

UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE

CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE

UNIDADE ACADÊMICA DE SAÚDE

CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO

**CONHECIMENTO NUTRICIONAL E O CONSUMO
ALIMENTAR DE GESTANTES DE UMA UNIDADE
BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CUITÉ-PB**

Cuité- PB

2023

MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO

**CONHECIMENTO NUTRICIONAL E O CONSUMO ALIMENTAR DE
GESTANTES DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE
CUITÉ-PB**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de Título em Bacharel em Nutrição, com Linha específica em Nutrição Humana.

Orientadora Prof^ª: Dra: Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo

Coorientador: Nutr. Januse Mília Dantas de Araújo

Cuité-PB

2023

A994c Azevedo, Maria Eduarda de Souza Oliveira.

Conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde do município de Cuité - PB. / Maria Eduarda de Souza Oliveira Azevedo. - Cuité, 2023.
47 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, 2023.
"Orientação: Profa. Dra. Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo; Nut. Januse Mília Dantas de Araújo".

Referências.

1. Obstetrícia. 2. Gravidez. 3. Estado nutricional - gestantes. 4. Gestante - consumo alimentar. 5. Gestante - consumo alimentar - UBS - Cuité - PB. 6. Gestante - conhecimento nutricional. I. Melo, Marília Ferreira Frazão Tavares de. II. Araújo, Januse Mília Dantas de. III. Título.

CDU 618.1/.2(043)

MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO

**CONHECIMENTO NUTRICIONAL E O CONSUMO ALIMENTAR DE
GESTANTES DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE
CUITÉ-PB**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição, com linha específica em Nutrição Humana.

Aprovado em 10 de abril de 2023.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dra. Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo
Universidade Federal de Campina Grande
Orientadora

Nutricionista Januse Míllia Dantas de Araújo
Coorientadora/Examinadora Externa

Prof. Dra. Ana Cristina Silveira Martins
Universidade Federal de Campina Grande
Examinadora Interna

Cuité - PB

2023

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a **Deus**, por Ele ter me dado a vida e ser minha fortaleza, por ter me sustentado, não me feito desistir e por todo amor para comigo, pela saúde e pela proteção nessa caminhada. Obrigada por todas as bênçãos e por me fazer perseverar, graças a ti hoje estou realizando esse sonho.

À minha **mãe**, Clébia Maria, sou infinitamente grata por tudo. Por ter abdicado dos seus sonhos para que eu pudesse realizar os meus, por não ter medido esforços para que eu permanecesse firme nos estudos e por sonhar junto comigo. Meu maior propósito é ser orgulho em sua vida, OBRIGADA!! Te amo infinito.

Ao meu esposo e companheiro de vida, **William**, por toda calma, companheirismo, paciência, força, incentivo e confiança, você foi fundamental nessa trajetória. A minha **família**, em nome da minha avó Carmelita Maria e do meu avô Mario Virgínio. Obrigada por confiarem em mim, por me apoiar e pelo incentivo na busca dos meus objetivos, cada um foi importante para essa conquista.

Ao meu grupo de amigos “**Meus Dedos**”, sou muito grata pela amizade, companheirismo, risadas e por todos os momentos compartilhados, minha trajetória em Cuité não seria a mesma sem vocês, me trouxeram alegria, paz e aconchego. Ao meu grupo de amigas “**I love vocês**”, ter vocês na vida são preciosidades, sou grata pela companhia, amizade, confiança e incentivo que me proporcionaram.

A minha orientadora, **Marília Frazão**, ter você foi um privilégio, muito obrigada pela dedicação, paciência, conhecimento e auxílio que foi tão importante para mim. A senhora desenvolve sua função com muita maestria, amor e dedicação. Sou sua fã! Obrigada! A minha coorientadora **Januse**, obrigada por todos os ensinamentos e auxílio, foi uma honra tê-la.

Ao corpo docente e toda Universidade Federal de Campina Grande que se dedicam ao máximo para fazer de nós ótimos profissionais, obrigada por todo conhecimento repassado. E aos meus colegas de turma e por todos que passaram pela minha trajetória (monitoria, grupos de pesquisa e projetos de extensão)

À todos que aqui não foram citados, mas que de alguma forma contribuíram para a concretização deste sonho. Muito Obrigada!

AZEVEDO, M.E.S.O. **Conhecimento Nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde do município de Cuité-PB.** 2023. 47 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2023.

RESUMO

O período gestacional requer um aumento das necessidades nutricionais, nesse processo, é essencial uma nutrição adequada, em prol da saúde da mãe e do feto. A gestação é propícia para a inadequação nutricional, provinda das alterações fisiológicas no sistema cardiocirculatório, respiratório e gastrointestinal, além das metabólicas e hematológicas, provenientes também da demanda de energia de macro e micronutrientes para o desenvolvimento fetal. Dessa forma, a alimentação saudável durante essa fase do ciclo é importante para o crescimento fetal, para assegurar a saúde materna e diminuir os riscos de doenças neonatais, doenças crônicas não transmissíveis, em curto e longo prazo. Objetivou-se, avaliar o conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde da zona urbana do município de Cuité-Paraíba. O estudo foi realizado na Unidade Básica Luiza Dantas de Medeiros, com todas as gestantes que foram acompanhadas pelo pré-natal. Para coleta de dados foi utilizado um questionário de consumo alimentar e conhecimento nutricional na gestação. Após a aplicação dos questionários foi realizada uma análise em que os dados coletados foram organizados em planilha de Microsoft Excel e representados por meio de tabelas para melhor visualização e formatação dos resultados. A média de idade das gestantes foi de $24,6 \pm 7,21$, as doenças apresentadas no período gestacional foram 10% de anemia, 5% de Diabetes Mellitus Gestacional e 5% concomitante Diabetes Mellitus Gestacional e Hipertensão Arterial Gestacional, todas as gestantes afirmaram que “alimentação saudável durante a gestação é importante”, quanto aos hábitos alimentares 95% se alimentam no intervalo das refeições, 80% faz de 3 a 6 refeições diárias, quanto ao grupo dos alimentos consumidos, as frutas representam com 75% enquanto os sucos artificiais são menos consumidos com 15%, em seguida os legumes representaram % do consumo. Conclui-se que a escolaridade e a falta de acesso à informação podem restringir a adoção e acesso a alimentação saudável e torna-se necessária a realização de educação alimentar e nutricional para conscientização das gestantes quanto aos benefícios dos hábitos alimentares saudáveis durante a gestação.

Palavras - chaves: gestantes; nutrição; hábitos alimentares; conhecimento nutricional.

ABSTRACT

The gestational period requires increased nutritional needs. In this process, adequate nutrition is essential for the health of the mother and the fetus. Pregnancy is conducive to nutritional insufficiency, derived from physiological changes in the cardiocirculatory, respiratory and gastrointestinal systems, as well as metabolic and hematological alterations, also derived from the energy demand of macro and micronutrients for fetal development. Thus, healthy eating during this phase of the cycle is important for fetal growth, to ensure maternal health and to reduce the risks of neonatal diseases, chronic non-communicable diseases, in the short and long term. The objective was to evaluate the nutritional knowledge and food consumption of pregnant women in a Basic Health Unit in the urban area of the Cuité-Paraíba municipality. The study was carried out in the Luiza Dantas de Medeiros Basic Unit, with all the pregnant women accompanied by the prenatal care. For data collection, a questionnaire on food consumption and nutritional knowledge during pregnancy was used. After applying the questionnaires, an analysis was carried out in which the collected data was organized in a Microsoft Excel spreadsheet and represented by means of tables for a better visualization and formatting of the results. The mean age of the pregnant women was 24.6 ± 7.21 , the diseases presented during the gestational period were 10% anemia, 5% Gestational Diabetes Mellitus and 5% concomitant Gestational Diabetes Mellitus and Gestational Arterial Hypertension, all the pregnant women manifested that "eating healthy during pregnancy is important", in terms of eating habits, 95% eat between meals, 80% eat 3 to 6 meals a day, in terms of the food group that fruits consume, they represent 75% while that artificial juices are the least consumed with 15%, then vegetables represented the % of consumption. It is concluded that schooling and lack of access to information can restrict the adoption and access to healthy foods and it is necessary to carry out food and nutrition education to sensitize pregnant women about the benefits of healthy eating habits during pregnancy.

Keywords: pregnant women; nutrition; Feeding Habits; nutritional knowledge.

LISTA DE TABELAS:

Tabela 1- Caracterização sociodemográfica das gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).....	18
Tabela 2- Conhecimento nutricional e saúde das gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).....	21
Tabela 3- Alimentos consumidos na refeição de café da manhã de gestante acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).....	22
Tabela 4- Alimentos consumidos na refeição de almoço por gestante acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).....	23
Tabela 5- Alimentos consumidos na refeição de jantar por gestante acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).....	24
Tabela 6- Hábitos alimentares das gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).....	25
Tabela 7- Frutas mais consumidas pelas gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).....	26

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	9
2 OBJETIVOS.....	11
2.1 OBJETIVO GERAL.....	11
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
3 REFERENCIAL TEÓRICO.....	12
3.1 NUTRIÇÃO NA GESTAÇÃO.....	12
3.2 HÁBITOS ALIMENTARES NA GESTAÇÃO.....	13
3.3 CONSUMO ALIMENTAR.....	14
3.4 CONHECIMENTO NUTRICIONAL.....	15
4 MATERIAL E MÉTODOS.....	17
4.1 TIPO DE ESTUDO.....	17
4.2. LOCAL DE EXECUÇÃO.....	17
4.3. PARTICIPANTES DA PESQUISA.....	17
4.4. INSTRUMENTOS PARA COLETA DE DADOS.....	17
4.5 ANÁLISE ESTATÍSTICA	18
4.6 ASPECTOS ÉTICOS.....	18
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	18
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	29
REFERÊNCIAS.....	30
APÊNDICE	37
APÊNDICE A: QUESTIONÁRIO	38
APÊNDICE B: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	40
APÊNDICE C: COMPROVAÇÃO DE APROVAÇÃO NO COMITÊ.....	42

1 INTRODUÇÃO

O período gestacional requer um aumento das necessidades nutricionais, nesse processo é essencial uma nutrição adequada, em prol da saúde da mãe e do feto (LIMA, 2015). Porém, a gestação pode ser propícia para a inadequação nutricional, provinda das alterações fisiológicas no sistema cardiocirculatório, respiratório e gastrointestinal, além das metabólicas e hematológicas, proveniente também da demanda de energia de macro e micronutrientes para o desenvolvimento fetal (TEIXEIRA; CABRAL, 2016).

