

**CONTRIBUIÇÃO ENERGÉTICA DOS GRUPOS ALIMENTARES DE ACORDO COM
A CLASSIFICAÇÃO NOVA DE ALIMENTOS POR GESTANTES ATENDIDAS EM
UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE MACEIÓ-ALAGOAS**

***ENERGY CONTRIBUTION OF THE FOOD GROUPS ACCORDING TO THE NOVA
CLASSIFICATION IN PREGNANT WOMEN ATTENDED IN BASIC HEALTH UNITS IN
THE MUNICIPALITY OF MACEIÓ-ALAGOAS***

Kamyla Myrza Saleme Cardoso

Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

Alexandra Rodrigues Bezerra

Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

Micaely Cristina dos Santos Tenório

Rede Nordeste de Biotecnologia, Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

Bianca Gomes de Souza

Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

Thiago Marques Wanderley

Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

Alane Cabral Menezes de Oliveira

Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

Resumo: Este estudo teve como objetivo analisar a contribuição energética dos grupos alimentares de acordo com a classificação NOVA de Alimentos por gestantes atendidas em unidades de saúde no Município de Maceió, Alagoas. Trata-se de um estudo transversal onde foi aplicado questionário de frequência alimentar. Foram avaliadas 100 gestantes que apresentavam média de idade cronológica de $24,74 \pm 6,35$ anos. O grupo alimentar que mais contribuíram para o consumo energético foram os alimentos in natura ou minimamente processados (53,52%), seguido pelos alimentos ultraprocessados (28,69%), alimento processados (11,53%) e ingredientes culinários (6,24%).

Palavras-chave: alimentação; gestação; ingestão alimentar.

Abstract: This study aimed to analyze the energy contribution of food groups according to the NOVA classification in pregnant women attended at health units in the city of Maceió, Alagoas. This is a cross-sectional study where a food frequency questionnaire was applied. One hundred pregnant women with a mean age of 24.74 ± 6.35 years were evaluated. The food group that most contributed to energy consumption was fresh or minimally processed foods (53.52%), followed by ultra-processed foods (28.69%), processed foods (11.53%) and culinary ingredients (6.24%).

Keywords: food; gestation; food intake.

1 INTRODUÇÃO

A gestação é um processo fisiológico que apresenta alterações físicas e hormonais, estas, refletem no aumento das necessidades energéticas que variam em função do estado nutricional pré-gestacional e que irá determinar um ambiente favorável para o feto durante seu desenvolvimento (FURLAN *et al.*, 2019). Além disso, é requisitado um aporte maior de alguns micronutrientes, entre eles ferro e ácido fólico. Por se tratar de um período fundamental, é importante promover uma alimentação adequada e saudável, uma vez que impactará diretamente na saúde do binômio mãe/filho a curto e a longo prazo (TEIXEIRA *et al.*, 2016).

Segundo os resultados da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) publicados em 2020, o consumo regular de frutas e hortaliças foi maior entre as mulheres (38,2%), aumentando também conforme a idade e escolaridade de 12 anos ou mais. Em relação ao consumo de alimentos ultraprocessados, 16,1% das mulheres consomem, e este fica mais elevado no estrato intermediário de escolaridade (BRASIL, 2020). Em estudo realizado na cidade de Maceió com gestantes, foi visto que quanto maior o consumo de alimentos ultraprocessados, menor a qualidade nutricional da dieta e, além disso, o estudo mostrou que o consumo de alimentos como arroz e feijão, tradicionais da dieta brasileira, diminuía à proporção que aumentava a ingestão energética de alimentos ultraprocessados (GRACILIANO *et al.*, 2021).

Considerando o exposto, este estudo teve como objetivo analisar a contribuição energética dos grupos alimentares de acordo com a classificação NOVA de alimentos por gestantes atendidas em unidades básicas de saúde no Município de Maceió, Alagoas.

