



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO - UNIFAMETRO
CURSO DE NUTRIÇÃO

GABRIELE DA SILVA SOUSA
GISELE DA SILVA SOUSA

**PERFIL ALIMENTAR DE GESTANTES E CRIANÇAS NO BRASIL: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

FORTALEZA
2020

GABRIELE DA SILVA SOUSA
GISELE DA SILVA SOUSA

PERFIL ALIMENTAR DE GESTANTES E CRIANÇAS NO BRASIL: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA

Artigo Científico apresentado ao curso de
Nutrição do Centro Universitário Fаметro –
UNIFAMETRO – como requisito para a
obtenção do grau de bacharel, sob a orientação
da prof.^aDra. Raquel Teixeira Terceiro Paim.

FORTALEZA
2020

GABRIELE DA SILVA SOUSA
GISELE DA SILVA SOUSA

PERFIL ALIMENTAR DE GESTANTES E CRIANÇAS NO BRASIL: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA

Este artigo científico foi apresentado no dia 24 de junho de 2020 como requisito para obtenção do grau de bacharel em Nutrição do Centro Universitário Fametro, tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof^a Dra. Raquel Teixeira Terceiro Paim
Orientador (a) – Centro Universitário Fametro

Prof^oM.^a Isadora Nogueira Vasconcelos
Membro - Centro Universitário Fametro

Prof^a Dra. Cristhyane Costa de Aquino
Membro - Centro Universitário Fametro

AGRADECIMENTOS

A Deus, por nos fortalecer e guiar em todos os momentos de nossas vidas e principalmente na conclusão dessa etapa.

A nossa mãezinha, Claudia Leitão da Silva, pelo apoio e incentivo que serviram de alicerce para as nossas realizações.

A nossa irmã, Clarice da Silva Souza Mazzeo Dumrauf, pela amizade e atenção dedicadas quando sempre precisamos.

A nossa orientadora, Raquel Teixeira Terceiro Paim, que mesmo com tantos compromissos profissionais aceitou nos orientar e o fez com maestria.

A todos os nossos amigos do curso de graduação que compartilharam dos inúmeros desafios que enfrentamos, sempre com o espírito colaborativo.

Também queremos agradecer à Universidade Unifametro e o seu corpo docente que demonstrou estar comprometido com a qualidade e excelência do ensino.

Obrigada a todos que de alguma forma depositaram fé e confiança nessa longa caminhada.

PERFIL ALIMENTAR DE GESTANTES E CRIANÇAS NO BRASIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Gabriele da Silva Sousa, Gisele da Silva Sousa¹
Raquel Teixeira Terceiro Paim²

RESUMO

A gestação é uma fase a qual ocorrem grandes transformações emocionais, sociais e comportamentais. Durante esse período, também surge o aumento das demandas nutricionais, favorecendo o quadro de deficiências, pois nem sempre os hábitos alimentares prévios estão compatíveis ou se adequam às novas necessidades da gestante. Na mesma importância, o processo de crescimento e desenvolvimento infantil traz grande preocupação aos profissionais da saúde, em vista da concomitância da alta demanda energética e o suprimento nutricional ofertado, sendo que estes estão sujeitos às sequelas gestacionais, assim como ao perfil dos hábitos alimentares atuais maternos. Diante do exposto, o objetivo desse trabalho foi revisar na literatura o perfil de consumo alimentar entre gestantes e público infantil no Brasil, assim como os fatores associados a esse perfil. Foi realizada uma revisão integrativa de literatura apresentando os seguintes critérios de inclusão: artigos em português, publicados nos últimos cinco anos que apresentam em sua discussão considerações sobre hábitos alimentares de gestantes e crianças nos primeiros anos de vida, indexados na base de dados CAPES, LILACS e SCIELO. Foram utilizadas combinações com as seguintes palavras chaves, consideradas descritores de saúde: “Comportamento Alimentar”, “Gestantes”, “Dieta Saudável”, “Nutrição do lactente”, “Nutrição da Criança” e “Obesidade infantil”. Por apresentarem aspectos que correspondiam à questão norteadora desta revisão, apenas 13 artigos foram escolhidos como objeto de estudo. Os achados demonstraram uma alta prevalência de padrões alimentares não saudáveis e não recomendados aos públicos infantis e de gestantes, caracterizado por alto consumo de industrializados, baixo teor de vitaminas e minerais, os quais podem ser justificados pela menor escolaridade, renda e demografia, conferindo aumento do risco da insegurança alimentar para ambos os públicos. Conclui-se, diante da análise dos desfechos encontrados, que existe grande relação e semelhança nos perfis de consumo maternos e infantis, provavelmente, um conseqüente do outro, apesar de nesse estudo não se utilizar de uma análise homogênea ou continuada, e sim retratos de momentos distintos da história natural dos públicos. Dessa forma, é urgente abrangências das políticas públicas voltadas a esses dois públicos, com foco na continuidade do processo.