Dessa forma, ter uma alimentação saudável durante essa fase é importante para o crescimento fetal, para assegurar a saúde materna e diminuir os riscos de doenças neonatais e riscos da amamentação (FARIAS *et al.*, 2019). O estado nutricional adequado é considerado importante nos períodos pré-gestacional e gestacional, pois as mulheres estão vulneráveis nutricionalmente e podem comprometer o aporte energético entre mãe e feto, limitando a disponibilidade de nutrientes (LIMA, 2015).

Os problemas nutricionais ainda são recorrentes nessa fase, porém as mulheres apresentam esforço para que seja uma gestação tranquila e saudável, priorizam a própria saúde e a do feto, e procuram informações em revistas, redes sociais - (internet) ou com familiares, amigos e profissionais de saúde (RIGON, 2011).

O consumo alimentar de gestantes, em alimentos ricos em nutrientes essenciais, é escasso, enquanto o consumo de alimentos ricos em gordura e hipercalóricos, é alto, representando fator de risco para surgimento de doenças gestacionais (diabetes gestacional, síndromes hipertensivas), desfechos obstétricos e fetais desfavoráveis (aborto, parto prematuro, morte neonatal, baixo peso ao nascer), distúrbios nutricionais e deficiências de vitaminas e minerais que são de suma importância para o desenvolvimento saudável da mãe e do feto (DOS SANTOS *et al.*, 2016).

Além desses aspectos, o consumo alimentar envolve outros parâmetros relevantes que devem ser levados em consideração, pois, além dos nutrientes, a alimentação envolve a dimensão biológica, socioeconômica, cultura, religiosa e simbólica, como também pode estar relacionado às condições de vida, trabalho, renda, acesso aos serviços básicos, a família, formando a tríade: biológica, psíquica e social (FARIAS, *et al.*, 2019). A partir de todo o contexto do aumento de complicações para a gestante e o neonato, o cuidado ao longo da gestação e a atenção nutricional de qualidade no pré-natal, pode superar os riscos econômicos e sociais para garantir uma melhor condição de vida para esses seres que vier a nascer (LIMA, 2015).

Tendo em vista a importância da alimentação adequada na gravidez, surge a questão: qual o nível de conhecimento das gestantes sobre os aspectos nutricionais e como isso reflete no consumo alimentar dessas mulheres? Diante do exposto, o presente trabalho visa avaliar o consumo alimentar como indicador importante para o estado nutricional, pois através dele pode ser identificado problemas na alimentação, assim como, avaliar o conhecimento nutricional a fim de permitir o diagnóstico nutricional, para que seja possível traçar medidas para promover alteração nos hábitos e comportamento alimentar.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar o conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde de Cuité-Paraíba.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Caracterizar o perfil das gestantes atendidas na Unidade de saúde, quanto às variáveis socioeconômicas e educacionais;
- ✓ Caracterizar o conhecimento nutricional e o consumo alimentar das gestantes;
- ✓ Investigar os hábitos alimentares das gestantes.

3 REFERÊNCIAL TEÓRICO

3.1 NUTRIÇÃO NA GESTAÇÃO

A nutrição, durante os períodos pré-gestacional e gestacional, tem um papel importante na saúde da mulher. Uma alimentação saudável é responsável por proporcionar resultados esperados para uma boa gestação, com a disponibilidade de nutrientes ao embrião dando suporte aos processos críticos de embriogênese e organogênese (RAMAKRISHNAN *et al.*, 2012).

A gestação dura cerca de 40 semanas ou 9 meses, onde um conceito é gerado através do encontro do espermatozoide com o óvulo. A partir do momento da fecundação, o corpo feminino passa por diversas mudanças que envolvem os mais variados sistemas e aparelhos, ocorrendo modificações nos aspectos biológicos e psíquicos. Essas alterações aumentam a demanda de proteínas, carboidratos, lipídeos, vitaminas e minerais, nutrientes que irão garantir o desenvolvimento do feto de forma segura, através da transferência placentária de nutrientes mãe-feto (DA SILVA, 2015).

Durante a gestação, as necessidades energéticas e a ingestão calórica aumenta, em aproximadamente 300 kcal/dia. Esse número é proveniente da estimativa de 80.000 kcal, que é necessário para a gravidez a termo. Essa energia é importante para suprir o aumento do metabolismo materno e fetal, como também para dar suporte ao crescimento fetal e placentário. Especificamente no segundo e terceiro trimestre, a demanda de energia aumenta em torno de 340 kcal e 452 kcal, respectivamente, e podem variar conforme idade, IMC e nível de atividade física da gestante, respeitando a individualidade (KOMINIAREK; RAJAN, 2016).

Uma nutrição adequada é imprescindível, o consumo adequado dos macros e micronutrientes é necessário para que sejam supridas todas as necessidades da mãe, da placenta, do feto e torna-se relevante a ingestão de todas as vitaminas e minerais, para que a gestante não venha a ter deficiência de ferro (anemia), infecções do trato urinário, redução da densidade da massa óssea, neutropenia, hipertensão e pré-eclampsia, e também para evitar complicações para o feto como partos prematuros, baixo peso ao nascer e problemas de malformação fetal (KOCYŁOWSKI *et al.*, 2018).

Quantidades adequadas de micronutrientes, trazem benefícios para a formação do feto, destacando: desenvolvimento neurocognitivo, percepções sociais, habilidades viso

especiais, fechamento completo do tubo neural para que evite as más formações, visão, expressão gênica, manutenção óssea (FERRAZ *et al.*, 2021; DE MACEDO *et al.*, 2019).

O acompanhamento nutricional torna-se indispensável nesse período, para que as demandas sejam supridas e não ocorram deficiências que possam prejudicar a saúde da mãe e do feto. Fazer boas escolhas alimentares e preferir alimentos naturais e equilibrados deve ser via de regra nessa fase da vida.

3.2 HÁBITOS ALIMENTARES NA GESTAÇÃO

Alguns fatores são primordiais para a evolução da gestação, entre eles os hábitos alimentares, que apresentam evidências em interferir no estado nutricional da gestante, pois, se não forem saudáveis, podem refletir na condição de saúde da mãe e do feto. Ademais, a gestação traz consigo mudanças no padrão alimentar habitual, incluindo diminuição das funções gustativas e do apetite, o que pode mudar a ingestão alimentar de forma negativa (OLIVEIRA, 2019).

Os hábitos alimentares não estão relacionados somente com os alimentos, eles possuem relação direta com as crenças, comportamentos, religião, tabus, práticas, ou seja, estão envolvidos com as questões religiosas, culturais, socioeconômicas e psicológicas, assim como o ambiente de cada indivíduo e o comportamento alimentar (OLIVEIRA, 2019).

Algumas variáveis como renda e escolaridade podem ter relação direta com a alimentação, pois mulheres que possuem renda mais baixa, conseqüentemente, também possuem, o poder de compra e aquisição de alimentos baixo. A escolaridade intervém no conhecimento em relação ao alimento e seus benefícios concedidos, além de tornar-se fator de risco, pois as mulheres que apresentam baixa escolaridade apresentam maior dificuldade acesso à informação, tornando este um fator determinante para o consumo alimentar e estado nutricional, quanto mais anos de estudos, maior o domínio sobre os alimentos que não fazem bem (DA SILVA *et al.*, 2018).

Hábitos alimentares saudáveis são considerados importantes para redução de gordura e de peso. Em um estudo realizado por Furlan, De Carli e Kumpel, (2019), as gestantes que possuíam um IMC alto durante o período pré- gestacional apresentaram facilidade em adquirir doenças e complicações na gestação, como a diabetes, hipertensão e dificuldades no parto. Muitas mulheres apresentam uma alimentação desequilibrada,

algumas não chegam a realizar nem três refeições ao dia, com uma dieta caracterizada pelo alto consumo de sal, açúcar simples, gorduras e óleos, baixa ingestão de frutas, verduras e hortaliças e pouca hidratação, possibilitando um desequilíbrio no consumo de alguns nutrientes essenciais como cálcio, fósforo, retinol, vitamina C, folato e ferro. Esse desequilíbrio pode ser melhorado com intervenções nutricionais e estratégias em saúde para que a saúde seja de forma dupla, entre mãe e feto (DA SILVA *et al.*, 2018; PIRES; GONÇALVES, 2021).

As escolhas alimentares das gestantes geralmente não são das melhores, a alimentação é fundamentada em feijão, arroz, carne, porém contém sucos artificiais, refrigerantes, margarina, pizzas, embutidos, doces, outros industrializados e das frutas são consumidas com maior frequência somente a laranja e dos vegetais, os “verdes”, caracterizando uma baixa ingestão de minerais, vitaminas, gorduras mono e poliinsaturados e fibras (PIRES; GONÇALVES, 2021).

