alimentos processados. No entanto, reconhecem a importância da prática alimentar adequada para a gestação.
O consumo alimentar da gestante pode sofrer influência de sua condição clínica durante a gestação?	Becker et al.	2020; Brazil.	Pesquisa transversal; Nível IV.	O estudo mostrou não haver diferença entre o consumo dietético e calórico dos macronutrientes pelas gestantes com diferentes condições gestacionais. Por outro lado, houve diferenças quando considerados a adoção de alimentos ultra processados na dieta além de considerar outros fatores como influenciadores nesse processo nutricional como os grupos intrauterinos em relação à idade materna, à renda familiar, a residir com companheiro, ao número de filhos, ao número de consultas pré-natal, ao tipo de parto e ao IMC pré-gestacional.
Comparação de comportamentos promotores da saúde, padrões de comportamento alimentar e apoio social percebido em gestantes com peso normal e sobrepeso: Estudo caso-controle incomparável	Hajian e Kazemi	2020; Irã	Estudo incomparável caso-controle; Nível IV.	A avaliação dos comportamentos promotores da saúde e dos padrões alimentares demonstrou que as mulheres gestantes com sobrepeso apresentam padrões alimentares inadequados, como o consumo de fast food e doces; no entanto os grupos analisados no estudo reconhecem a importância da adoção de comportamentos promotores de uma alimentação equilibrada durante a gestação.

Fonte: Autores, 2023.

Considerando-se os artigos selecionados evidenciou-se que quase metade deles (quatro) foram elaborados em outros países: Espanha, Etiópia, Colômbia e Irã; sendo a amostra predominantemente de estudos em solo brasileiro (seis publicações). O

recorte temporal varia do ano de 2020 a 2022 em que 50% são de pesquisas com abordagem transversal que avaliam o contexto nutricional das gestantes nos diversos níveis e cenários da assistência a esse público.

A análise permite identificar que o consumo de

alimentos ultra processados é o fator que mais influencia negativamente para o comprometimento nutricional das mulheres analisadas nos estudos. O nível de conhecimento, da mesma forma que as condições socioeconômicas e culturais, também estabelecem uma relação estritamente ligadas a isso. Nesse sentido, cabe aos profissionais de saúde, em especial enfermeiros, que atuam na assistência a essas durante o período gestacional, intervir com ações voltadas à promoção da alimentação saudável.

#### 4. DISCUSSÃO

A partir da análise dos artigos foi evidenciado uma estrita relação da ingestão de nutrientes com o nível de escolaridade que as gestantes apresentam. Assim, quanto mais anos de estudo maior reconhecimento acerca da importância de inserirem em suas refeições uma variedade de legumes, frutas, verduras, carnes e sementes quando comparadas às que não possuem instrução. Delil, *et al.* (2021)<sup>12</sup>, demonstrou que o estado educacional tanto da gestante quanto do seu parceiro configura-se como fator determinante da prática da diversidade alimentar. Esse fato explica-se pela compreensão acerca da importância do consumo de alimentos diversificados aliado com a facilidade na aquisição desses.

Similarmente, percebe-se como os valores socioculturais, baseado nas crenças populares, determinam a conduta das gestantes quando o assunto é a refeição durante o ciclo gestacional<sup>13</sup>. É importante que os profissionais de saúde se atentem para minimizar as interferências negativas nessa alimentação, derivadas desses comportamentos no período pré concepcional<sup>14</sup>.

Nota-se a influência das crenças populares e da religião, assim como o do nível econômico para essa nutrição. Especificamente, o trabalho de Gómez, *et al.* (2020)<sup>15</sup>, identificou que as mulheres muçulmanas eram mais propensas a seguir um padrão alimentar mais saudável, assim como gestantes múltiplas e aquelas com idade gestacional superior a 20 semanas. No entanto, gestantes desempregadas tiveram maior probabilidade de adotar um padrão alimentar nocivo e menos recomendado. Esse padrão alimentar também variou de acordo com a dieta adotada nos diferentes países.