Palavras-chave: Consumo Alimentar. Gestantes. Dieta. Lactente. Criança.

¹Graduandas do curso de Nutrição pelo Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO.

²Prof. ^a Orientadora do curso de Nutrição Centro Universitário Fametro – UNFAMETRO.

ABSTRACT

Gestation is a phase in which great emotional, social and behavioral transformations occur. During this period, there is also an increase in nutritional demands, favoring the picture of deficiencies, because previous eating habits are not always compatible or adapted to the new needs of the pregnant woman. In the same importance, the child growth and development process brings great concern to health professionals, given the concomitance of high energy demand and the nutritional supply offered, which are subject to gestational sequels, as well as the profile of current maternal eating habits. Given the above, the objective of this work was to review in the literature the profile of food consumption among pregnant women and children in Brazil, as well as the factors associated with this profile. An integrative literature review was carried out presenting the following inclusion criteria: articles in Portuguese, published in the last five years that present in their discussion considerations about eating habits of pregnant women and children in the first years of life, indexed in the CAPES, LILACS and SCIELO database. Combinations were used with the following key words, considered health descriptors: "Eating Behavior", "Pregnant", "Healthy Diet", "Infant Nutrition", "Child Nutrition" and "Infant Obesity". As they presented aspects that corresponded to the guiding question of this review, only 13 articles were chosen as object of study. The findings showed a high prevalence of unhealthy food standards and not recommended to children and pregnant women, characterized by high consumption of industrialized products, low content of vitamins and minerals, which can be justified by lower schooling, income and demography, conferring increased risk of food insecurity for both audiences. It can be concluded from the analysis of the outcomes found that there is a great relationship and similarity in maternal and child consumption profiles, probably one consequent to the other, although this study does not use a homogeneous or continuous analysis, but portraits of different moments in the natural history of the public. Thus, there is an urgent need for public policies aimed at these two audiences, with a focus on the continuity of the process.

Keywords: Food Consumption. Pregnantwomen. Diet. Infant. Kid.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 METODOLOGIA	8
3 RESULTADO	11
4 DISCUSSÃO	17
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS.....	21

1 INTRODUÇÃO

Durante a gestação o corpo da mulher sofre muitas transformações, razão pelo qual esse período deve ser visto como um momento de adaptação na vida da mulher e da família. Esse processo fisiológico gera uma demanda nutricional e calórica maior, tornando mais suscetíveis à inadequação nutricional, pois o novo ser que está se formando depende da mãe para se desenvolver (SALDIVA *et al.*, 2017).

A saúde da mãe e o desenvolvimento fetal são diretamente influenciados pelo estado nutricional maternos, por isso, ao longo da gestação é importante que as gestantes desenvolvam hábitos saudáveis, a fim de evitar riscos de doenças que possam trazer prejuízos para si e para o desenvolvimento fetal (SILVA *et al.*, 2018).

A escolha do que comer e quando comer sofre influência não só da dificuldade de acesso aos alimentos mais saudáveis como frutas, legumes e verduras, mas, também cultural, visto que o conhecimento popular passa entre as gerações, principalmente de forma matriarcal, ou seja, de mãe para filha. Outro fator a destacar de significativa influência na escolha alimentar é a situação socioeconômica e de baixa escolaridade (MOREIRA *et al.*, 2019).

Após o nascimento, a amamentação atende, durante os seis primeiros meses de vida do lactente, a demanda nutricional para seu desenvolvimento saudável, sendo necessária a complementação com outros alimentos somente após esse período, mas recomendam-se manter o aleitamento materno até os dois anos ou mais de idade, devidos seus benefícios para ambas as partes (PASSANHA *et al.*, 2020).

Vale ressaltar que o padrão alimentar prévio, assim como a influência materna na criação dos hábitos alimentares saudáveis na primeira infância, possui impacto nutricional significativo, visto que esse período é de grande dependência, pela a criança, pois a mesma ainda não possui maturidade neurológica suficiente para fazer suas próprias escolhas, ficando assim a cargo da mãe escolher o que será ofertado nas refeições (ROMAO *et al.*, 2017).

Os primeiros anos de vida de uma criança devem ser tratados como período crucial de desenvolvimento, pois é nessa fase que os grandes agravos nutricionais podem trazer consequências drásticas, e por isso é importante construir as bases para uma alimentação saudável e de boa qualidade de micronutrientes. Esse processo acontece diariamente a cada alimento ofertado, que geram experiências através da percepção de sabores e de diferentes texturas dos alimentos (BOGEA *et al.*, 2019).

