



1º CONGRESSO BRASILEIRO e 4º Simpósio Internacional DE NUTROLOGIA PEDIÁTRICA

Centro de Convenções Centrosul | FLORIANÓPOLIS - SC | 13 a 15/11/14

Trabalhos Científicos

Título: Nutrição Na Gestação

Autores: ANGELA FERRI FRARES; ISABEL ZAMARCHI CENCI; ALINE DALLAGNOL; VINICIUS COLLE MENEGAT; MURILO SBRUSSI

Resumo: O adequado suporte nutricional durante a gestação é fundamental para o desenvolvimento embrionário fetal e na prevenção de comorbidades futuras. A avaliação nutricional faz parte da consulta de pré-natal, idealmente deverá ser realizada ainda no período pré-concepcional, para suas adequações e também para o cálculo do Índice de Massa Corpórea (IMC), medida utilizada como padrão pelo Ministério da Saúde (MS) no acompanhamento do ganho ponderal. Nesta revisão bibliográfica identifica-se que o ganho de peso ao final de uma gestação é inversamente proporcional ao IMC pré-gravídico. As necessidades nutricionais são diferentes nos três trimestres, podendo ser maiores em gestações gemelares, contudo é importante salientar que uma alimentação balanceada e hidratação adequada são suficientes e dispensam a suplementação com polivitamínicos, exceto o ferro e o ácido fólico, onde o primeiro deve ser iniciado com dezesseis semanas de gestação e mantido até o puerpério e o segundo antes da concepção, mantendo-se durante as primeiras oito semanas. O ganho excessivo de peso está associado à macrosomias, desproporção cefalopélvica, infecções, hipertensão arterial e pré-eclâmpsia. Já o ganho insuficiente aumenta os índices de prematuridade, baixo peso ao nascer e crescimento restrito. Estes distúrbios nutricionais aumentam consideravelmente as chances de desenvolver doenças como obesidade, hipertensão, dislipidemia e diabetes mellitus ao longo dos anos. Tendo em vista a importância de um adequado suporte, para implementar medidas educativas e de estímulo a mudanças nos hábitos de vida, objetivando um IMC adequado, pré-natal de qualidade e ingestão suficiente para as necessidades, sem exageros pode-se diminuir a morbimortalidade materno fetal e adulta.