

PROJETO GESTAR: AÇÕES INTERDISCIPLINARES EM SAÚDE MATERNO INFANTIL.

FERNANDES, J.¹, NAPARRO, A.², PAZ, E.³, MARTINEZ, M.⁴, BORTOLINI, V.⁵

¹Acadêmica de Nutrição-Universidade da Região da Campanha-(URCAMP)–Bagé –RS-Brasil,
e-mail: jaluzafernandes@gmail.com,

²Universidade da Região da Campanha (URCAMP) – Bagé – RS – Brasil,
Email:alechandra_schwanck@hotmail.com

³Acadêmica de Nutrição-Universidade da Região da Campanha-(URCAMP)–Bagé –RS-Brasil,
e-mail: elisandrasilvaribeiro@hotmail.com,

⁴Acadêmica de Nutrição-Universidade da Região da Campanha-(URCAMP)–Bagé –RS-Brasil,
e-mail:martinez.rock@hotmail.com e

⁵ Prof^a Doutora Curso de Nutrição / URCAMP e Nutricionista da Alimentação Escolar / SMED – Bagé
– RS – Brasil. e-mail: vmsbortolini@gmail.com

Resumo

A interdisciplinaridade passa a ser cobrada pela população e não apenas pelos profissionais. A alimentação adequada durante a gestação tem um papel importante no período de desenvolvimento precoce do feto, não só com efeitos em curto prazo sobre o crescimento, composição e funções corporais, mas também em longo prazo, podendo interferir no desenvolvimento das funções neurais e comportamentais e no risco de ocorrência de morbimortalidade. No período de março a junho de 2015, os Cursos de Nutrição e de Fisioterapia realizaram atividades de orientação na sala de espera no Núcleo de Pesquisas e Atenção à Saúde (NPAS) da Universidade da Região da Campanha/ Bagé. O objetivo deste trabalho foi orientar as gestantes sobre alimentação adequada, náuseas e vômitos, incentivar a amamentação e ao parto natural com distribuição de material educativo sobre preparações adequadas para o período gestacional, anemia e intercorrências na gestação. O presente estudo é do tipo transversal, exploratório-descritivo, com abordagem quantitativa. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), foi aplicado um questionário com dados sociodemográficos e de frequência alimentar. Para a análise dos dados foi utilizado o programa estatístico EpiData 3.1 e EpiData Analysis. Do grupo analisado, 14,7% (n=5) eram gestantes adolescentes. A grande maioria das gestantes realiza uma alimentação com o consumo adequado de leite e derivados, frutas e hortaliças, porém nota-se um alto consumo de cafeína, e pouco consumo de alimentos integrais. Tornando-se necessário o acompanhamento das gestantes através do projeto, para dar continuidade às orientações e melhorar a saúde materno infantil.

Palavras-chave: interdisciplinaridade; gestantes; nutrição.

1 INTRODUÇÃO

Segundo Vasconcelos (2001) a interdisciplinaridade passa a ser cobrada pela população e não apenas pelos profissionais. Neste percurso, percebemos uma ação mais efetiva dos postos de atendimento, articulando ações educativas, preventivas e curativas, principalmente na área materno-infantil. A gestação e os eventos a ela relacionados, como puerpério e lactação, são marcados por profundas mudanças que interferem na vida da mulher.

Deste modo, as escolhas alimentares e o ganho de peso adequado são fatores decisivos para o crescimento e desenvolvimento do bebê (EHRENBERG et al, 2003; BUTTE et al, 2003; WHITNEY, ROLFES, 2008). O cuidado nutricional no pré-natal tem sido valorizado pelo impacto no resultado obstétrico e se mostra de