Na fase pré-escolar as crianças ficam mais suscetíveis a alimentos de baixo teor nutricional e alto índice calórico, pois ao contrário dos hábitos antigos em que os alimentos eram mais naturais e caseiros sob os cuidados da mãe, hoje com a modernização temos a influência da mídia e da indústria que promovem alimentos ultra processados e bebidas açucaradas, sendo esse fator preocupante porque não prejudica só o desempenho escolar, mas, principalmente a saúde infantil, causando prejuízos que poderão repercutir até a vida adulta (MARANHÃO *et al.*, 2017).

Em geral, os hábitos saudáveis praticados durante a gestação tendem a continuar após o nascimento do bebê, pois, as mães que entendem os benefícios desse tipo de alimentação, principalmente para crianças durante os seus primeiros mil dias de vida, procuram oferecer alimentos naturais aos seus filhos visando o crescimento saudável de acordo com a faixa etária (BOGEEA *et al.*, 2019).

Assim, diante do exposto o objetivo desse estudo foi revisar na literatura o perfil de consumo alimentar entre gestantes e crianças na sua primeira infância no Brasil, assim como os fatores associados a esse perfil.

2 METODOLOGIA

Para construção da revisão integrativa da literatura foram seguidos os seguintes passos: a identificação do problema, ou seja, definir claramente o propósito da revisão; bases de dados, avaliação e análise dos mesmos; delimitação de palavras-chave; busca de literatura e aplicação dos critérios definidos para a seleção de artigos.

A busca dos artigos ocorreu no período de abril a maio de 2020 nas bases de dados da Coordenação De Aperfeiçoamento de Pessoal De Nível Superior (CAPES), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e a Scientific Electronic Library Online (SCIELO). Os critérios de escolha dos estudos foram: artigos em português ou inquéritos nacionais publicados nos últimos cinco anos, que apresentassem em sua discussão considerações sobre hábitos alimentares da gestação e alimentação da criança segundo as fases - 6M, 6 M – 1A, 1 A – 6 A: PRÉ-ESCOLAR, estudos sobre o impacto da alimentação na saúde materno infantil, perfil alimentar de crianças nos seus primeiros mil dias, relação entre o perfil social e a alimentação da gestante bem como os benefícios da alimentação saudável.

Para realização da busca, foi utilizada a combinação entre as seguintes palavras-chave, consideradas descritores no DeCS (Descritores em Ciências de Saúde): “Comportamento Alimentar”, “Gestantes”, “Dieta Saudável”, “Nutrição do lactente”, “Nutrição da Criança” e “Obesidade infantil”. Os termos foram cruzados com os escritores e também com palavras do título e resumo.

Nessa busca foram inicialmente identificados 402 artigos científicos na base de dados do CAPES, 06 no LILACS e 30 na base de dados da SCIELO para a leitura exploratória dos resumos e, então, selecionados 154 artigos que foram lidos integralmente, após análise minuciosa dos mesmos apenas 13 foram escolhidos como objeto de estudo por apresentarem aspectos que respondiam a questão norteadora desta revisão que visa conhecer o perfil alimentar de gestantes e crianças durante o período da primeira infância no Brasil. As etapas desse processo estão descritas no **Quadro 1**.

Quadro 1–Distribuição das referências bibliográficas obtidas nas bases de dados, CAPES, LILACS E SCIELO segundo as palavras chaves selecionadas, Brasil 2020.

Base de dados	Palavras chaves cruzadas concomitantemente (como palavra de resumo e como descritores)	Nº de Referências obtidas	Resumos analisados	Referências Selecionadas	Selecionados para a Revisão
CAPES	Comportamento Alimentar AND Gestantes	63	50	35	1
	Dieta Saudável AND Gestantes	37	20	18	1
	Nutrição do lactente AND Introdução Alimentar	2	2	2	1
	Nutrição da Criança AND Idade pré-escolar	21	16	13	1
	Obesidade infantil AND estado nutricional	279	20	8	1
LILACS	Comportamento Alimentar AND Gestantes	8	6	6	1
	Dieta Saudável AND Gestantes	1	1	1	0
	Nutrição do lactente AND Introdução Alimentar	26	20	15	1
	Nutrição da Criança AND Idade pré-escolar	41	41	33	1
	Obesidade infantil AND estado nutricional	0	0	0	0
SCIELO	Comportamento Alimentar AND Gestantes	2	2	2	1
	Dieta Saudável AND Gestantes	2	2	2	1
	Nutrição do lactente AND Introdução Alimentar	2	2	2	1
	Nutrição da Criança AND Idade pré-escolar	6	6	5	1
	Obesidade infantil AND estado nutricional	18	18	12	1

3 RESULTADOS

Os 13 artigos incluídos no estudo foram analisados de forma crítica e minuciosa visando à relevância ao tema proposto (**Quadro 2**).

