

## Consumo Alimentar de Gestantes Adolescentes: Uma Revisão Sistemática

### *Dietary Intake of Pregnant Adolescents: A Systematic Review*

Verena Teixeira da Costa<sup>1</sup>

Alden dos Santos Neves<sup>2</sup>

Artigo  
Original

Original  
Paper

#### Palavras-chave:

Gravidez na  
adolescência;

Consumo alimentar;

Necessidade nutricional;

#### Resumo:

O estudo teve como objetivo apresentar os resultados disponíveis na literatura em relação ao consumo alimentar de gestantes adolescentes (10-19 anos). Para tal, foi utilizada a base de dados bibliográficos Google Acadêmico e selecionados estudos publicados durante o período de 2002 a 2012. Foram analisados 06 estudos que atenderam aos critérios de inclusão. A maioria foi desenvolvida nos últimos 5 anos, não havendo nenhum estudo realizado na região Centro-Oeste. As gestantes adolescentes na sua maioria se encontraram eutróficas. Os principais métodos de avaliação utilizados foram o Índice de Massa Corpórea e o Recordatório de 24 horas. Não observou-se metodologia padronizada para avaliação da ingestão dietética. Pela relevância do tema, percebe-se a necessidade de mais estudos nesta área.

#### Abstract

*The study aimed to review the literature on studies on food intake of pregnant adolescents (10-19 years). For this, was used the bibliographic database Google Scholar and selected studies published during the period 2002 to 2012. There were analyzed 06 studies that met the inclusion criteria. Most of them have been developed over the past 5 years, and there is no study in the Midwest. Pregnant teenagers were mostly eutrophic. The main evaluation methods were the Body Mass Index and the recall of 24 hours-intake. There weren't a standardized methodology for assessing dietary intake. The relevance of the topic shows up the need for more research in this area.*

#### Key words:

*Pregnancy in  
adolescence;*

*Food consumption;*

*Nutritional need;*

<sup>1</sup> Curso de Nutrição do Centro Universitário de Volta Redonda - UniFOA, Volta Redonda- RJ, Brasil.

<sup>2</sup> Mestre em Ensino de Ciências da Saúde. Docente do curso de Nutrição do UniFOA.

## 1. Introdução

O período da vida que compreende entre 10 e 19 anos conhecido como adolescência é assinalada por mudanças corporais, psicológicas e fisiológicas que influenciam no acréscimo das necessidades nutricionais (SAMPEI et al., 2002).

A gravidez, assim como a adolescência, é uma fase que provoca modificações fisiológicas no organismo materno, que geram acréscimo da necessidade nutricional, para manter a nutrição adequada da mãe, realizar a preparação para a lactação e garantir crescimento e desenvolvimento do feto, uma vez que a única fonte de nutrientes do mesmo é constituída pelas reservas nutricionais e ingestão alimentar materna (PEREIRA; GASPARIN, 2006).

Quando unimos estes dois fatores, adolescência e gravidez, a nutrição torna-se o fator de maior importância para garantir bons resultados ao feto e à mãe. No caso específico de grávidas adolescentes, ocorre uma séria depleção nutricional, pelo fato de omitirem ou substituírem refeições principais por lanches ou por consumirem maior quantidade de guloseimas e alimentos com alta densidade calórica, por apresentarem uma baixa ingestão de frutas e hortaliças e por estarem mais pré-dispostas à compulsão alimentar, fazendo com que as reservas nutricionais fiquem abaixo do necessário, o que aumenta ainda mais o risco de deficiência nutricional, uma vez que o prognóstico da gestação é influenciado pelo estado nutricional da mãe antes e durante a gravidez (BARROS, 2004). Grávidas que apresentam uma reserva inadequada de nutrientes, aliada a uma ingestão dietética insuficiente, poderão ter um comprometimento do crescimento do feto e, conseqüentemente, do peso ao nascer (RAMAKRISHNAN, 2004).

O tema consumo alimentar de gestantes adolescentes tem sido pouco explorado no Brasil, tendo em vista que 2,8% das meninas entre 12 e 17 anos já tiveram filhos, segundo dados do Sistema Nacional de Nascidos Vivos, do Ministério da Saúde (UNICEF, 2011). Isso significa um contingente de nada menos do que 290 mil adolescentes.