Por outro lado, os hábitos alimentares pré-concepcionais estabelecem, muitas vezes, como será essa ingesta de nutrientes no decurso da gravidez. As associações entre alimentação consciente e comportamento dietético adquiridos e praticados antes de engravidar podem ser mantidos, melhorados ou agravados nesse percurso; repercutindo com o aparecimento de condições clínicas prejudiciais para mãe e feto ou ambos<sup>16</sup>.

As buscas apontaram o quão variado são esses hábitos alimentares que são decorrentes desde uma dieta à base de alimentos ultraprocessados – responsáveis pela maioria dos desfechos desfavoráveis – até àqueles considerados mais conservadores e

saudáveis, abrangendo uma quantidade adequada de micro e macronutrientes. Um estudo de coorte realizado na China, com gestantes em diferentes estágios de gravidez, evidenciou que consumir uma variedade de alimentos, principalmente frutas, contribui para um aumento mais rápido do ganho de peso gestacional<sup>17</sup>.

O consumo de alimentos ultraprocessados como também o consumo de álcool e drogas podem ser explicados pelo aumento do estresse, dos aspectos psicossociais e emocionais derivados das transformações do organismo materno mediante a gravidez, resultando na ingestão desses componentes de maneira excessiva<sup>18, 19</sup>.

Maugeri, *et al.* (2019)<sup>20</sup>, em pesquisa realizada com 232 mulheres também constatou que o padrão alimentar caracterizado pela alta ingestão de carne vermelha, batatas fritas, molhos, salgados e bebidas alcoólicas associa-se com ao aumento do peso. Em contrapartida, a adesão a um padrão alimentar mais prudente quanto a escolha do que consumir na hora da refeição, caracterizado pela alta ingestão de batatas cozidas, legumes cozidos, leguminosas, pizza e sopa, foi associada à redução do Índice de Massa Corporal (IMC) antes da gestação e positivamente correlacionada com o ganho de peso gestacional àquelas previamente com IMC mais baixo.

Assim, percebe-se que a promoção de uma dieta saudável pode representar uma estratégia preventiva potencial contra o ganho de peso inadequado como também a estimulação daquele considerado o ideal.

Além disso, a literatura apresenta que tanto o suporte familiar, principalmente do parceiro, quanto o do profissional de saúde são fatores que determinam ou direcionam essas mulheres, no período gravídico, a aderirem às práticas alimentares que beneficiem a si mesmas e ao feto. Segundo o trabalho de Rhodes, *et al.* (2021)<sup>21,22</sup>, as mulheres reconheceram que o esforço conjunto entre elas e seus parceiros melhora, consideravelmente, sua probabilidade de sucesso no alcance de metas de equilíbrio energético.

Quando se verifica o envolvimento do profissional nesse suporte nutricional, às atividades desenvolvidas no âmbito da educação em saúde manifestam-se como fator principal para mudanças na consciência nutricional<sup>23</sup>. Com efeito, a enfermagem deve se direcionar para uma abordagem que seja pautada nessa conduta, intervindo de maneira assertiva no aconselhamento para aceitação de uma alimentação equilibrada e benéfica para mãe e o feto.

Como opção para ajudar nesse suporte faz-se necessária que essas condutas sejam elaboradas em conformidade com as práticas baseadas em evidências, uso de tecnologias que melhorem a adesão e estimulem o autocuidado com a dieta<sup>22</sup>.

#### 5. CONCLUSÃO

O fator nutricional associa-se intrinsecamente com o ganho ou a perda de peso gestacional. À vista disso, a má nutrição materna durante a gravidez esteve

correlacionada ao maior risco de ter um parto prematuro, baixo peso ao nascer, restrições de crescimento intrauterino e enfrentar ameaças ao seu próprio bem-estar e sobrevivência.

Os padrões alimentares apresentados pelas mulheres são resultados de uma série de condições intrínsecas ou extrínsecas a elas.

Derivam do contexto socioeconômico e cultural em que estão inseridas. Dependem do suporte emocional dado pelos familiares e amigos e também pelos profissionais durante o acompanhamento dessa gravidez, da disponibilidade dos alimentos, e das condições clínicas que se desenvolvem durante esse período ou que já existiam.