3.3 CONSUMO ALIMENTAR

O consumo alimentar das gestantes é baixo em alimentos que são ricos em nutrientes essenciais com alta ingestão de alimentos com grande densidade calórica e com reduzido teor de nutrientes (DOS SANTOS *et al.*, 2016). Dessa forma, fica claro que a ingestão de alimentos ultraprocessados é uma das causas do sobrepeso e obesidade e ganho de peso gestacional em excesso (BECKER *et al.*, 2020).

Furlan, De Carli e Kumpel (2019) afirmam no seu estudo que no grupo das frutas as gestantes tinham preferência por banana e laranja, nas hortaliças prevaleceram o alface e tomate, o arroz, pão branco, batata e macarrão foram o mais escolhido no grupo dos cereais, e nas proteínas a carne bovina e o frango e baixo consumo de peixes, além de um alto consumo de laticínios, o feijão, os embutidos e frituras, estes últimos, contendo alta densidade energética e gordura. Um estudo afirma que das participantes 55% consomem carnes e 10% ovos todos os dias, 72% de hortaliças e leguminosas, 31% de frutas, 59% de leite e lácteos, apresentaram também consumo de açúcares, doces e óleos e gorduras diariamente (ALVIM; SILVA; GOULART, 2010).

Nas principais refeições é relatado que a maioria das gestantes consomem alimentos ricos carboidrato, que são energéticos, entre os principais estão: arroz, feijão, farinha e massas, mas também consomem frutas, hortaliças e legumes. Uma ingestão

ponderada de proteínas, nesses casos, requer um maior cuidado, visto que a deficiência de proteínas pode trazer prejuízos ao desenvolvimento fetal, pois participam de processos metabólicos e fisiológicos, assim como a ingestão de alimentos rico em fontes de lipídeos mono e poli-insaturados, pois são essenciais para um bom desenvolvimento fetal, especialmente neural, e também proporcionam benefícios para a saúde da gestante (FARIAS *et al.*, 2019).

Porém, o consumo alimentar varia de acordo com condicionantes sociais, gestantes casadas, com união estável e com menos de um salário mínimo está em uma situação na qual o consumo alimentar pode repercutir negativamente, como também aquelas que possuem baixa escolaridade, pois possuem dificuldades de compreender e absorver as informações necessárias e os cuidados, acarretando hábitos de vida não saudáveis (BECKER *et al.*, 2020).

3.4 CONHECIMENTO NUTRICIONAL

Conhecimento nutricional é definido como um processo que analisa o entendimento sobre alimentação e nutrição, e avalia a aquisição das informações para que sejam criadas intervenções para aprimorar conhecimento e a partir disso melhorar os hábitos alimentares e as condutas acerca da alimentação (PERIN *et al.*, 2015).

A percepção sobre promoção e prevenção em saúde não é o bastante pelas gestantes, pois os comportamentos apresentados, na maioria, não trazem benefícios às mesmas e ao feto. Maus hábitos alimentares demonstram que o conhecimento nutricional não é amplo e suficiente para elas adotarem boas escolhas (CUNHA *et al.*, 2018).

Farias *et al.* (2019) afirmam que o conhecimento nutricional das gestantes oscila de acordo com a escolaridade, algumas gestantes possuem percepções mais limitadas e outras apresentam noções mais elaboradas, dessa forma, fica claro que as gestantes que possuem pouco entendimento sobre o assunto tendem a sair prejudicadas, visto que o conhecimento, associado à alimentação e nutrição, é essencial nessa fase.

O conhecimento nutricional pode ser adquirido também por meio de rodas de conversas entre mulheres para entender como viver de forma saudável, essa troca de experiências permite consolidação de ideias e obtenções de mais conhecimentos, essa participação ativa pode ser uma multiplicadora de informação, com o repasse de informações para a família e amigos, evitando comportamentos não saudáveis com o

bebê, pois as gestantes podem adotar atitudes e práticas que tragam benefícios (CUNHA *et al.*, 2018).

4 METODOLOGIA

4.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de uma pesquisa do tipo exploratória, a qual permite descobrir outras percepções sobre o tema, que é pouco debatido ou conhecido, contribui para que o modo de pensar seja mudado, pode ser associada a outros tipos de pesquisa, como revisão bibliográfica e análise quantitativa, para que permita um conhecimento mais amplo sobre o tema (MARTELLI *et al.*, 2020).

Os resultados foram analisados a partir da análise qualitativa, observando a orientação acerca das respostas coletadas para entender, descrever e interpretar os resultados com uma finalidade investigativa (PROETTI, 2018).

4.2 LOCAL DE EXECUÇÃO

O presente estudo foi realizado na Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros no município de Cuité- Paraíba.

4.3 PARTICIPANTES DA PESQUISA

Para obter a amostra, utilizou-se como critério de inclusão, as gestantes que estavam sendo acompanhadas pelo pré-natal nos meses de setembro e outubro, em diferentes meses de gestação e classes etárias, as quais fazem parte da Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros, como critério de exclusão, aquelas que não desejaram participar da pesquisa.

4.4 INSTRUMENTOS PARA COLETA DE DADOS

Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário adaptado de Farias *et al.* (2019), construído a partir de blocos contendo questões abertas e fechadas, o primeiro bloco (informação da gestante) tem a intenção de obter informações primárias quanto ao perfil da gestante: idade, escolaridade, estado civil, mês de gestação e se já tem filho. No segundo bloco (hábitos alimentares da gestante), quais alimentos a gestante consome no

momento da pesquisa, quais os principais consumidos diariamente no almoço, café e jantar e quantas refeições costuma fazer. No bloco três (conhecimento nutricional) a percepção sobre nutrição e gestação, os benefícios e suas vertentes na promoção e prevenção de saúde (APÊNDICE A). A unidade tinha 27 gestantes cadastradas no pré-natal, 20 delas participaram da pesquisa, outras 7 não quiseram.

4.5 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados coletados foram organizados em planilha de Microsoft Excel para análise e representados por meio de tabelas para melhor visualização e formatação dos resultados.

4.6 ASPECTOS ÉTICOS

A participação na pesquisa foi voluntária, após a aceitação todas foram esclarecidas quanto a finalidade, garantindo o anonimato no caso da utilização e publicação dos dados e quanto ao direito de desistir da participação a qualquer momento e formalizada através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice B).

De acordo com a Resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996, do Conselho Nacional de Saúde, revogada pela Resolução CNS nº 466/12, o projeto foi submetido para avaliação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro de Formação de Professores (CFP) da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) e em seguida aprovado com número do CAAE 58991622.2.0000.0154 (APÊNDICE C).

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo objetivou-se em investigar o conhecimento nutricional e os hábitos alimentares de gestantes atendidas pelo pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, do município de Cuité-PB. Ao final da pesquisa, 20 (vinte) mulheres participaram da pesquisa, em diferentes trimestres de gestação.

A Tabela 1 sumariza as características sociodemográficas das respectivas entrevistadas. A média de idade das gestantes foi de $24,6 \pm 7,21$ anos, com o número de filhos de $1,83 \pm 1,24$. Em relação ao mês de gestação foi apresentado uma média de $4,8 \pm 2,50$. O número de moradores do domicílio foi $2,8 \pm 1,15$ e quanto ao grau de escolaridade, 10% relataram possuir o ensino fundamental completo, 5% o ensino fundamental incompleto, 20% o ensino médio completo, 20% ensino médio incompleto, 20% o ensino superior completo e 5% o ensino superior incompleto. A educação tem ligação direta com a saúde, pois indivíduos que possuem baixa escolaridade possuem dificuldades no acesso à informação, conhecimento acerca dos seus direitos e demoram a procurar os serviços de saúde (LIMA, 2015).

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica das gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luíza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).

Variáveis	Média/DP
<i>Idade</i>	24.6±7.21
<i>Nº de filhos</i>	1.83±1.24
<i>Mês de gestação</i>	4.8±2.50
<i>Nº de moradores</i>	2.8±1.15
<i>Escolaridade</i>	<i>n (%)</i>
Ensino Fundamental Completo	2 (10,0)
Ensino Fundamental Incompleto	1 (5,0)
Ensino Médio Completo	8 (40,0)
Ensino Médio Incompleto	4 (20,0)
Ensino Superior Completo	4 (20,0)
Ensino Superior Incompleto	1 (5,0)
<i>Profissão</i>	<i>n (%)</i>
Estudante	7 (35,0)
Agricultora	5 (25,0)

Enfermeira	2 (10,0)
Recepcionista	1 (5,0)
Dona de casa	1 (5,0)
Auxiliar de limpeza	1 (5,0)
NS/NR	3 (15,0)
<i>Estado Civil</i>	<i>n (%)</i>
Casa/União estável	12 (60,0)
Solteira	6 (30,0)
Divorciada	2 (10,0)

Fonte: Próprio autor, 2023.

Referente à profissão (Tabela 1), a mais frequente foi de estudante, com 35%, em seguida com 25% (agricultora). Outras profissões relatadas foram: enfermeira; recepcionista; dona de casa e auxiliar de limpeza, algumas não sabia ou não responderam, o que somaram 40%. Sobre o estado civil, 60% afirmaram ser casadas/união estável, 30% solteiras e 10% divorciadas. A presença de um companheiro durante a gestação é importante para que possa transmitir segurança, dividir as responsabilidades e fortalecimento da rede de apoio, além disso facilita a adesão ao pré-natal, por essa razão é interessante que o profissional de saúde vincule e inclua a presença paterna nos cuidados da gestação (DE SOUSA *et al.*, 2021).

Durante o período gestacional algumas doenças podem surgir ou se agravar, por isso o acompanhamento pré-natal é de extrema importância, para que gestante receba as orientações necessárias, seja avaliado o consumo alimentar para avaliar se é proteção ou risco para a gestação e para manutenção ou melhora do estado nutricional, isso tudo pode contribuir para desfechos gestacionais positivos (LISBOA *et al.*, 2017).