Diante do exposto o objetivo desta revisão é apresentar os resultados das pesquisas disponíveis na literatura em relação ao consu-

mo alimentar de gestantes adolescentes para demonstrar a importância do acompanhamento nutricional nesse grupo.

## 2. Metodologia

O método adotado foi de revisão sistemática da literatura, consistindo na busca retrospectiva de artigos científicos, sobre o consumo alimentar de gestantes adolescentes. Para tal, foi utilizada a base de dados bibliográficos Google Acadêmico. Os estudos selecionados foram publicados durante o período de 2002 a 2012.

Na estratégia de busca foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “Gravidez na adolescência”, “Necessidade nutricional” e “Consumo alimentar”. Após a busca descrita anteriormente, procedeu-se à busca em listas de referências dos artigos identificados e selecionados pela busca eletrônica. Em seguida foi realizada avaliação dos resumos e os estudos que preencheram os critérios de inclusão foram lidos na íntegra.

Como critérios de inclusão para o presente estudo, foram estabelecidos: ser artigo de pesquisa prática realizada no Brasil, ser estudo transversal e tratar exclusivamente do consumo alimentar de gestantes adolescentes. Ao final, 06 artigos atenderam a todos os critérios de inclusão.

As informações selecionadas nos artigos para compor a análise foram: autor, ano de publicação, local de ocorrência do estudo, faixa etária, tamanho da amostra, avaliação nutricional utilizada e principais resultados encontrados no estudo.

## 3. Resultados

Na tabela 1, são apresentadas informações gerais sobre os 6 estudos incluídos. Destes, 4 foram publicados nos últimos cinco anos (2007 a 2012). Não foram encontrados estudos que tenham abordado o tema na região Centro-Oeste e pôde ser observado que, dentre os estudos analisados, 2 foram feitos no estado do Paraná e 2 foram realizados em Fortaleza-CE.

A amostra dos estudos utilizados teve tamanhos bem variados, uma vez que o cri-

tério para composição da mesma, na maioria dos estudos, era estar sendo atendida pelo serviço de pré-natal do local. A composição das amostras variou quanto à faixa etária, sendo que apenas 01 artigo contou com grávidas de toda faixa etária da adolescência, compreendida dos 10 aos 19 anos.

Em relação aos métodos de avaliação nutricional utilizados, o Índice de Massa Corpórea (IMC) (adaptado para idade ou adaptado para gestação) e o Recordatório de 24h foram os mais utilizados (04 artigos), sendo que através dos métodos de avaliação nutricional os dados mais examinados foram o consumo energético e o consumo de proteína (04 artigos). Apenas 01 artigo utilizou como método de avaliação nutricional uma entrevista estruturada contendo 15 perguntas baseadas no Guia Alimentar da População Brasileira (2006). Quanto aos principais resultados encontrados pode-se ressaltar

que em todos os artigos em que foram avaliados o Índice de Massa Corpórea, a maioria das gestantes se encontravam eutróficas, com valor mínimo de 50% a um valor máximo de 71,4% das gestantes eutróficas. Dos 4 artigos que analisaram a ingestão alimentar, em 3 deles a ingestão de energia ficou abaixo da recomendação média de 2500Kcal.

Em relação a ingestão média de macronutrientes, todos analisaram a adequação média de ingestão, porém não observou-se, na presente revisão, a utilização de uma metodologia única para análise da adequação do consumo das gestantes frente às recomendações para idade/estado fisiológico. Não percebe-se um padrão homogêneo relacionado a esta questão, sendo que cada resultado apresentado difere de modo importante um dos outros, o que não permite uma análise homogênea de todos os estudos selecionados.

Tabela 1- Relação dos artigos sobre consumo alimentar de gestantes adolescentes.