As ações de enfermagem a serem implementadas buscam avaliar e controlar a ingestão de nutrientes por meio de instrumentos que direcionam esse cuidado, dentre eles, a educação em saúde para essas gestantes torna-se fundamental. No entanto, é necessário transmitir mensagens incisivas, ao mesmo tempo em que personaliza conselhos de alimentação saudável e gerenciamento de peso durante a gravidez, para atender às necessidades de cada uma considerando suas individualidades.

Além disso, os próprios enfermeiros precisam se sentir experientes e confiantes para levantar e abordar esse tema buscando resolutividade às demandas metabólicas exigidas pelo organismo materno. E ainda, contemplar as dimensões sociais e emocionais por meio da escuta ativa e acolhimento durante os atendimentos de saúde.

A limitação deste estudo se deu pela escassez de pesquisas sobre as contribuições de enfermagem na avaliação do estado nutricional das gestantes, tendo em vista que a maioria se direciona para uma abordagem limitada das ações de enfermagem com a temática; o que evidencia uma necessidade da elaboração de trabalhos que direcionem as intervenções e assistência de enfermagem ao público estudado.

## 6. REFERÊNCIAS

- [1] Gomes C de B, Vasconcelos LG, Cintra RMG de C, *et al.* Hábitos alimentares das gestantes brasileiras: revisão integrativa da literatura. *Ciênc saúde coletiva* [Internet]. 2019. 24(6):2293–306. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018246.14702017>
- [2] Gila-Díaz A, Witte Castro A, Herranz Carrillo G, *et al.* Assessment of Adherence to the Healthy Food Pyramid in Pregnant and Lactating Women. *Nutrients*. 2021. 13(7): 2372. <https://doi.org/10.3390/nu13072372>
- [3] Müssnich D, Scherer AF, Carreno I, *et al.* Perfil Sociodemográfico e Consumo Alimentar de Gestantes Hipertensas. *Nutr. clín. diet. hosp.* 2018. 38(1):175-181. DOI: 10.12873/381DMussnich.
- [4] Gomes C de B, Malta MB, Martiniano AC de A, *et al.* Práticas alimentares de gestantes e mulheres não grávidas: há diferenças?. *Rev Bras Ginecol Obstet* [Internet]. 2015Jul; 37(7):325–32. Available from: <https://doi.org/10.1590/S0100-720320150005367>
- [5] Melere C, Hoffmann JF, Nunes MAA, *et al.* Índice de alimentação saudável para gestantes: adaptação para uso em gestantes brasileiras. *Rev Saúde Pública* [Internet]. 2013; 47(1):20–8. Available from: <https://doi.org/10.1590/S003489102013000100004>
- [6] Carvalho NS de, Arruda SPM, Ramos LMR, *et al.* Dietary patterns and significance of nutrition for women with low-risk pregnancy. *Rev Nutr* [Internet]. 2017; 30(2):219–31. Available from: <https://doi.org/10.1590/1678-98652017000200007>
- [7] Silva MGG, Viviane R de H, Geyslane P, *et al.* Estado nutricional e hábitos alimentares de gestantes atendidas na atenção primária de saúde. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. 2018; 24(4):349-356.
- [8] Souza MT de, Silva MD da, Carvalho R de. Integrative review: what is it? How to do it?. *einstein* (São Paulo) [Internet]. 2010Jan;8(einstein (São Paulo), 2010; 8(1): 102–6. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>.
- [9] da Costa Santos CM, de Mattos Pimenta CA, Nobre MR. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2007 May-Jun; 15(3):508-11. doi: 10.1590/s0104-11692007000300023. PMID: 17653438.
- [10] Pompeo DA, Rossi LA, Galvão CM. Revisão integrativa: etapa inicial do processo de validação de diagnóstico de enfermagem. *Acta paul enferm* [Internet]. 2009; 22(4):434–8. Available from: <https://doi.org/10.1590/S010321002009000400014>.
- [11] Stillwell, SB, Fineout-Overholt, E, Melnyk BM, *et al.* Prática Baseada em Evidências, Passo a Passo: Procurando a Evidência. *AJN, American Journal of Nursing*. 2010; 110(5):41-47. DOI: 10.1097/01.NAJ.0000372071.24134.7e
- [12] Delil R, Zinab B, Mosa H, *et al.* Determinants of dietary diversity practice among pregnant women attending antenatal clinic at Wachemo University Nigist Eleni Mohammed memorial referral hospital, Southern Ethiopia. *PLoS ONE*. 2021. 16(4): e0250037. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250037>
- [13] Harris-Fry H, Azad K., Kuddus A, *et al.* Socio-economic determinants of household food security and women's dietary diversity in rural Bangladesh: a cross-sectional study. *J Health Popul Nutr*. 2015; 33(2). <https://doi.org/10.1186/s41043-015-0022-0>.
- [14] de Diego-Cordero R, Rivilla-García E, Diaz-Jimenez D, *et al.* The role of cultural beliefs on eating patterns and food practices among pregnant women: a systematic review. *Nutr Rev*. 2021; 79(9):945-963. doi: 10.1093/nutrit/nuaa119. PMID: 33119079.
- [15] Fernández-Gómez E, Luque-Vara T, Moya-Fernández PJ, *et al.* Factors Influencing Dietary Patterns during Pregnancy in a Culturally Diverse Society. *Nutrients*. 2020; 12(11):3242. doi: 10.3390/nu12113242. PMID: 33113986; PMCID: PMC7690697.
- [16] Hutchinson AD, Charters M, Prichard I, *et al.* Understanding maternal dietary choices during pregnancy: The role of social norms and mindful eating. *Appetite*. 2017; 1(112):227-234. doi: 10.1016/j.appet.2017.02.004. Epub 2017 Feb 6. PMID: 28179204.
- [17] Wei X, He JR, Lin Y, *et al.* The influence of maternal dietary patterns on gestational weight gain: A large prospective cohort study in China. *Nutrition*. 2019; 59: 90-95. doi: 10.1016/j.nut.2018.07.113. Epub 2018 Aug 20. PMID: 30471529.
- [18] Magnano SLR, Barchitta M, Maugeri A, *et al.* The Impact of the COVID-19 Pandemic on Dietary Patterns of Pregnant Women: A Comparison between Two