grande relevância para a saúde pública. A prevenção ou a detecção precoce de gestantes com estado nutricional inadequado permite ao profissional intervir de maneira efetiva na redução de morbimortalidade perinatal e no sucesso do aleitamento materno (ACCIOLY, 2002; SIEGA-RIZ). O objetivo desse trabalho foi orientar e investigar os hábitos alimentares e de saúde das gestantes assistidas no Núcleo de Pesquisa e Atenção à Saúde (NPAS)/ URCAMP.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo é do tipo transversal, exploratório-descritivo, com abordagem quantitativa. No período de março a junho de 2015, no NPAS da Universidade da Região da Campanha/ Bagé, durante as quintas-feiras no horário das 8:00 às 9:00hs, os Cursos de Nutrição e de Fisioterapia realizaram atividades de orientação para o grupo de gestantes em sala de espera, sob a supervisão e orientação de professores dos respectivos Cursos. Participaram desta atividade, 5 alunos do Curso de Nutrição, 3 do Curso de Fisioterapia, e 34 gestantes. Os acadêmicos orientaram as gestantes sobre: alimentação adequada, náuseas e vômitos, fornecendo-lhes receitas com alimentos saudáveis, orientação e incentivo à amamentação, esclarecimento sobre os tipos de parto, com incentivo ao parto natural. Neste trabalho foram só descritas as atividades do Curso de Nutrição. As gestantes assinaram um Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), e após responderam um questionário com perguntas fechadas sobre dados sociodemográficos, saúde e de frequência alimentar. Para a análise dos dados foi utilizado o programa estatístico EpiData 3.1 e EpiData Analysis.

3 RESULTADOS E DISCUÇÃO

Foram entrevistadas 34 gestantes, com faixa etária entre 17 a 39 anos, onde a idade média foi de 27 anos e 14,7% (n=5) eram gestantes adolescentes. Segundo Yazlle e col. 2009, a gestação na adolescência é externada como fator de risco, tanto para mãe quanto para o neonato, podendo carrear complicações obstétricas, além de ser um fator agravante ou desencadeador de transtornos psicológicos e sociais. Em relação aos outros dados sociodemográficos, nota-se que a grande maioria, 58,8% (20) tinham renda familiar abaixo de três salários mínimos, mais da metade (61,8%) possuíam ensino médio completo e 52,9% (n=19) não trabalham.

Idade Agrupada	N	%
13 a 19 anos	5	14,7
20 a 34 anos	27	79,4
Acima de 35	2	05,9
Renda Familiar	N	%
> 3 salários mínimos	20	58,8
4 a 6 salários mínimos	14	41,2
Escolaridade	N	%
E. F.	8	23,5
E. M.	21	61,8
E. S.	5	14,7
Trabalha	N	%
Não	18	52,9
Sim	16	47,1

Tabela 1. Dados sociodemográficos de gestantes atendidas no NPAS do projeto Gestar (N=34)

Na Tabela 2 estão descritos os dados de saúde das gestantes, 2,9% (n=1) bebe álcool diariamente e 5,9% (n=2) fumam. Segundo, Veloso e Monteiro (2013), o uso abusivo do álcool nas primeiras semanas de gestação pode estar relacionado aos casos de abortamento espontâneo, e seu consumo entre a terceira e a oitava semana de gestação pode causar maior risco de deformações físicas no feto. No estudo de Bertani e col. (2015) os resultados indicam que há uma alta prevalência do fumo ativo e passivo entre gestantes e que essas mulheres têm conhecimentos limitados sobre as consequências do tabagismo para a saúde, durante a gestação e em qualquer momento da vida. Nas gestantes assistidas, mais da metade (52,8%) já tinham filhos, 58,8 (n=20) não utilizavam suplementos e 17,6 (n=6) eram constipadas.

Bebida álcool	N	%
Não	30	88,2
Final de semana	03	8,8
Diariamente	01	2,9
Fumo	N	%
Não	32	94,1
Sim	02	5,9
Primípara	N	%
Não	18	52,9
Sim	16	47,1
Utiliza suplemento	N	%
Não	20	58,8
Sim	14	41,2
Função intestinal	N	%
Constipada	06	17,6
Normal	28	82,4

Tabela 2 Dados de saúde de gestantes atendidas no NPAS do projeto Gestar (N=34)

Quanto ao número de refeições 52,9% (n=18) das gestantes realizam de 3 a 4 refeições por dia. Segundo a Tabela 3, 47,1% (n=16) ingerem leite diariamente, chama atenção para o consumo diário de carne vermelha, 61,8% (n=21) e de arroz 97,10% (n=33). Em relação ao consumo de frutas e hortaliças, 76,5 % (n=26) e 50,0% (n=17) consomem diariamente, respectivamente e apenas 8,8% (n=3) consome pão integral diariamente. Na ingestão de sal 61,8 (n=21), utilizavam acima de 5g diariamente e 55,9% (n= 19) tomavam mais de 2 xícaras de café por dia. Segundo Bracken et al.,(2003) essa cafeína em altas doses durante a gestação pode estar associado ao aumento do risco de recém-nascido com baixo peso e de aborto.