A Tabela 2 apresenta as respostas das grávidas quando indagadas se apresentaram alguma doença durante a gestação. Pode-se observar que 10% apresentaram anemia. As necessidades de ferro estão aumentadas durante a gravidez, para atendimento à demanda do organismo materno e fetal, conseqüentemente, há um aumento da carência desse nutriente (SCHAFASCHEK *et al.*, 2018).

A anemia geralmente é causada pela ingestão insuficiente de ferro pela alimentação, ou pela grande exigência de ferro pelo corpo, visto que é necessário para o desenvolvimento fetal, durante os trimestres de gestação a carência pelo ferro tem um aumento significativo durante o 2º e 3º para permitir o crescimento do feto e da placenta

(DE OLIVEIRA *et al.*, 2021). Alimentos como carne-vermelhas, aves, peixe, gema de ovo, vegetais folhosos verde-escuros e leguminosas são fontes de ferro para que possa manter as reservas suficientes (FARIAS *et al.*, 2019)

Tabela 2. Conhecimento nutricional e saúde das gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).

VARIÁVEIS	n (%)
<i>Apresentou/Apresenta doença no decorrer da gestação</i>	
Não	16 (80,0)
Diabetes Melito Gestacional	1 (5,0)
Diabetes Melito Gestacional + Hipertensão Arterial Gestacional	1 (5,0)
Anemia	2 (10,0)
<i>Alimentação saudável durante a gestação é importante?</i>	
Sim	20 (100,0)
<i>Ter uma alimentação saudável e equilibrada durante a gestação pode evitar o surgimento ou agravamento de doenças?</i>	
Sim	20 (100,0)
<i>Você se considera uma gestante nutrida?</i>	
Sim	15 (75,0)
Não	5 (25,0)

Fonte: Próprio autor, 2023.

Ainda sobre –“conhecimento nutricional e saúde” (Tabela 2), foi possível identificar que 5% apresentaram Diabetes Melitos Gestacional (DMG), patologia que é definida como qualquer grau de intolerância à glicose com início ou com diagnóstico durante a gravidez, sendo uma das doenças metabólicas mais comuns e que trazem consequências desfavoráveis para mãe e concepto, em curto e longo prazo. A mulher acometida por essa patologia tem maiores riscos de desenvolver pré-eclâmpsia, diabetes mellitus tipo 2, além da macrosomia fetal, distúrbios hipertensivos e altos índices de cesariana. Dessa forma é essencial que seja feita uma intervenção nutricional através de um planejamento alimentar adequado que atenda às necessidades da gestante, a fim de melhorar os índices glicêmicos (GRACIA; OLMEDO 2017). A longo prazo, o DMG pode trazer consequências, onde a mulher pode se tornar diabética, como também a transmissão materno-fetal de doenças crônicas não transmissíveis e o desenvolvimento delas em outras fases da vida da criança (FRANZAGO *et al.*, 2019).

Ainda neste ponto, em nossa pesquisa, 5% das gestantes alegaram ter, concomitante, Diabetes Melito Gestacional e Hipertensão Arterial Gestacional. A Hipertensão Arterial Gestacional, é uma doença crônica metabólica considerada como fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (RESENDE *et al.*,

2022). A nutrição nessa fase é importante para prevenir o ganho de peso gestacional que é um fator de risco para as doenças hipertensivas, assim como para que a gestante tenha um estado nutricional eutrófico, ajudando na prevenção dessa patologia e para as que já estão acometidas que ela seja controlada para evitar desfechos insatisfatórios como: parto prematuro, pré-eclâmpsia, baixo peso ao nascer e tonturas (ALMEIDA; SOUZA, 2016).

Sobre o conhecimento nutricional, todas (100%) as gestantes afirmaram que a “alimentação saudável durante a gestação é importante” e que ter uma “alimentação equilibrada pode evitar o surgimento ou agravamento de doenças”, além disso 75% se consideraram uma “gestante nutrida”, enquanto 25% não.

A Organização Mundial de Saúde (OMS, 2004) tem como conceito para alimentação saudável “o consumo de frutas, hortaliças, legumes, cereais integrais e frutas secas e limitar o consumo de alimentos provenientes de gorduras e açúcares, dá preferência para os naturais, regionais pois são fontes de carboidratos, proteínas, vitaminas, fibras e minerais”.

A alimentação e orientação nutricional adequada é importante nesse período, inclusive a partir do primeiro trimestre de gestação para que haja mudança dos comportamentos e como resultado, redução na incidência dessas patologias (OLIVEIRA; LOPES; FERNANDES, 2014). Um estudo realizado em uma clínica comunitária, com 190 gestantes, evidenciou que a intervenção/orientação nutricional pode melhorar o comportamento alimentar, redução de ganho de peso excessivo e conseqüentemente, redução ou não aparecimento de patologias (TREVISAN, 2015).

A Tabela 3 sumariza os alimentos consumidos pela gestante no “Café da Manhã”. Quanto ao consumo a “bolacha”, este apareceu com maior frequência, em seguida o “pão” e o “café com leite”, ambos com frequência 9. Os três alimentos são consumidos pela população de qualquer classe econômica, pois são de baixo custo, fácil acesso e boas fontes de energia, além de tudo estão incluídos entre os grupos alimentares básicos para manutenção da saúde e fornecimento de energia (COELHO *et al.*, 2017). O pão é importante ser consumido, tendo em vista que a farinha de trigo usada como ingrediente recebe fortificação de micronutrientes importantes como: ácido fólico, ferro e zinco (MINGUITA *et al.*, 2012).

Tabela 3. Alimentos consumidos na refeição de café da manhã de gestante acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).

Alimentos	n (%)
Bolachas	12 (60,0)
Pão	9 (45,0)
Café com Leite	9 (45,0)
Café	8 (40,0)
Bolo	8 (40,0)
Suco	7 (35,0)
Frutas	7 (35,0)
Ovos	6 (30,0)
Leite	5 (25,0)
Bebida Láctea	3 (15,0)
Cuscuz	1 (5,0)
Chá	1 (5,0)
Refrigerante	1 (5,0)

Fonte: Próprio autor, 2023.

Foram citados também o “bolo”, “suco”, “frutas”, “ovos”, “leite” e “bebida láctea”, totalizando uma frequência de 44 vezes em que os alimentos foram mencionados. As frutas são componentes ideais para o fornecimento de micronutrientes, fibras e vitaminas, que podem auxiliar na saúde e conseqüentemente no desenvolvimento do feto, como também ajuda na substituição de alimentos com alta concentração de gordura, açúcar e sal, o que faz muito bem a saúde (FIGUEIRA; LOPES; MODENA, 2016). Alguns micronutrientes são importantes na gestação, como: Vitamina A, C, D, B12, e B6 ácido fólico, ferro, zinco, cobre e selênio, pois garantem um desenvolvimento e formação fetal adequada (FERRAZ *et al.*, 2021). Dos alimentos menos consumidos foram citados o “refrigerante”, “chá” e o “cuscuz” com uma repetição cada um, porém no jantar teve resultado contrário em relação ao “cuscuz”, isso pode ser explicado devido aos costumes locais de consumir cuscuz preferencialmente no jantar.

A Tabela 4 elucida os principais alimentos consumidos pelas gestantes na refeição do almoço, onde destacou-se o “feijão” (95%), seguido do “arroz” (90%), “frango” (85%) e “carnes” (70%). Essas carnes não foram especificadas pelas gestantes, mas é necessário destacar a existência de produtos cárneos, que são produzidos pela indústria e que possui composição nutricional inadequada, com excesso de sódio, gorduras e aditivos alimentares, como exemplo dos “empanados”, alimentos ultraprocessados (GUIA ALIMENTAR PARA POPULAÇÃO BRASILEIRA, 2014). Já em relação ao “arroz e feijão”, é importante destacar que os hábitos alimentares são formados de acordo com a

cultura e regionalização que o indivíduo está inserido, e no Brasil essa dupla é muito comum na mesa. Ademais, o arroz é um alimento fonte de energia através dos carboidratos, possui proteína e na sua forma integral é rico em fibra, vitamina, minerais e lipídeos, o feijão é uma leguminosa fonte de proteína vegetal, rico em ferro (não heme), minerais, fibras e vitaminas, essa mistura é a base da dieta do Brasileiro (JORGE *et al.*, 2014). Além disso a mistura do arroz com feijão tem uma ótima combinação de nutrientes, completa mistura aminoacídica, fornecendo energia, proteínas, vitaminas e minerais (SANTOS *et al.*, 2017).

Tabela 4. Alimentos consumidos na refeição de almoço por gestante acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).

Alimentos	n (%)
Feijão	19 (95,0)
Arroz	18 (90,0)
Frango	17 (85,0)
Carnes	14 (70,0)
Macarrão	10 (50,0)
Verduras/legumes	10 (50,0)
Salsicha	9 (45,0)
Peixes	9 (45,0)
Ovos	9 (45,0)
Frutas	6 (30,0)
Calabresa	1 (5,0)

Fonte: Próprio autor, 2023.

Dentre os alimentos menos citados estiveram presentes o “ovo” (45%), “frutas” (30%) e a “calabresa” (5%). Além disso, foi relatado o consumo de “carnes”, “macarrão”, “verdura/legumes”, “salsicha e peixes”, totalizando 52 citações. O peixe é um alimento fonte de ácidos graxos poli-insaturados e no período gestacional ele desenvolve funções metabólicas, energética e estruturais e além disso tem influência em algumas patologias e tem sido estudado sobre a importância no crescimento do feto e no desenvolvimento do Sistema Nervoso Central, trazendo benefícios a saúde materna e fetal (CETIN., et al, 2009).