No contexto geral, os estudos encontrados puderam relacionar o impacto dos hábitos alimentares durante a gestação, a amamentação, assim como compreender qual o perfil alimentar de crianças de 0 a 5 anos.

Quanto à caracterização dos artigos incluídos nesta revisão, estes foram publicados entre os anos de 2016 e 2020, prevalecendo os estudos transversais que permitem através de pesquisa observacional, analisar os dados coletados e nortear os estudos.

Adicionalmente, os artigos foram realizados em diferentes regiões do Brasil, identificado dez pesquisas realizadas na região Sudeste, um da região Sul, um da região Centro-oeste e um da região Nordeste.

Quanto ao tamanho da amostra, observa-se o número de participantes entre 15 e 64. 348, por ter sido incluído inquéritos nacionais.

Observa-se que em geral o fator que mais influenciou na má qualidade nutricional da alimentação é a escolha de alimentos industrializados e de alto teor calórico e baixo valor nutricional e que os mesmos são responsáveis por um perfil alimentar pobre de nutrientes e ricos em açúcares e gordura o que é prejudicial não só para a gestante, mas, principalmente para o desenvolvimento da criança.

A seguir, o quadro 1 e quadro 2 apresentam os dados retirados da pesquisa incluindo e categorizado por: autor/ano/local, sujeitos da pesquisa, métodos e principais conclusões.

Quadro 1 – Distribuição das referências incluídas na revisão quanto ao estado nutricional da gestante, perfil de consumo e os fatores associados a esse perfil

Nº	AUTOR, ANO E LOCAL	SUJEITOS DA PESQUISA	TIPO DE ESTUDO	MÉTODOS	PRINCIPAIS CONCLUSÕES
1	Gea-Horta <i>et al.</i> (2016) Porto Alegre	4.356 mulheres com média de 27 anos.	Estudo transversal	Foram analisados dados da PND e Saúde da Criança e da Mulher de 2006-7	Observou-se a probabilidade 4 vezes superior de mães com baixa escolaridade materna terem crianças de baixa estatura. Os resultados combinam as características de má-alimentação materna e baixo status socioeconômico. Destaca prevalências de obesidade e desnutrição.
2	Oliveira <i>et al.</i> (2017) Rio de Janeiro	363 gestantes	Estudo Transversal	Dados socioeconômicos, antropométricos foram coletados. Realizadas medidas de hemoglobina e glicemia capilar e aferição da pressão arterial. A insegurança alimentar foi avaliada pela Escala Brasileira de Insegurança Alimentar.	Os achados demonstraram uma prevalência de insegurança alimentar de 42,7%, sendo 8,0% delas em insegurança grave. Os estudos têm mostrado menor consumo de alimentos construtores e reguladores e consumo excessivo de alimentos industrializados entre gestantes em insegurança alimentar
3	Moreira <i>et al.</i> (2019) Rio de Janeiro	17 mães	Estudo Qualitativo	Questionário semi estruturado para a coleta dos dados sócio demográficos e um roteiro aberto para a construção do diálogo. As entrevistas foram gravadas, transcritas, classificadas e analisadas.	Os resultados mostraram que há uma dificuldade na oferta e no acesso aos alimentos, além da influência que essa alimentação sofre pelos fatores culturais e simbólicos. O estudo mostra monotonia alimentar das gestantes e um padrão de consumo voltado para a exclusão de frutas, legumes e verduras.
4	Crivellentiet <i>et al.</i> (2018) São Paulo	785 gestantes	Estudo transversal	Questionário estruturado para a coleta dos dados socioeconômico e	Verificou-se melhor qualidade da dieta entre gestantes de maior idade, mulheres com maior ingestão de carboidratos, proteínas, vitaminas

				antropométricos.	C, E e A, e dos minerais cálcio, folato e ferro, bem como entre aquelas com menor ingestão de gorduras totais e gorduras saturadas.
5	Campos <i>et al.</i> (2019) São Paulo	457 gestantes com idade entre 13 e 40 anos.	Estudo Longitudinal Prospectivo	Questionário socioeconômico e de saúde, avaliação clínica e aferições antropométricas.	O ganho de peso gestacional semanal insuficiente foi associado ao risco para insuficiência de vitamina A. O ganho de peso excessivo, por sua vez, foi associado a valores pressóricos maiores no início do terceiro trimestre gestacional. Uma possível explicação pode ser a alteração no padrão alimentar, com redução da ingestão de alimentos minimamente processados e aumento no consumo de açúcar, gorduras e alimentos ultraprocessados.