Consumo de leite	N	%
Diário	16	47,1
Semanal	05	14,7
Nunca	08	23,5
Consumo de carne vermelha	N	%

Diário	21	61,8
Semanal	11	32,4
Nunca	-	-
Consumo de carne branca	N	%
Diário	12	35,4
Semanal	13	38,2
Nunca	01	2,9
Consumo de ovos	N	%
Diário	01	2,9
Semanal	17	50,0
Nunca	05	14,7
Consumo de frutas	N	%
Diário	26	76,5
Semanal	03	8,8
Nunca	01	2,9
Consumo de hortaliças	N	%
Diário	17	50,0
Semanal	07	20,6
Nunca	04	11,8
Consumo de arroz	N	%
Diário	33	97,1
Semanal	-	-
Nunca	-	-
Consumo de pão	N	%
Diário	17	50,0
Semanal	09	26,4
Nunca	03	8,8
Consumo de pão integral	N	%
Diário	03	8,8
Semanal	09	26,5
Nunca	16	47,1
Consumo de aveia	N	%
Diário	05	14,7
Semanal	03	8,8
Nunca	19	55,9
Consumo de sal	N	%
Acima de 5 g	21	61,8
Até 5 g	13	38,2
Consumo de café	N	%
Acima de 2 xícaras	19	55,9
Até 2 xícaras	15	44,1

Tabela 2 Dados do questionário de frequência alimentar das gestantes assistidas no NPAS do projeto Gestar (N=34)

4 CONCLUSÃO

A grande maioria das gestantes realiza uma alimentação com o consumo adequado de leite e derivados, frutas e hortaliças, porém nota-se um alto consumo de cafeína, e pouco consumo de alimentos integrais. Tornando-se necessário o acompanhamento das gestantes através do projeto, para dar continuidade às orientações e melhorar a saúde materno infantil.

5 REFERÊNCIAS

- ACCIOLY, E.; SAUNDERS, C.; LACERDA, E. Nutrição em obstetrícia e pediatria. Rio de Janeiro: Cultura Médica, 2002.
- BUTTE, N. F. et al. Composition of gestational weight gain impacts maternal fat retention and infant birth weight. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, St. Louis, v. 189, n. 5, p.1423-32, 2003.
- Bertani, A.L., Garcia, T., Tanni, S.E., Godoy I., (2015) Prevenção do tabagismo na gravidez: importância do conhecimento materno sobre os malefícios para a saúde e opções de tratamento disponíveis, *J. bras. pneumol.* vol.41 no.2 São Paulo Mar./Apr.
- EHRENBERG, H. M. et al. Low maternal weight, failure to thrive in pregnancy, and adverse pregnancy outcomes. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, St. Louis, v. 189, n. 6, p. 1726-30, 2003.
- Koletzko, B. Aggett, P. J.; Bindels, J. G.; Bung, P.; Ferre, P.; Gil, A.; Lentze, M. J.; Roberfroid, M. & Strobel, S. (1998) Growth, development and differentiation: a functional food science approach. *British Journal of Nutrition*, 80 (suppl 1): S 5-45, 1998.
- Trugo, N. M. F., (1998) Micronutrient regulation en pregnant and lactating women from Rio de Janeiro. *Archivos Latinoamericanos de Nutricion*, 47(12 sup 1).
- Vasconcelos, E. A saúde nas palavras e nos gestos: reflexões da rede de educação popular e saúde. São Paulo: Editora Hucitec, 2001. 281 p.
- Yazlle MEHD, Franco RC, Michelazzo D. (2009) Gravidez na adolescência: uma proposta para prevenção. *Rev Bras Ginecol Obstet.* Rio de Janeiro; 31(10):477-9
- WHITNEY, Ellie; ROLFES, Sharon Rady. Nutrição, vol. 2: Aplicações. Tradução All SIEGA-RIZ, A. M.; ADAIR, L. S. Biological determinants of pregnancy weight gain in a Filipino population. *American Journal of Clinical Nutrition*, Bethesda, v. 57, n. 3, p. 365–72.
- Tasks, São Paulo: Cengage Learning, 2008. Veloso L.U.P; Monteiro, C.F.S, (2013) Prevalência e fatores associados ao uso de álcool em adolescentes grávidas, *Rev. Latino-Am. Enfermagem* vol.21 no.1 Ribeirão Preto Jan./Feb.