Para a alimentação deve ser levando em consideração além dos elementos nutricionais e necessários para a fisiologia do corpo, os elementos estruturais, econômicos e sociais, dessa forma é importante saber se a gestante tem condições financeiras para

incluir vegetais e hortaliças nas principais refeições, pois a pouca frequência desses alimentos na rotina aumenta a possibilidade de carências nutricionais e possíveis doenças possam surgir, visto que algumas aparecem na deficiência de alguma vitamina, mineral ou micronutriente, como também os abortos espontâneos (BRITO *et al.*, 2016).

A Tabela 5 sumariza os alimentos consumidos no jantar. Os mais citados foram os “sanduiches”, “hot dogs”, “salgados”, “bolos”, “doces e pizzas” (45%).

Tabela 5. Alimentos consumidos na refeição de jantar por gestante acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).

Alimentos	n (%)
Sanduiches, hot dog, salgados, bolos, doces, pizzas	9 (45,0)
Cuscuz	7 (35,0)
Arroz de leite	3 (15,0)
Sopa	2 (10,0)
Macaxeira	2 (10,0)
Carne moída	1 (5,0)
Peixe	1 (5,0)
Feijão	1 (5,0)
Batata doce	1 (5,0)
Bolacha com leite	1 (5,0)

Fonte: Próprio autor, 2023.

É possível constatar que os itens mais consumidos são alimentos ricos em açúcar e gorduras (ultra processados). O padrão alimentar que contém a presença de alimentos ultra processados trazem malefícios a saúde e tem grande potencial nocivo, visto que, possuem baixo teor de nutrientes, fibras, proteína e alto teor de açúcares, sódio, colesterol, gorduras (GUIA ALIMENTAR PARA POPULAÇÃO BRASILEIRA, 2014). Este padrão alimentar é responsável pelo aumento da quantidade de calorias da alimentação, comprometendo a saúde da gestante e do feto, podendo assim desencadear doenças pois a gordura trans pode ser transmitida ao bebê via placentária e desenvolver o processo de aterogênese de forma intrauterina, além do aumento de peso que é fator de risco para doenças crônicas (PIRES; GONÇALVES 2021; DOS SANTOS *et al.*, 2021).

O cuscuz aparece com 7 citações, é uma preparação a base de farinha de milho, muito conhecido e tem grande disponibilidade nas prateleiras dos mercados, possui boa adesão, porque além de ser uma comida regional, tem um ótimo sabor e custo-benefício, como também é uma ótima fonte de energia (FORMIGHIERI *et al.*, 2019).

A Tabela 6 retrata sobre os hábitos alimentares gerais das gestantes. Após constatou que 95% afirmaram se alimentar no intervalo das refeições (lanches) e 80% relatou fazer de três a seis refeições, enquanto 20% fazem de uma a três. Dentre os alimentos consumidos com maior frequência temos as “frutas”, onde 70% das gestantes relataram consumir e 40% relataram consumir “doces”. Com menor frequência—de consumo, se destacaram os “sucos artificiais” (15%) os legumes (25%). Estes resultados refletem na forma como elas se alimentam que estará relacionada intrinsecamente com a saúde fetal durante a gravidez. Em adição, é importante destacar que o alimento consumido na gestação irá influenciar no estabelecimento das preferências alimentares do conceito, já que o feto, é precocemente capacitado para deglutir, pois o líquido amniótico e assim reconhecer os compostos voláteis da alimentação (APARÍCIO, 2022), dessa forma é importante a adesão a bons hábitos alimentares para que o feto tenha reconhecimento da diversidade alimentar, para que no futuro tenha boa aceitação.

Tabela 6. Hábitos alimentares das gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).

Variáveis	n (%)
<i>Você costuma se alimentar no intervalo das refeições?</i>	
Sim	19 (95,0)
Não	1 (5,0)
<i>Quantas refeições faz por dia?</i>	
3 a 6 refeições	16 (80,0)
1 a 3 refeições	4 (20,0)
<i>Alimentos consumidos com maior frequência</i>	
Frutas	14 (70,0)
Doces	8 (40,0)
Gorduras e óleos	6 (30,0)
Verduras	6 (30,0)
Legumes	5 (25,0)
Refrigerantes	3 (15,0)
Sucos artificiais	3 (15,0)
Embutidos	1 (5,0)
<i>Alimentos consumidos com menor frequência</i>	
Sucos artificiais	10 (50,0)
Legumes	8 (40,0)
Doces	8 (40,0)
Sal	7 (35,0)

Embutidos	7 (35,0)
Refrigerantes	7 (35,0)
Gorduras e óleos	5 (25,0)
Frutas	1 (5,0)
Verduras	1 (5,0)

Fonte: Próprio autor, 2023.

A Tabela 7 destaca as “frutas mais consumidas pelas gestantes”, dentre estas, destaca-se, a banana e laranja, onde 70% relataram consumir. As frutas com apenas uma citação cada foi a melancia, mamão e o limão (5%).

Tabela 7. Frutas mais consumidas pelas gestantes acompanhadas no pré-natal da Unidade Básica de Saúde Luiza Dantas de Medeiros, Cuité/PB (n=20).

Alimentos	n (%)
Banana	14 (70,0)
Laranja	14 (70,0)
Maçã	9 (45,0)
Uva	6 (30,0)
Manga	4 (20,0)
Mamão	3 (15,0)
Goiaba	3 (15,0)
Abacaxi	2 (10,0)
Melancia	1 (5,0)
Melão	1 (5,0)
Limão	1 (5,0)

Fonte: Próprio autor, 2023.

As frutas e também as hortaliças, são consideradas ótimas fontes nutricionais, pois são ricas em compostos bioativos (compostos fenólicos, vitaminas, carotenoides e minerais), além disso possuem fibras solúveis e insolúveis que são importantes em algumas funções. O seu consumo está relacionado à redução de doenças, inflamação, declínio do sistema imunológico, prevenção de processos neurodegenerativos e redução dos radicais livres por sua atividade antioxidante (VERRUCK; PRUDENCIO; DA SILVEIRA, 2018; SANTOS, 2016).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa permitiu, por meio de análises sobre os hábitos alimentares, um maior conhecimento acerca do padrão alimentar do grupo estudado. As gestantes avaliadas, apresentaram pouca diversificação dos nutrientes em seus hábitos, o que pode estar ligado às doenças apresentadas nesse trabalho.

A abordagem sociodemográfica permitiu analisar que o conhecimento nutricional das gestantes pode estar relacionado ao nível de escolaridade e ao estado civil, pois esses são pontos importantes que podem interferir na adoção/ prática da alimentação saudável, o acesso à informação e aos alimentos.

Pôde-se observar, ainda, que o padrão alimentar das gestantes estudadas possuía a presença de alimentos ultra processados que trazem malefícios a saúde e é responsável pelo aumento de calorias e de peso, porém em, contrapartida, todas as gestantes afirmaram que a alimentação saudável nesse período é importante para o desenvolvimento materno-fetal.

Diante do exposto é necessário a aplicação de estratégias de educação nutricional para que tenha conscientização das gestantes, que os bons hábitos alimentares são fundamentais para manutenção da saúde e prevenção de doenças, contribuindo para promoção, proteção e intervenção em saúde, o que é feito geralmente pelas equipes de saúde.

REFERÊNCIAS

ALVIM, Samanta Toyama; DE ALMEIDA, Daiane Silva; GOULART, Rita Maria Monteiro. Avaliação do conhecimento sobre alimentação na gestação e aleitamento materno. Universidade de Mogi das Cruzes, São Paulo, 2010. Disponível em: https://www.umc.br/imgs/XV_congresso/artigos/Samanta%20Toyama%20Alvim.pdf

Acesso em: 04 de maio 2022.

ALMEIDA, Geovana Brandão Santana; DE SOUZA, Mariana Cristina Moraes. O conhecimento da gestante sobre a hipertensão na gravidez. **Revista de APS**, v. 19, n. 3, 2016. Disponível em:

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15656/8200> . Acesso em 24 de Janeiro de 2023.

ALMEIDA, Izabel Kamilla Cunha et al. Hábito alimentar gestacional e intercorrências obstétricas: uma revisão de literatura. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal da Paraíba. 2015. Disponível em:

<https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/956/1/IKCA22062015.pdf> .

Acesso em 25 de Janeiro de 2023.

APARÍCIO, Inês da Silva. **Evolução ponderal e hábitos alimentares na gravidez: relação com outcomes do parto e do recém-nascido**. 2022. Tese de Doutorado. Disponível em:

https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/55783/1/12802_Tese.pdf . Acesso em 25 de Janeiro de 2023.

BECKER, Patrícia Cemin *et al.* O consumo alimentar da gestante pode sofrer influência de sua condição clínica durante a gestação? **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 20, p. 515-524, 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/tkBbmKS6vyvjGDhCVyLNfff/abstract/?lang=pt>.

Acesso em: 10 de fev.2022.

BRASIL. Resolução nº196, de 10 de outubro de 1996. DIÁRIO OFICIAL DA REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL. Brasília, v. 134, n. 201, out. 1996. Secção1, p. 21.082-21.085. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/1996/res0196_10_10_1996.html Acesso em: 10 de maio 2022.

BRASIL. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 13 jun. 2013. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html#:~:text=A%20presente%20Resolu%C3%A7%C3%A3o%20incorpora%2C%20sob,comunidade%20cient%C3%ADfica%20e%20ao%20Estado. Acesso em: 10 de maio 2022.

BRITO, Antonia Caroline Diniz et al. Consumo de frutas, verduras e legumes por gestantes adolescentes. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 29, n. 4, p. 480-489, 2016. Disponível em:

<https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/5219/pdf> . Acesso em 24 de Janeiro de 2023.