Quadro 2 – Distribuição das referências incluídas na revisão quanto padrões alimentares das crianças da primeira infância

Nº	AUTOR, ANO E LOCAL	SUJEITOS DA PESQUISA	TIPO DE ESTUDO	MÉTODOS	PRINCIPAIS CONCLUSÕES
1	Jaime <i>et al.</i> (2016) Recife	64.348 domicílios.	Estudo Transversal Descritivo	Dados secundários coletados da PNS, Pesquisas Domiciliares do (IBGE).	Os achados apontam desigualdades de acesso à assistência infantil, assim como alta prevalência de comportamentos alimentares não saudáveis na infância. O consumo de refrigerantes foi referido para 32,3% e de biscoitos, bolacha ou bolo para 60,8% das crianças, apontando uma inoportuna introdução de alimentos não saudáveis na alimentação infantil.
2	Jaime <i>et al.</i> (2017) São Paulo	4.839 pares de lactentes e adultos da mesma residência.	Estudo transversal	Análise de dados secundários gerados pela PNS, Pesquisas e entrevistas domiciliares realizadas pelo IBGE.	O consumo de bebidas açucaradas foi identificado em 32% das crianças estudadas (IC95% 30,6–33,3), o mesmo é influenciado por características sócio demográficas e hábitos familiares dos pais.
3	Giesta <i>et al.</i> (2019) Rio de Janeiro	300 crianças entre 4 e 24 meses de idade	Estudo transversal	Foram realizadas entrevista, medidas antropométricas da criança e da mãe.	Verificou-se que apenas 21% das crianças ainda não haviam recebido nenhum tipo de alimento ultraprocessados, sendo que 56,5% recebeu algum destes alimentos antes dos seis meses. Na análise multivariada, escolaridade materna, renda familiar, idade materna e paridade foram associadas à oferta de alimentos ultraprocessados. As práticas alimentares de crianças entre 4 e 24 meses estão inadequadas frente às recomendações para a faixa etária.
4	Goncalves <i>et al.</i> (2019)	22.313 registros de crianças	Estudo transversal	Utilizou-se dos dados registrados no SISVAN web no ano de 2015 e referem-se à	Encontraram-se uma prevalência de aleitamento exclusivo 56,1%; baixo peso para idade, 8,1%; e baixo IMC para idade, 5,7%; água ou chás e

	Brasília	menores de 6 meses		avaliação antropométrica e do consumo alimentar realizada por profissionais da atenção básica em municípios.	fórmulas infantis foram os alimentos introduzidos mais precocemente; crianças em aleitamento materno exclusivo apresentaram menor prevalência de baixo peso e de baixo IMC; o consumo de fórmulas infantis se associou ao <i>deficit</i> de peso.
5	MARANHÃO <i>et al.</i> (2018) São Paulo	Mães de 301 crianças de 2 a 6 anos	Estudo Transversal	Dados coletados através de aplicação de questionário às mães e coleta de medidas antropométricas da criança.	Observou-se que em 37,2% dos casos analisados, com predomínio de “ingestão altamente seletiva” (25,4%). Não houve associação entre DA e práticas alimentares na fase de lactente, renda familiar e tipo de escola. Não houve diferença entre as médias de escore Z IMC para os grupos com e sem DA (1,0±1,5DP e 1,1±1,4DP, respectivamente). A faixa etária de cinco a seis anos apresentou maior ocorrência de DA (OR 1,8; IC95% 1,1-2,9) e filhos de mães com perfil responsivo tiveram menores chances de apresentar Das.
6	PEREIRA <i>et al.</i> (2017) Rio de Janeiro	14.569 menores de 5 anos de idade.	Estudo transversal de base populacional	Utilizou-se dados da POF (2008/2009) do IBGE, cujo perfil nutricional foi avaliado segundo os índices: Peso –para - idade, Estatura - para-idade e Peso – para - estatura.	Observou-se uma maior associação da magreza com as crianças das regiões Norte e Nordeste, em famílias com menores níveis de renda e de cor/raça preta. O sobrepeso e a obesidade demonstraram maior relação com as crianças residentes nas regiões Sul, Sudeste e Centro-Oeste, do sexo masculino, da zona urbana, de cor/raça branca, com 3 anos de idade e de famílias com faixas de renda intermediárias.
7	Carvalho <i>et al.</i> (2020) Rio de Janeiro	112 crianças com 6 meses, 149 com 9 meses e 117 com 12 meses	Estudo transversal	Questionário de Frequência de Consumo Alimentar R24h. Dados foram processados no software Avanutri. Dados Antropométricos foram coletados.	Observou-se em todas as faixas-etárias os seguintes padrões alimentares: amamentação exclusiva, baixa presença de alimentos ultraprocessados, uso de mamadeira e a desvios nutricionais ligados ao excesso de peso e déficit de comprimento.
8	Passanhaet <i>al.</i>	14.327	Estudo	Análise de informações obtidas	A maioria dos lactentes apresentouclassificação