2 DESENVOLVIMENTO

1.1 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal realizado em 2019 nas Unidades Básicas de Saúde da cidade de Maceió, capital de Alagoas, no qual foram adotados como critérios de inclusão: gestantes residentes da cidade de Maceió e que estivessem entre a 23 e 35 semanas gestacionais,

tendo realizado seu pré-natal na rede pública de saúde municipal. Foram excluídas gestantes com doenças crônicas ou gestacionais e casos de gestação múltipla.

Para a coleta de dados utilizou-se um questionário padronizado com dados socioeconômicos, além de um questionário de frequência alimentar composto por 112 itens, validado para gestantes, para a mensuração dos hábitos alimentares (TENÓRIO *et al.*, 2021). As análises estatísticas foram realizadas com auxílio do pacote estatístico SPSS versão 20.0, sendo os resultados expressos por meio de médias, desvios-padrão e frequências. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Alagoas sob o nº 2.814.845.

1.2 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram estudadas 100 gestantes que apresentavam média de idade de $24,74 \pm 6,35$ anos, onde destas 25% eram adolescentes e 8% possuíam idade ≥ 35 anos, com média de idade gestacional de $29,02 \pm 3,66$ semanas. Quanto aos dados socioeconômicos, 27,3% delas tinham ensino fundamental incompleto, 25,3% tinham renda mensal < 1 salário-mínimo, 34% trabalhavam fora do lar e 29% não viviam em união estável.

De acordo com o QFA aplicado, a média e desvio-padrão de consumo calórico total foi de $4930,31 \pm 2414,13$ Kcal. O grupo alimentar que mais contribuiu para o consumo energético foram os alimentos *in natura* ou minimamente processados (53,52%), seguido pelos alimentos ultraprocessados (28,69%), alimentos processados (11,53%) e ingredientes culinários (6,24%). No grupo de alimentos *in natura* e minimamente processado os alimentos que mais contribuíram para o percentual energético foram as frutas e sucos (11,80%) e as carnes, aves e suínos (8,36%); no grupo de ingredientes culinários foi o açúcar e mel (3,38%); no grupo de alimentos processados foram os pães (6,72%); e no grupo de alimentos ultra processados foram os biscoitos doces, bolachas salgadas e salgadinhos (8,93%), os doces e bolos (6,13%) e as preparações prontas (4,56%).

Tabela 1. Médias de consumo relativa e absoluta dos grupos alimentares de acordo com a classificação NOVA de gestantes atendidas em unidades básicas de saúde do município de Maceió-Alagoas

Grupo de alimentos e itens alimentares	Kcal/dia	Ingestão total de energia (%)
Alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados	2639,00	53,52
Frutas e sucos	581,92	11,80
Tubérculos e raízes	140,29	2,85
Feijão	108,66	2,20
Arroz	126,10	2,56
Leites e derivados	139,90	2,84
Carnes, aves e suínos	412,05	8,36
Peixes e frutos do mar	78,93	1,60
Vísceras	37,43	0,76
Ovos	194,4	3,95
Café	269,13	5,46
Farinhas (milho e mandioca)	222,15	4,50
Legumes e verduras	33,29	0,67
Preparações culinárias	294,75	5,97
Ingredientes culinários	307,67	6,24
Azeite	7,77	0,16
Óleo	118,72	2,40
Açúcar, mel	166,32	3,38
Tempero pronto	14,86	0,30
Alimentos processados	568,82	11,53
Queijos	76,2	1,55
Pães	331,16	6,72
Carne do sol, charque	36,27	0,73
Sardinha enlatada	8,21	0,16
Preparações culinárias com alimentos processados	116,98	2,37
Alimentos ultraprocessados	1414,82	28,69
Biscoitos doces, bolachas salgadas e salgadinhos	439,85	8,93
Doces, bolos	301,74	6,13
Embutidos	127,76	2,60
Bebidas açucaradas	59,05	1,19
Cereais	37,12	0,75
Molhos	18,08	0,36
Preparações prontas	224,91	4,56
Preparações com ingredientes ultra processados	86,68	1,75
Margarina/Manteiga	119,63	2,42
TOTAL	4930,31	100%

Fonte: dados da pesquisa, 2019.