CETIN, Irene; ALVINO, Gioia; CARDELLICCHIO, Manuela. Long chain fatty acids and dietary fats in fetal nutrition. **The Journal of physiology**, v. 587, n. 14, p. 3441-3451, 2009. Disponível em:

<https://physoc.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1113/jphysiol.2009.173062>. Acesso em 15 de Fevereiro de 2023.

COELHO, Caren Novack Valle et al. Consumo alimentar de idosos atendidos em unidades de saúde da família na cidade de Pelotas-RS. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN**, v. 8, n. 2, p. 43-49, 2017. Disponível em:

<https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/574/176> . Acesso em 24 de Janeiro de 2023.

CUNHA, Márcia Valéria Bezerra *et al.* Intervenção educativas para gestantes: Avaliação do conhecimento. **Revista Cereus**, v. 10, n. 3, p. 1-16, 2018. Disponível em:

<http://www.ojs.unirg.edu.br/index.php/1/article/view/1767>. Acesso em 12 de fev. 2022.

DA SILVA, Luzenilda Sabina; DE BORBA, Franciele Pessoa, PESSOA; Douglas Tadeu Cardoso. Análise das mudanças fisiológicas durante a gestação: desvendando mitos. **Revista Eletrônica Faculdade Montes Belos**, v. 8, n. 2, p. 1-16, 2015. Disponível em:

<http://revista.fmb.edu.br/index.php/fmb/article/viewFile/11/8>. Acesso em: 13 de fev 2022.

DA SILVA, Maria Giselda *et al.* Estado nutricional e hábitos alimentares de gestantes atendidas na atenção primária de saúde. **Revista Brasileira de Ciências da saúde**, v. 22, n. 4, p. 349-356, 2018. Disponível em:

<https://periodicos3.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/35688-8>. Acesso em: 10 de fev.2022.

DE MACEDO, Conceição Nahana Alves *et al.* A importância dos micronutrientes no desenvolvimento neurocognitivo da gestação a infância. **Uningá Journal**, v. 56, n. 4, p. 145-155, 2019. Disponível em:

<http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/2985>. Acesso em 13 de fev. 2022.

DE OLIVEIRA, Laura Beatriz Maia et al. Anemia ferropriva na gravidez e a suplementação de sulfato ferroso. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 48225-48233, 2021. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/29735> . Acesso em 23 de Janeiro de 2023.

DE SOUSA, Simone Costa et al. Assistência ao pré-natal: participação do pai na gestação saudável. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 1, p. e14710111330-e14710111330, 2021. Disponível em:

<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/11330> Acesso em 21 de março de 2023.

DOS SANTOS Elinalva Araújo *et al.* Consumo alimentar de gestantes atendidas em Unidades de Saúde. **O mundo da Saúde**, v. 40, n. 1, p. 28-37, 2016. Disponível em:

<file:///C:/Users/Samsung/Downloads/285-Texto%20do%20artigo-472-1-10-20200511.pdf>. Acesso em: 15 de fev. 2022.

DOS SANTOS, Taiane Lima et al. Principais fatores de risco relacionados ao desenvolvimento de diabetes gestacional. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 16, p. e9537-e9537, 2021. Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/9537> Acesso em 09 de março de 2023.

FERRAZ, Leda *et al.* Micronutrientes e sua importância no período gestacional. **Saber Científico (1982-792X)**, v. 7, n. 1, p. 68-82, 2021. Disponível em:

<http://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/resc/article/view/1244>. Acesso em 11 de fev. 2022.

FARIAS, Olivian Júlia Souza *et al.* **Avaliação do conhecimento nutricional de gestantes na UBS Waldir Viana no município de Parintins-AM**. 2019. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura em Ciências Biológicas) - Universidade do Estado do Amazonas, Parintins, 2019. Disponível em:

<http://repositorioinstitucional.uea.edu.br/bitstream/riuea/1732/1/Avalia%c3%a7%c3%a3o%20do%20conhecimento%20nutricional%20de%20gestantes%20na%20UBS%20Waldir%20Viana%20no%20munic%c3%adpio%20de%20Parintins-%20AM.pdf> Acesso em 10 de fev.2022.

FERRAZ, Leda et al. Micronutrientes e sua importância no período gestacional. **Saber Científico (1982-792X)**, v. 7, n. 1, p. 68-82, 2021. Disponível em:

<http://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/resc/article/view/1244> Acesso em 09 de março de 2023.

FIGUEIRA, Taís Rocha; LOPES, Aline Cristine Souza; MODENA, Celina Maria. Barreiras e fatores promotores do consumo de frutas e hortaliças entre usuários do Programa Academia da Saúde. **Revista de Nutrição**, v. 29, p. 85-95, 2016. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rn/a/xVD3hwxJLJCFgbBBfVLWTwv/?lang=pt> Acesso em 24 de Janeiro de 2023.

FRANZAGO, Marica et al. Nutrigenetics, epigenetics and gestational diabetes: consequences in mother and child. **Epigenetics**, v. 14, n. 3, p. 215-235, 2019. Disponível em:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15592294.2019.1582277> Acesso em 01 de março de 2023.

FURLAN, Caroline; DE CARLI, Graziela; KÜMPEL, Daiana Argenta. Excesso de peso e consumo alimentar de gestantes atendidas em unidades básicas de saúde. **Saúde (Santa Maria)**, v. 45, n. 2, p. 12, 2019. Disponível em:

<https://periodicos.ufsm.br/revistasauade/article/view/36625>. Acesso em: 10 de fev.2022.

FORMIGHIERI, Rubia Carla Giordani; BEZERRA, Islandia Bezerra; DE CARVALHO, Soraia Martins. Escritos sobre o cuscuz. **Revista Inter-Legere**, v. 2, n. 25, p. c17358-c17358, 2019. Disponível em:

<https://periodicos.ufrn.br/interlegere/article/view/17358/11894>. Acesso em 24 de Janeiro de 2023.

GRACIA, Vigil-De et al. Diabetes gestacional: conceptos actuales. **Ginecología y obstetricia de México**, v. 85, n. 6, p. 380-390, 2017. Disponível em:

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S030090412017000600380&script=sci_arttext . Acesso em 23 de Janeiro de 2023.

Guia alimentar para a população brasileira / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : ministério da saúde, 2014. Disponível em:

<https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MTM1Mw==> Acesso em 14 de março de 2023.

JORGE, Karoline et al. Avaliação do consumo de arroz e feijão em uma unidade de ensino no município de São Paulo. **Revista Univap**, v. 20, n. 36, p. 35-46, 2014. Disponível em:

<https://revista.univap.br/index.php/revistaunivap/article/view/266/225>. Acesso em 24 de Janeiro de 2023.

KOCYŁOWSKI, Rafael *et al.* Avaliação da ingestão alimentar e estado mineral em gestantes. **Arquivos de ginecologia e obstetrícia**, v. 297, n. 6, pág. 1433-1440, 2018. Disponível em:

<https://link.springer.com/article/10.1007/s00404-018-4744-2>. Acesso em 12 de fev. 2022.

KOMINIAREK, Michelle A.; RAJAN, Priya. Recomendações nutricionais na gravidez e lactação. **Clínicas Médicas**, v. 100, n. 6, pág. 1199-1215, 2016. Disponível em:

[https://www.medical.theclinics.com/article/S0025-7125\(16\)37295-9/fulltext](https://www.medical.theclinics.com/article/S0025-7125(16)37295-9/fulltext). Aceso em: 13 de fev. 2022.

LIMA, Elisiandre Martins de. **Assistência nutricional no pré-natal: avaliação do processo nas Unidades de Saúde da família no município de Vitória de Santo Antão, PE**. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Federal do Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2015. Disponível em:

<https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/18202> Acesso em 13 de mar. 2022.

LISBOA, Cinthia Soares et al. Assistência nutricional no pré-natal de mulheres atendidas em unidades de saúde da família de um município do Recôncavo da Bahia: um estudo de coorte. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 12, n. 3, p. 713-731, 2017. Disponível em:

<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/28439/21770> Acesso em 09 de março de 2023.

MARTELLI, Anderson *et al.* Análise de metodologias para execução de pesquisas tecnológicas. **Brazilian Applied Science Review**, v. 4, n. 2, p. 468-477, 2020. Disponível em:

<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BASR/article/view/7974>. Acesso em: 13 de mar. 2022.

MINGUITA, AP da S. et al. Teor de ferro e zinco em massas alimentícias a base de mistura de farinha de trigo, farinha de arroz e farinha de feijão biofortificadas. 2012. Disponível em:

<https://www.alice.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/946994/1/2012258.pdf>. Acesso em 09 de março de 2023.

OLIVEIRA, Maria Heloisa Moura de. **Perfil epidemiológico e hábitos alimentares de gestantes de alto risco acompanhadas em centro de referência do município de Vitória de Santo Antão/PE**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Federal do Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2019. Disponível em:

<http://repositorioinstitucional.uea.edu.br/bitstream/riuea/1732/1/Avalia%C3%A7%C3%A3o%20do%20conhecimento%20nutricional%20de%20gestantes%20na%20UBS%20Waldir%20Viana%20no%20munic%C3%ADpio%20de%20Parintins-%20AM.pdf> Acesso em 11 de fev. 2022.

OLIVEIRA, Sheyla Costa de; LOPES, Marcos Venícios de Oliveira; FERNANDES, Ana Fátima Carvalho. Construção e validação de cartilha educativa para alimentação saudável durante a gravidez. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 22, p. 611-620, 2014. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/XdyCspp3K5zLTQKqkLZGTsr/?lang=pt> . Acesso em 24 de Janeiro de 2023.

Organização Mundial de Saúde. Estratégia global sobre alimentação, atividade física e saúde. Genebra: OMS; 2004.