- Mother-Child Cohorts in Sicily, Italy. *Nutrients*. 2022; 14(16):3380. <https://doi.org/10.3390/nu14163380>
- [19] Corrales-Gutierrez I, Baena-Antequera F, Gomez-Baya D, *et al.* Relationship between Eating Habits, Physical Activity and Tobacco and Alcohol Use in Pregnant Women: Sociodemographic Inequalities. *Nutrients*. 2022; 14(3):557. <https://doi.org/10.3390/nu14030557>.
- [20] Maugeri A, Barchitta M, Favara G, *et al.* Maternal Dietary Patterns Are Associated with Pre-Pregnancy Body Mass Index and Gestational Weight Gain: Results from the “Mamma & Bambino” Cohort. *Nutrients*. 2019; 11(6):1308. <https://doi.org/10.3390/nu11061308>.
- [21] Rhodes A, Smith AD, Llewellyn CH, *et al.* Investigating partner involvement in pregnancy and identifying barriers and facilitators to participating as a couple in a digital healthy eating and physical activity intervention. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2021; 21(1):450. doi: 10.1186/s12884-021-03917-z. PMID: 34182953; PMCID: PMC8237776.
- [22] Wilkinson SA, Donaldson E, McCray SJ. Re-evaluating the nutritional awareness, knowledge and eating behaviours of women attending a tertiary maternity hospital following iterative service redesign. *Nutr Diet*. 2018; 75:372-380. <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12475>.
- [23] Abayomi JC, Charnley MS, Cassidy L, *et al.* A patient and public involvement investigation into healthy eating and weight management advice during pregnancy, *International Journal for Quality in Health Care*. 2020; 32(1):28–34. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzz081>