Autor / Ano	Local	Amostra	Faixa etária	Avaliação nutricional utilizada	Principais resultados
AZEVEDO E SAMPAIO, 2003	Fortaleza - CE	n= 99	14 a 19	IMC e recordatório de 24h analisando ingestão energética, proteína, lipídeo e carboidrato.	69,7% apresenta peso adequado Média de ingestão energética 2347 Kcal Conteúdo proteico adequado, elevado em lipídeos e inadequado em carboidratos.
BARROS et al., 2004	Rio de Janeiro - RJ	n= 1180	12 a 19	Frequência alimentar e consumo diário estimado analisando ingestão energética, proteína, lipídeo e carboidrato.	Média de ingestão energética 2074 Kcal Conteúdo proteico adequado, elevado em lipídeos e carboidratos.
GUERRA et al., 2007	Curitiba - PR	n= 97	10 a 19	IMC, GPG e recordatório de 24h analisando ingestão energética e proteína.	66% apresenta peso adequado Média de ganho de peso 12,8kg Média de ingestão energética 2567 Kcal Conteúdo proteico elevado.
MONTOVANELI E AULER, 2009	Mandaguacu - PR	n= 6	16 a 19	Recordatório de 24h analisando ingestão energética, proteína, lipídeo e carboidrato, frequência alimentar e entrevista estruturada no Guia Alimentar do Ministério da Saúde.	Média de ingestão energética 2183 Kcal Conteúdo proteico, lipídico e glicêmico adequado.
BELARMINO et al., 2009	Fortaleza - CE	n= 40	12 a 19	IMC por semana gestacional, recordatório de 24h e Frequência alimentar	50% apresenta peso adequado
FONSECA et al., 2011	Belém - PA	n= 70	12 a 19	IMC e frequência alimentar	71,4% apresenta peso adequado Conteúdo proteico baixo, lipídico médio e glicêmico elevado.

#### 4. Discussão

A gravidez na adolescência vem sendo considerada problema de saúde pública, uma vez que pode ocasionar complicações obstétricas, com repercussões para a mãe e o recém-nascido, bem como problemas psicossociais e econômicos (PONTE; XIMENES, 2004).

Além de escassos, não se pode fazer uma extrapolação dos resultados para todo Brasil, visto que nenhum levantamento foi realizado com uma abrangência nacional representativa. Verificou-se a ausência de estudos desenvolvidos, com estas características, na Região Centro-Oeste do país.

A ingestão energética das gestantes nos estudos avaliados foi inferior à ingestão recomendada. Diante disso, percebe-se, que vários fatores podem contribuir para que a necessidade energética da gestante adolescente não seja atingida, como por exemplo, a persistência das demandas da maturação e crescimento físico (DEIVINCENZI et al., 2003). A adoção de estilos de vida e padrões de estética corporal, que induzem a uma restrição alimentar, constituem-se como “outros fatores” que comprometem o estado nutricional das adolescentes (EISENSTEIN; COELHO, 2000). Paralelo a isto, as condições socioeconômicas e a falta de aceitação ou apoio na gravidez podem agravar o consumo inadequado de alimentos (DEIVINCENZI et al., 2003). Ainda que os fatores biológicos e sociais interfiram na qualidade da gravidez e conseqüentemente no resultado da gestação, o estado nutricional da adolescente grávida constitui um determinante fundamental na saúde do binômio mãe-filho (DIAS et al., 2005).

## 5. Considerações finais

Apesar do grande número de gestantes adolescentes encontradas no território brasileiro, não existem muitos estudos em relação ao consumo alimentar das mesmas. Pela relevância do tema, dado as condições fisiológicas em questão, e tendo em vista as mudanças de comportamento alimentar e social derivadas da adolescência, e as necessidades nutricionais geradas pela gestação, percebe-se uma produção científica pequena ao longo do período observado, e sem um padrão de abrangência nacional.

Percebe-se a necessidade de utilização de métodos padronizados de avaliação de ingestão alimentar, com vistas a fornecer ao estudioso do assunto uma compreensão maior da ingestão média de nutrientes das gestantes adolescentes, possibilitando futuras intervenções.

Observa-se a necessidade de realização de mais estudos relacionados a este tema, de modelo observacional ou de intervenção, para aumentar o volume de conhecimentos científicos relacionados a este assunto, visando fornecer aos profissionais diretamente relacionados

ao enfrentamento destas questões, o cabedal científico necessário.