PERIN, Lisiane *et al.* Avaliação do perfil nutricional, consumo e conhecimento sobre alimentos funcionais de docentes em escolas públicas. **Perspectiva**, v. 39, n. 145, p. 73-83, 2015. Disponível em:

https://www.uricer.edu.br/cursos/arq_trabalhos_usuario/3278.pdf. Acesso em: 11 de fev.2022.

PIRES, Isadora Garcia; GONÇALVES, Danielle Raquel. Consumo alimentar e ganho de peso de gestantes assistidas em unidades básicas de saúde. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 128-146, 2021. Disponível em:

<https://brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/22641>. Acesso em: 15 de fev. 2022.

PROETTI, Sidney. As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: Um estudo comparativo e objetivo. **Revista Lumen-ISSN: 2447-8717**, v. 2, n. 4, 2018. Disponível em:

<http://www.periodicos.unifai.edu.br/index.php/lumen/article/view/60/88>. Acesso em 13 de fev. 2022.

RESENDE, Maria Suzana de Abreu Barros et al. Perfil epidemiológico da mortalidade materna por doenças hipertensivas gestacionais no Brasil e em Sergipe, de 2010-2020. Epidemiological profile of maternal mortality from gestational hypertensive diseases in Brazil and Sergipe, 2010-2020. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 6, p. 48365-48377, 2022. Disponível em:

<file:///C:/Users/windows%2010%20Pro/Downloads/49749-124226-1-PB.pdf>. Acesso em 09 de março de 2023.

RIGON, Dinara. **Análise do consumo alimentar de grávidas que participam do grupo de gestantes de Tucunduva/RS**. 2011. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, 2011. Disponível em:

<https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/bitstream/handle/123456789/524/1.%20TCC%20Dinara.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em 09 de fev. 2022.

RAMAKRISHNAN, Usha *et al.* Efeito da nutrição das mulheres antes e durante a gravidez precoce nos resultados maternos e infantis: uma revisão sistemática. **Epidemiologia pediátrica e perinatal**, v. 26, p. 285-301, 2012. Disponível em:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1365-3016.2012.01281.x>. Acesso em: 11 de fev.2022.

SANTOS, Ana Carolina Bonelá dos. **Frequência de consumo de frutas, hortaliças e produtos ultraprocessados e estado nutricional de gestantes de Cruzeiro do Sul, Acre**. 2016. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível em:

<https://pdfs.semanticscholar.org/e33a/a49719c7a4ffa6955341581cc4dac07ea26e.pdf>. Acesso em 15 de fevereiro de 2023.

SANTOS et al. **AVALIAÇÃO QUÍMICA DA ADIÇÃO DE FEIJÃO VERMELHO E MARGARINA EM BISCOITOS À BASE DE ARROZ**. In: ANAIS DO SIMPÓSIO LATINO AMERICANO DE CIÊNCIA DOS ALIMENTOS, 2017, Campinas. Anais eletrônicos. Campinas, Galoá, 2017. Disponível em:

<https://proceedings.science/slaca/slaca-2017/papers/avaliacao-quimica-da-adicao-de-feijao-vermelho-e-margarina-em-biscoitos-a-base-d?lang=en> Acesso em: 09 mar. 2023.

SCHAFASCHEK, Heloisa et al. Suplementação de sulfato ferroso na gestação e anemia gestacional: uma revisão da literatura. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, v. 47, n. 1, p. 198-206, 2018. Disponível em:

<https://revista.acm.org.br/index.php/arquivos/article/view/321>. Acesso em: 09 de março de 2023.

SILVA, Júlia de Paula Lima et al. HIPERTENSÃO ARTERIAL GESTACIONAL: saberes revelados entre gestantes atendidas em unidades básicas de saúde. **Rev. Salusvita (Online)**, 2021. Disponível em:

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1411758> Acesso em: 09 de março de 2023.

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. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbgo/a/XpwkQmpFYrC5d48rt5wpcMD/abstract/?lang=pt>
Acesso em 12 de fev. 2022.

TREVISAN, Nicole Patricia Odenheimer. **Avaliação de duas estratégias de acompanhamento nutricional e seu impacto na composição da dieta de pacientes com diabetes mellitus gestacional**. 2015. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível em:

<https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5139/tde-23092015-111821/en.php> Acesso em 21 de março de 2023.

VERRUCK, Silvani; PRUDENCIO, Elane Schwinden; DA SILVEIRA, Sheila Mello. Compostos bioativos com capacidade antioxidante e antimicrobiana em frutas. In: **Revista do Congresso Sul Brasileiro de Engenharia de Alimentos**. 2018. Disponível em:

<https://www.revistas.udesc.br/index.php/revistacsbea/article/view/13312> Acesso em 21 de fevereiro de 2023.

APÊNDICE

APÊNDICE A- QUESTIONÁRIO: consumo alimentar e conhecimento nutricional na gestação

Bloco 1- Informação da mãe

1. Idade: _____
2. Escolaridade: () Analfabeta () Ensino Fundamental () Ensino Médio () Ensino Superior
3. Profissão: _____
4. Estado Civil: () Solteira () Casada / União estável () Divorciada () Viúva
5. Nº de filhos (incluindo o atual): _____
6. Grau de escolaridade: () Fundamental completo () Fundamental incompleto () Ensino médio completo () Ensino médio incompleto () Ensino Superior () Outros
7. Mês de gestação? _____
8. Quantas pessoas moram na sua casa contando com você? Duas () três () quatro () cinco () Mais, quantas? _____

Bloco 2- Hábitos alimentares da gestante

1. Quais os principais alimentos que você consome diariamente:

a) No café da manhã?

Café () Café/Leite () Chá () Refrigerante () Bebidas lácteas () Sucos () Frutas () Mingau () Leite () Bolo () Bolachas () Pão () Ovo () Outros () Citar:

b) No almoço?

Feijão () Arroz () Peixes () Ovos () Frango () Carnes () Verduras/Legumes () Calabresa () Salsicha () Macarrão () Frutas () Outros () Citar: _____

c) No jantar?

Comidas, incluindo os itens acima citados () lanches- (sanduíches, hot dog, salgados, bolos, doces, pizzas) () Outros () Citar: _____

2. Você costuma se alimentar no intervalo das principais refeições? () Sim () Não

3. Quantas refeições você faz por dia? 1 a 3 () 3 a 6 ()

4. Quais desses alimentos você consome com mais frequência? Sal () Doces () Gorduras e óleos () Frutas () Verduras () Legumes () Refrigerante () Embutidos () Sucos artificiais ()

5. Quais desses alimentos você consome com menos frequência? Sal () Doces () Gorduras e óleos () Frutas () Verduras () Legumes () Refrigerante () Embutidos () Sucos artificiais ()

6. Quais frutas você mais consome? _____

7. Quais vegetais você mais consome? _____

Bloco 3- Conhecimento nutricional

1.O que você entende por Nutrição na Gestação?

2. Você apresentou/apresenta algum tipo de doença no decorrer da gestação? Se sim. Qual?

3. Você concorda que a alimentação saudável durante a gestação é importante?

Sim () Não () Concordo parcialmente ()

4. Você concorda que tendo uma alimentação saudável e equilibrada durante a gestação pode evitar o surgimento ou agravamento de doenças?

Sim () Não () Concordo parcialmente ()

5. Você se considera uma gestante nutrida? Sim () Não ()

Fonte: Adaptado de Farias *et al* (2019)

APÊNDICE B: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE) Conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde do município de Cuité-PB Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado, desenvolvido sob responsabilidade de Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo, vinculada ao Departamento de Nutrição do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cuité-PB. O presente documento contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você.

Eu, _____,

abaixo assinado(a), concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntário(a) do estudo: Conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde do município de Cuité-PB. Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas. Estou ciente que: I) Essa pesquisa tem como objetivo avaliar o conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde de Cuité-Paraíba; II) Através dessa pesquisa pode ser identificado problemas na alimentação, para através disso permitir o diagnóstico nutricional, para que seja possível traçar medidas para promover alteração nos hábitos e comportamento alimentar. A pesquisa será feita através de um questionário garantindo o anonimato no caso da utilização e publicação dos dados; III) A pesquisa não trará nenhum risco, porém pode ocorrer de ficar constrangido com alguma pergunta e gerar desconforto, mas será mantido o caráter confidencial das informações relacionadas a privacidade, como benefício essa pesquisa pode pontar os possíveis conhecimento sobre os hábitos alimentares das gestantes e o conhecimento nutricional, bem como acesso aos resultados e desenvolver atividades sobre o tema;

IV) Estará sendo feito o acompanhamento do sujeito durante a pesquisa e o término dela;
V) Você terá liberdade de desistir ou de interromper a colaboração nessa pesquisa no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação ou penalização;

VI) Estará sendo garantido sigilo e a privacidade dos participantes dessa pesquisa durante todas as fases da pesquisa;

VII) Garantimos que os resultados serão mantidos em sigilo, exceto para fins de divulgação científica; Atestado de interesse pelo conhecimento dos resultados da pesquisa. () Desejo conhecer os resultados desta pesquisa () Não desejo conhecer os resultados desta pesquisa.

VIII) O participante dessa pesquisa receberá uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, com todas as páginas rubricadas e aposição de assinatura na última página, pelo pesquisador responsável;

IX) Estará sendo garantido pela instituição de ensino o ressarcimento das despesas obtidas pelos participantes da pesquisa e dela decorrentes;

X) Estará sendo garantido a indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa;

XI) Caso me sinta prejudicado(a) por participar desta pesquisa, poderei recorrer ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, localizado na Rua Prof^{ra}. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de Análises Clínicas (LAC), 1º andar, Sala 16. CEP: 58175 – 000, Cuité-PB, Tel: 3372 – 1835, E-mail: cep.ces.ufcg@gmail.com; X). Poderei também contactar o pesquisador responsável, por meio do endereço Avenida Coronel Miguel Satyro, nº 181, Apto 705, Cabo Branco na Cidade de João Pessoa- Paraíba, pelo e-mail marilia.ferreira@estudante.ufcg.edu.br e pelo número 83 99113-1780.