	(2020) Rio de Janeiro	lactentes de 6 a 12 meses.	transversal	na PPAM em Municípios brasileiros. Questionário de alimentação onde foram calculados indicadores com base nas recomendações da OMS, MS e estudos sobre práticas de alimentação infantil.	negativa para diversidade mínima (68,2%), adequação da dieta (72,7%) ou dieta minimamente aceitável (71,1%). A alimentação dos lactentes paulistas encontra-se aquém das recomendações preconizadas pelas autoridades.
--	--------------------------	----------------------------	-------------	--	--

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Legenda: DA: dificuldade alimentar; IBGE: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas; IMC: índice de massa corporal; MS: Ministério da Saúde; OMS: Organização Mundial da Saúde; PPAM: Pesquisa de Prevalência de Aleitamento Materno; PND: Pesquisa Nacional de Demografia; PNS: Pesquisa Nacional de Saúde; POF: Pesquisa de Orçamento Familiar; SISVAN: Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional.

4 DISCUSSÃO

Durante o período gestacional o corpo sofre várias transformações e para tal, apresenta uma demanda nutricional aumentada, para fornecer uma quantidade energética ideal para o desenvolvimento fetal, bem como evitar possíveis danos a gestação, dentre os quais podemos citar o crescimento fetal inadequado, baixo peso ao nascer, parto pré-maturo e riscos maternos como diabetes gestacional, anemia, pré-eclâmpsia dentre outros (OLIVEIRA *et al.*, 2017).

Alimentação saudável da gestante influencia diretamente na saúde do bebê, que quando adequada, proporciona um menor risco de desenvolver a diabetes mellitus gestacional (DMG) e anomalias fetais, além de que a alta qualidade da dieta supre a deficiência de micronutrientes que podem, por exemplo, causar hipertensão durante a gravidez (CRIVELLENTI; ZUCCOLOTTO; SARTORELLI, 2018).

Dentre um dos fatores mais importantes para gestação saudável, podemos destacar o peso, que deve ser levado em consideração no acompanhamento gestacional, pois, algumas doenças que podem trazer prejuízos antes, durante e após a gestação estão diretamente ligadas ao estado de peso inadequado revelando assim uma monotonia alimentar das gestantes e um padrão de consumo voltado para a exclusão de frutas, legumes e verduras (CAMPOS *et al.*, 2019).

O simples ato de comer e escolher o que irá comer sofre influência direta de conceitos e crenças que são passados entre as gerações e com isso reforça os laços familiares e culturais presentes no dia a dia da gestante, bem como a situação socioeconômica, que possui grande poder de interferência na seletividade e escolhas nutricionais (MOREIRA *et al.*, 2019).

Um estudo realizado com 17 mães atendidas na unidade Básica de Saúde no Rio de Janeiro mostrou que as escolhas e hábitos alimentares são influenciados principalmente pela cultura e a dificuldade no acesso aos alimentos, enquanto que, as orientações sobre alimentação são transmitidas principalmente por matriarcas, durante o pré-natal e pela mídia. Contudo, a preocupação com a saúde do bebê e a amamentação é um fator de significativa interferência no comportamento alimentar materno. Tal fato é relevante, uma vez que, ajuda a compreender o processo de influência direta na oferta de alimentação saudável ou não aos seus filhos, pois, o cuidado materno e a preocupação com a dieta desde a gestação asseguram uma melhor qualidade nas escolhas dos alimentos desde o aleitamento materno exclusivo até

a inclusão alimentar consciente, reforçando assim os laços entre mãe e filho e a incorporação dos hábitos alimentares saudáveis da criança (MOREIRA *et al.*, 2019).

A criança que é alimentada pelo leite materno exclusivamente nos seis primeiros meses de vida, sem a interferência de sucos, água ou chás, está menos suscetível a doenças, pois apresenta um maior potencial da resposta imunológica acertada. Geralmente não tem problema com a dentição e possui um estado nutricional adequado para a faixa etária (GONÇALVES *et al.*, 2019).

Durantes os primeiros anos de vida, os hábitos e cultura alimentar da mãe e da família interferem nas escolhas da criança entre os sabores e texturas dos alimentos, pois, no âmbito familiar desenvolvem bons e maus hábitos alimentares, com o desenvolvimento de habilidades como a mastigação e a sua percepção sensorial (JAIME *et al.*, 2017).