## 6. Referências

1. AZEVEDO, D.V.; SAMPAIO, H.A.C. Consumo alimentar de gestantes adolescentes atendidas em serviço de assistência pré-natal. **Revista de Nutrição**; Campinas, v.16, n.3, p.273-280, jul-set, 2003.
2. BARROS, D.C.; PEREIRA, R. A.; GAMA, S. G. N. e LEAL, M. C. O consumo alimentar de gestantes adolescentes no Município do Rio de Janeiro. **Cad. Saúde Pública** [online], v.20, suppl.1, p. 121-129, 2004 .
3. BELARMINO, G. O.; MOURA, E. R. F.; OLIVEIRA, N.C.; FREITAS, G.L. Risco nutricional entre gestantes adolescentes. **Acta Paul Enferm**, v.22, n.2, p. 75-169, 2009.
4. DEIVINCENZI, M. U.; RIBEIRO, L. C.; SIGULEM, D. M; GARCIA, J. N. **Nutrição e alimentação na gestação**. São Paulo: Editora de Projetos Médicos, 2003.
5. DIAS, A. C. G.; TEIXEIRA, M. A. P. Gravidez na adolescência: um olhar sobre um fenômeno complexo. **Paideia**, v.20, n. 45, p.123-131, jan-abr, 2010.
6. DIAS, A. C. P.; LESSA, A. C.; TELAROLLI JUNIOR, R. Anemia e consumo alimentar de gestantes adolescentes. **Alim. Nutr.**, Araraquara, v.16, n.3, p. 227-232, jul-set, 2005.
7. EISENSTEIN, E.; COELHO, K. S. C.; COELHO, S. C.; COELHO, M. A. S. C. Nutrição na adolescência. **J Pediatr**, v.73, n.3, p.263-274, 2000.
8. FONSECA, A. S.; FALCÃO, L. F.; MENDONÇA, X. M. F. D. Estudo nutricional durante a gravidez na adolescência. **Revista Paraense de Medicina**, v.25, n.4, out.-dez, 2011.

9. GUERRA, A. F. F. S.; HEYDE, M. E. D. V. D.; MULINARI, R. A. Impacto do estado nutricional no peso ao nascer de recém-nascidos de gestantes adolescentes. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v.29, n.3, p.33-126, 2007.
10. MONTOVANELI, L.; AULER, F. Consumo alimentar de gestantes adolescentes cadastradas na unidade básica de saúde de Mandaguçu-PR. **Revista Saúde e Pesquisa**, v.2,n.3,p.349-355, set-dez, 2009.
11. PEREIRA, A. V.; GASPARIN, F. V. Gestação na adolescência: a importância da nutrição. **Iniciação Científica Cesumar**, v.8, n.1, p.11-15, jun. 2006.
12. PONTE JÚNIOR, G. M.; XIMENES NETO, F. R. G. Gravidez na adolescência no município de Santana do Acaraú-Ceará-Brasil: Uma análise das causas e riscos.
13. RAMAKRISHNAN U. Nutrition and low birth weight: from research to practice. **Am J Clin Nutr. Review**; v.79 n.1,p.17-21, 2004.
14. SAMPEIL, M. A. et al. Adolescência: estado nutricional, práticas e distúrbios alimentares e atividade física. **Compacta de Nutrição**, v.3, n.3, p. 1-22, out. 2002.
15. FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA-UNICEF. **O direito de ser adolescente**: Oportunidade para reduzir vulnerabilidades e superar desigualdades / Fundo das Nações Unidas para a Infância. – Brasília, DF: UNICEF, 2011. Disponível em: [http://www.unicef.org/brazil/pt/br\\_sabrep11.pdf](http://www.unicef.org/brazil/pt/br_sabrep11.pdf)

---

**Endereço para Correspondência:**

Alden dos Santos Neves  
alden.neves@foa.org.br  
Avenida Paulo Erlei Alves Abrantes, nº 1325,  
Três Poços, Volta Redonda - RJ  
CEP 27240-560