APÊNDICE C: COMPROVANTE DE APROVAÇÃO DO COMITÊ

	CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE - CES/UFPG	
PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP		
DADOS DO PROJETO DE PESQUISA		
Título da Pesquisa: Conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde do município de Cuité-PB		
Pesquisador: MARILIA FERREIRA FRAZAO TAVARES DE MELO		
Área Temática:		
Versão: 2		
CAAE: 58991622.2.0000.0154		
Instituição Proponente: UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE		
Patrocinador Principal: Financiamento Próprio		
DADOS DO PARECER		
Número do Parecer: 5.548.548		
Apresentação do Projeto:		
<p>A pesquisadora aponta que o período gestacional requer um aumento das necessidades nutricionais. Nesse processo é essencial uma nutrição adequada, em prol da saúde da mãe e do feto. A gestação é propícia para a inadequação nutricional, provinda das alterações fisiológicas no sistema cardiocirculatório, respiratório e gastrointestinal, além das metabólicas e hematológicas, provenientes também da demanda de energia de macro e micronutrientes para o desenvolvimento fetal. Dessa forma, ter uma alimentação saudável durante essa fase do ciclo é importante para o crescimento fetal, para assegurar a saúde materna e também diminuir os riscos de doenças neonatais e riscos da amamentação. O objetivo geral deste estudo é avaliar o conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde de Cuité-PB. Trata-se de uma pesquisa do tipo exploratória realizada com todas as gestantes que estão realizando Pré-natal na referida UBSF. Para coleta de dados será utilizado um questionário de consumo alimentar e conhecimentos nutricionais.</p>		

alimentar e conhecimento nutricional na gestação, contendo perguntas sobre informações pessoais e hábitos alimentares. Os dados coletados serão organizados em planilha de Microsoft Excel para análise e representados por meio de tabelas e gráficos para melhor visualização e formatação dos resultados. A pesquisa obedecerá aos princípios éticos apresentados na Resolução Nº 466/2012.

Endereço: Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITE
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com

Página 01 de 06



CENTRO DE EDUCAÇÃO E
SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA
GRANDE - CES/UFPG



Continuação do Parecer: 5.548.548

Objetivo da Pesquisa:

A pesquisadora aponta como objetivo primário Avaliar o conhecimento nutricional e o consumo alimentar de gestantes de uma Unidade Básica de Saúde de Cuité-Paraíba e como objetivos secundários: Caracterizar as gestantes atendidas na Unidade de saúde, quanto as variáveis socioeconômicas e educacionais;

Ativar o Wind
Acesse Configuraçã

Caracterizar o conhecimento nutricional e o consumo alimentar das gestantes e Investigar os hábitos alimentares das gestantes.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

A pesquisadora menciona que pode ocorrer constrangimento por parte das entrevistadas, com alguma pergunta e gerar desconforto, mas será mantido o caráter confidencial das informações relacionadas a privacidade. Como benefício, essa pesquisa poderá apontar os possíveis conhecimentos sobre os hábitos alimentares das gestantes e o conhecimento nutricional, bem como acesso aos resultados e desenvolver atividades sobre o tema.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa possui relevância e apresenta informações e elementos que poderão contribuir para gerar reflexões científicas. Traz uma estrutura argumentativa coesa e tem fundamentação adequada para sustentar o tema a ser explorado. Por trabalhar a perspectiva de mulheres gestantes a partir de todo o contexto do aumento de complicações para esse público e para o neonato, o cuidado ao longo da gestação e a atenção nutricional de qualidade no pré-natal torna-se fundamental. A partir dessas informações, espera-se que sejam identificados problemas na alimentação, assim como, avaliar o conhecimento nutricional a fim de permitir o diagnóstico nutricional, para que seja possível traçar medidas para promover alteração nos hábitos e comportamento alimentar.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

A pesquisadora inseriu os seguintes documentos:

- 1) Folha de Rosto com as assinaturas do pesquisador responsável e do representante da instituição proponente;
- 2) Termo de Compromisso dos Pesquisadores;
- 3) Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE);
- 4) Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE);
- 5) 2 (dois) Termos de Anuência Institucional, sendo um assinado pela secretária de saúde do

Endereço: Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITÉ

Ativar o Wind
Acesse Configuraç



Continuação do Parecer: 5.548.548

município de Cuité e outro assinado pelo diretor do CES;

- 6) Instrumentos de coleta de dados;
- 7) Cronograma de atividades (nova versão);
- 8) Orçamento;
- 10) Projeto completo (nova versão).

Recomendações:

A pesquisadora acatou integralmente as recomendações apontadas em parecer anterior. Todavia, por se tratarem de sugestões e não serem obrigatórias, não trariam prejuízo para o mérito ético da pesquisa.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após reapreciação do projeto e análise dos documentos apresentados, conclui-se que não existem inadequações éticas para o desenvolvimento da pesquisa, estando o mesmo APROVADO.

Recomenda-se elaborar o relatório final após a conclusão do projeto e inserir na plataforma para acompanhamento por este Comitê.

Lista de pendências atendidas da versão anterior:

1. No tópico: "Participantes da Pesquisa (página 12), a pesquisadora menciona como critério de exclusão "aquelas que não desejam participar da pesquisa". No entanto, essa condição não representa um critério de exclusão, mas uma observância ética que deverá ser respeitada por todo pesquisador.
- RESPOSTA DO PESQUISADOR: Informação retirada do tópico.
- ANÁLISE: pendência atendida.

Ativar o Wind
Acesse Configuraçã

ANÁLISE: pendência atendida.

3. No tópico "Procedimento para coleta de dados" não esclarece como as gestantes serão abordadas, em especial as menores de 18 anos e os seus responsáveis.

RESPOSTA DO PESQUISADOR: durante a sala de espera, será realizada uma conversa em relação a importância da alimentação saudável na gestação e os benefícios trazidos à mãe e ao feto, como também explicação dos objetivos da pesquisa, leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido.

ANÁLISE: pendência atendida.

4. Considerando que o instrumento de coleta contempla questões subjetivas relacionadas à percepção de gestantes sobre nutrição e gestação, a pesquisadora deverá mencionar se essa parte será gravada e se positivo, qual recurso será utilizado, além de como se dará o armazenamento das informações.

RESPOSTA DO PESQUISADOR: Após o término da coleta de dados, os áudios serão transcritos para o computador, revisados pelo orientador e em seguida armazenados no pen drive da pesquisa.

ANÁLISE: pendência atendida.

5. No corpo do projeto não estão descritos os riscos e os benefícios da pesquisa. A pesquisadora não cita como serão designados/codificados os nomes das participantes. No TCLE, menciona que a pesquisa não trará nenhum tipo de risco e cita apenas a possibilidade de constrangimento por parte das entrevistadas. Compatibilizar os riscos e benefícios presentes nas "Informações Básicas do Projeto" aos do TCLE e projeto detalhado, deixando-os uniforme em todos os documentos.

RESPOSTA DO PESQUISADOR: O participante pode ficar constrangido com alguma pergunta e gerar desconforto, mas será mantido o caráter confidencial das informações relacionadas a privacidade, como benefício essa pesquisa pode pontar os possíveis conhecimento sobre os hábitos alimentares das gestantes e o conhecimento nutricional, bem como acesso aos resultados e desenvolver atividades sobre o tema.

ANÁLISE: pendência atendida.

6. No tópico "Aspectos éticos" (página 13) não deixa claro o uso do TALE, uma vez que o

Endereço: Rua Prof. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITE
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.548.548

projeto poderá incluir gestantes menores de 18 anos.

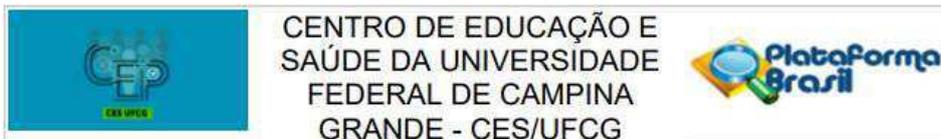
RESPOSTA DO PESQUISADOR: A participação voluntária vai ser formalizada através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice B) e para as gestantes menores de 18 anos a participação vai ser formalizada através do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), assinado pelos responsáveis (Apêndice C).

ANÁLISE: pendência atendida.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1943688.pdf	14/07/2022 13:53:45		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Maria_Eduarda_Oliveira_corrigido.pdf	14/07/2022 13:44:26	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALE.pdf	19/05/2022 13:34:20	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Termo_de_autorizacao_institucional.pdf	19/05/2022 13:33:01	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Termo_de_compromisso_dos_pesquisadores.pdf	19/05/2022 13:32:20	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
Outros	Questionario.pdf	19/05/2022 13:31:59	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
Outros	Termo_de_anuencia_institucional.pdf	19/05/2022 13:31:42	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	19/05/2022 13:23:20	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
Orçamento	Orcamento.pdf	19/05/2022 13:22:59	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
Cronograma	Cronograma.pdf	19/05/2022 13:21:12	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito

Ativa
Acessar



Continuação do Parecer: 5.548,548

Folha de Rosto	Folhaderosto.pdf	19/05/2022 13:20:11	MARIA EDUARDA DE SOUZA OLIVEIRA AZEVEDO	Aceito
----------------	------------------	------------------------	---	--------

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

CUITE, 27 de Julho de 2022

Assinado por:

**Lidiane Lima de Andrade
(Coordenador(a))**

Ativ
Acess