Alguns fatores como morte da mãe no parto, baixa ou nenhuma produção de leite, dentre algumas adversidades pós-parto podem desencadear a necessidade de suplementação com fórmulas, o que contribui para um pior estado nutricional e de crescimento infantil além de elevar o risco de desnutrição e suscetibilidade imunológica a infecções (CARVALHO *et al.*, 2020; PASSANHA *et al.*, 2020).

Urge ressaltar que, além dos fatores citados anteriormente, podemos destacar a importância de ofertar alimentação saudável para crianças a partir dos seis meses de idade, a qual deve ser gradual conforme a aceitação de texturas e sabores diferentes, levando em consideração o ponderamento da qualidade, incentivando a sua independência, dando prioridade a alimentação natural como frutas, verduras e legumes (AZEVEDO *et al.*, 2019)

Gea-Horta *et al.* (2016) relaciona perfil inadequado de alimentação e nutrição das mães aos maus hábitos alimentares dos filhos, chamando a atenção para a probabilidade do desenvolvimento de um perfil alimentar pobre de micronutrientes e elevada densidade energética, podendo acarretar desnutrição infantil que, conseqüentemente culminaram alguns problemas nutricionais, tais como os relacionados à baixa estatura e excesso de peso. Esse estudo enfatiza ainda, a necessidade de uma intervenção educativa nesse público que está na faixa etária de 0 a 6 anos, em vista de que, a combinação da má alimentação materna e baixo status socioeconômico, traz o maior risco para o aparecimento de prejuízos à saúde e desenvolvimento infantil (GEA-HORTA *et al.*, 2016).

A promoção a saúde e prevenções de doenças devem ser realizadas principalmente na primeira infância, pois esse período é crucial para os desfechos positivos decrescimento e desenvolvimento (JAIME *et al.*, 2016).

Um estudo baseado na Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE) realizado em diferentes regiões brasileiras, relacionou o baixo peso e estatura de crianças com a situação econômica, a qual dependendo do orçamento, o padrão nutricional e de consumo é apropriado ou não para o desenvolvimento infantil, observando-se também a influência positiva dos programas federais de transferência condicionada de renda, como o bolsa família, que auxiliam na melhoria do perfil do estado nutricional das crianças. Essa renda é destinada essencialmente à compra de alimentos, aumentando assim a oferta de frutas e legumes a crianças menores de 5 anos.

Adicionalmente, a obesidade infantil é uma consequência de oferta de bebidas açucaradas na primeira infância, ou seja, a crianças menores de 6 anos, pois essas bebidas são de baixa qualidade nutricional e alto teor energético. Um dos fatos que prejudica o combate a essa prática é a falta de informação e a alta repercussão da mídia que ofertam esses alimentos ricos em açúcares a exemplo da sacarose e frutose, como sendo alimentos nutritivos e indicados para crianças (JAIME *et al.*, 2017). Ainda assim, em contrapartida, a obesidade e o sobrepeso estão bem distribuídos entre as classes socioeconômicas (PEREIRA *et al.*, 2017)

As condições nutricionais das crianças têm como consequência uma série de fatores que influenciam não só no seu desenvolvimento, crescimento, mas, também possui repercussões até a vida adulta, pois deficiências nutricionais como a desnutrição e obesidade infantil no futuro causam, no adulto, uma redução de produtividade, risco de desenvolvimento de doenças crônicas influenciando assim, de forma direta e indiretamente, na taxa de mortalidade da população do progresso social e da saúde das futuras gerações (PEREIRA *et al.*, 2017).

Ademais, o período pré-escolar gera preocupação, pois os alimentos disponíveis em cantinas, fornecidos na merenda escolar, ou até mesmo os levados de casa para o lanche, são muitas vezes doces, frituras ou industrializados tornando assim as crianças mais suscetíveis à obesidade, ao invés de promover a educação e hábitos alimentar e saúde voltadas a uma alimentação saudável (ROSSI *et al.*, 2019).

Por outro lado, percebe-se uma preocupação da parte dos órgãos de Saúde pública, que enxergam o ambiente escolar como um espaço propício a educação alimentar. Além disso, promove programas voltados para a suplementação de micronutrientes, que visam suprir as necessidades nutricionais, principalmente a carência de ferro, tendo em vista que a carência do mesmo contribui para o aumento de casos de anemia, apontada como uma possível causa de baixo rendimento escolar (ROSSI *et al.*, 2019).

Diante disso, se faz necessária a criação de programas de prevenção destinados a promover e orientar sobre a alimentação saudável e nutrição desde a gestação até nos primeiros anos de vida, visando orientar e incentivar a alimentação adequada para assim evitar o surgimento de desnutrição e doenças provenientes da má alimentação na infância, promovendo hábitos alimentares saudáveis mais sólidos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os achados nesse estudo, os hábitos alimentares das gestantes e a alimentação de crianças durante a primeira infância, idade que vai de 0 - 6 anos, apresentaram alta prevalência de inadequações, influenciadas por fatores culturais e socioeconômicos, o que pode refletir, no tipo de alimento que oferecerão para seus filhos, corroborado pelos achados do perfil alimentar infantil atual.