Os resultados dessa pesquisa demonstraram uma alta parcela de consumo de alimentos ultraprocessados no valor energético diário (28,69%), também é possível notar o alto consumo desses alimentos na literatura. Um estudo com 295 gestantes do município de Maceió identificou que 22,2% da energia consumida diariamente era de alimentos ultraprocessados, adicionalmente uma pesquisa com gestantes do estado de São Paulo também observou uma alta prevalência do consumo desses alimentos (32,0%) (GRACILIANO *et al.*, 2021; SARTORELLI *et al.*, 2019).

Ressalta-se que a alta contribuição energética de ultraprocessados diariamente, está diretamente relacionada ao surgimento de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNTs), além de aumentar a probabilidade do surgimento de diabetes mellitus gestacional, síndromes hipertensivas e deficiências nutricionais (BRASIL, 2014; DAS *et al.*, 2018). Ademais, inadequações alimentares durante a gestação podem afetar o desenvolvimento placentário e o crescimento fetal (VITOLLO, 2015).

O alto consumo calórico (4930,31 Kcal) encontrado nesta pesquisa pela avaliação dos QFAs também pode ser um prescritor para o surgimento de agravos no período gestacional, visto que este está diretamente relacionado ao ganho de peso excessivo durante a gestação (VITOLLO, 2015). O resultado encontrado na pesquisa é superior ao encontrado com gestantes no estado de Alagoas (1.966,9 Kcal/dia) e no estado de São Paulo (2.053 Kcal/dia) (GRACILIANO *et al.*, 2021; SARTORELLI *et al.*, 2019).

Contudo, cabe ressaltar que a utilização de ferramentas como os QFAs superestimam o consumo de calorias e nutrientes quando comparados com os recordatórios de 24 horas, como encontrado no estudo de Tenório e colaboradores (2021), todavia, quando analisamos as contribuições energéticas no consumo diário, os resultados dos estudos de Graciliano *et al.* (2021) e Sartorelli *et al.* (2020) assemelham-se aos valores encontrados nesta pesquisa.

Desta forma, é importante salientar que além dos problemas destacados, a maioria das gestantes apresentaram um consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados, destacando-se as frutas, sucos, carnes, aves e suínos como as principais preparações diárias, tal consumo corrobora com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014).

CONCLUSÃO

O consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados representou grande parte da ingestão energética das gestantes. Entretanto, foi identificado elevado consumo de alimentos ultraprocessados, o que evidencia a necessidade de um acompanhamento nutricional a nível de pré-natal, haja vista que esses alimentos são prejudiciais para a saúde materno-infantil.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Brasília, 2. ed. Editora MS, 2014. 158p.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico**. Brasília, DF: MS, 2020.

DAS, Jai K. *et al.* Nutrição para a próxima geração: crianças mais velhas e adolescentes. **Annals of Nutrition and Metabolism**, v. 72, n. 3, p. 56-64, 2018.

FURLAN, Caroline; CARLI, Graziela; KÜMPEL, Daiana Argenta. Excesso de peso e consumo alimentar de gestantes atendidas em unidades básicas de saúde. **Revista saúde**, Santa Maria, v.45, n. 2, 2019.

GRACILIANO, Nayara Gomes *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados reduz a qualidade global da dieta de gestantes. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 2, p.17, 2021.

SARTORELLI, Daniela Saes *et al.* A relação entre consumo de alimentos minimamente processados e ultraprocessados durante a gestação e obesidade e diabetes mellitus gestacional. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, n. 4, 2019.

TEIXEIRA, Caroline San Severino; CABRAL, Antônio Carlos Vieira. Avaliação nutricional de gestantes sob acompanhamento em serviços de pré-natal distintos: a região metropolitana e o ambiente rural. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 38, p. 27-34, 2016.

VITOLLO, Márcia Regina. **Nutrição da gestação ao envelhecimento**. Rio de Janeiro: Rubio, 2014.