Nesse sentido, a alimentação mais saudável como consumo regular de frutas, verduras e legumes devem ser priorizadas no cardápio, em detrimento de uma alimentação industrializada, que apesar de ser mais atrativa, podem causar sérios danos à nutrição gestacional e infantil.

Dessa forma, recomenda-se aos profissionais da saúde nutricionistas juntamente com a família, apoiar a prática de bons hábitos alimentares, não só no período da gestação, mas também durante a introdução alimentar e primeira infância de forma contínua, para assim haver um equilíbrio entre a oferta e a demanda de alimentos.

REFERÊNCIAS

- BOGEA, E. G. *et al.* Padrões alimentares de crianças de 13 a 35 meses de idade e associação com características maternas. **Cad. Saúde Pública**, v. 35, n. 4, p. e00072618, 2019.
- CAMPOS, C. A. S. *et al.* Ganho de peso gestacional, estado nutricional e pressão arterial de gestantes. **Rev. Saúde Pública**, v. 53, n. 57, P. e00072618, 2019.
- CARVALHO, C.A. *et al.* Fatores associados aos padrões alimentares no segundo semestre de vida. **Ciênc. Saúde coletiva**, v. 25, n. 2, p. 449-459, 2020.
- CRIVELLENTI, L. C. *et al.* Desenvolvimento de um Índice de Qualidade da Dieta Adaptado para Gestantes. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 52, n. 59, p. 1518-8787, 2018.
- GONCALVES, V. S. S. *et al.* Marcadores de consumo alimentar e baixo peso em crianças menores de 6 meses acompanhadas no Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, Brasil, 2015. **Epidemiol. Serv. Saúde**, v. 28, n. 2, p. 2237-9622, 2019.
- GIESTA, J.M. *et al.* Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos. **Ciênc. Saúde coletiva**, v. 24, n. 7, p. 2387-2397, 2019.
- GEA-HORTA, T. *et al.* Association between maternal socioeconomic factors and nutritional outcomes in children under 5 years of age, **J. Pediatr. (Rio J.)**, Porto Alegre, v. 92, n. 6, p. 574-580, 2016.
- JAIME, P.C. *et al.* Influência familiar no consumo de bebidas açucaradas em crianças menores de dois anos. **Rev. Saúde Pública**, v. 51, p. 1518-8787, 2017. supl. 1, 13s
- JAIME, P.C. *et al.* Assistência em saúde e alimentação não saudável em crianças menores de dois anos: dados da Pesquisa Nacional de Saúde, Brasil, 2013. **Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.**, v. 16, n. 2, p. 149-157, jun. 2016.
- MARANHÃO, H. S. *et al.* Dificuldades alimentares em pré-escolares, práticas alimentares pregressas e estados nutricional. **Rev. Paul. Pediatr.**, São Paulo, v. 36, n. 1, p. 45-51, 2018.
- MOREIRA, L. N. *et al.* “Quando tem como comer, a gente come”: fontes de informações sobre alimentação na gestação e as escolhas alimentares. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 28, n. 3, p. 1809-4481, 2019.
- OLIVEIRA, A. C. M. *et al.* Insegurança alimentar em gestantes da rede pública de saúde de uma capital do nordeste brasileiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 1678-4561, 2017.
- PASSANHA, A. *et al.* Caracterização do consumo alimentar de lactentes paulistas com idade entre seis e doze meses. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 375-385, 2020.

PEREIRA, I. F. S. *et al.* Estado nutricional de menores de 5 anos de idade no Brasil: evidências da polarização epidemiológica nutricional. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 10, p. 3341-3352, 2017.

ROSSI, C.E. *et al.* Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciênc. Saúde coletiva**, v. 24, n. 2, p. 443-454, 2019.

ROMAO, P. *et al.* Aleitamento materno: o que mudou em 12 anos. **Nascer e Crescer**, v. 26, n. 3, p. 171-177, 2017.

SALDIVA, S. R. D. M. *et al.* Perfil alimentar e nutricional de crianças no final do primeiro ano de vida residentes na região Oeste do município de São Paulo: Projeto ProcriAr. **Rev. Nutr.**, v. 30, n. 6, p. 691-701, 2017.

SILVA, M. G. *et al.* Estado Nutricional e Hábitos Alimentares de Gestantes Atendidas na Atenção Primária de Saúde, **Rev. bras. ciênc. Saúde**, v.22, n. 4, p.349-356, 2018.