

QUALIDADE DA DIETA DURANTE A GESTAÇÃO E SUA RELAÇÃO COM O PESO AO NASCER

Autores: IZABELA DA SILVA SANTOS; LÍVIA CASTRO CRIVELLENTI; DANIELA SAES SARTORELLI

Instituição: Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto (USP)

Contato: izabela.santos@usp.br

**INTRODUÇÃO**

A qualidade da dieta de gestantes está associada a efeitos na saúde materna e fetal. O Índice de Qualidade da Dieta adaptado para Gestantes (IQDAG) contém nove componentes: hortaliças, leguminosas e frutas frescas em porções/1000 kcal; ferro, folato, cálcio, ômega 3 e fibras, e como componente moderador o percentual energético do consumo de alimentos ultraprocessados.

**OBJETIVOS**

Investigar a relação entre o IQDAG e seus componentes com o peso ao nascer.

**METODOLOGIA**

Trata-se de uma coorte prospectiva que empregou dados de um estudo transversal, conduzido entre gestantes adultas atendidas pelo SUS, complementados com dados das gestantes e dos bebês presentes no Sistema de Informações de Nascidos Vivos (SINASC). Foram excluídos casos de diabetes mellitus gestacional, gemelaridade, semana gestacional no parto <24 ou >42 e dados incompletos, totalizando 601 binômios mãe-bebê. O peso ao nascer foi classificado em pequeno para a idade gestacional (PIG) e grande para a idade gestacional (GIG) (VILLAR et al., 2014). A dieta foi estimada por 2 inquéritos recordatórios de 24 horas e 1 questionário de frequência alimentar. A ingestão usual foi obtida pelo Multiple Source Method. A relação entre o IQDAG e o peso ao nascer foi investigada em modelos de regressão logística em função backward ajustados por sexo do bebê, duração da gestação, idade materna, auto relato da cor da pele, escolaridade, classe social, tabagismo, hipertensão arterial, atividade física, IMC pré gestacional, ganho de peso médio semanal, paridade, energia total da dieta e subnotificação energética.

**RESULTADOS**

A média (DP) da pontuação do IQDAG das gestantes foi de 69,7 (11,9) com pontuação mínima e máxima de 35,5 e 96,9. Em relação ao peso ao nascer, 62 (10,3%) bebês foram classificados com PIG e 80 (13,3%) foram classificados com GIG. Em modelos de regressão logística ajustados, constatou-se que bebês de mulheres alocadas no terceiro terço de pontuação do IQDAG [OR 0,54 (IC 95% 0,29; 1,03), p = 0,03] apresentaram uma menor tendência de GIG quando comparado ao primeiro terço. Mulheres do terceiro terço de ingestão de ômega 3 [OR 0,45 (IC 95% 0,24; 0,84), p = 0,01] apresentaram uma menor chance de terem filhos GIG, quando comparadas às do menor terço, independente dos fatores de confusão. Não houve associação entre os demais componentes do índice e o peso ao nascer.

**CONCLUSÃO**

Os dados do presente estudo sugerem que uma maior qualidade da dieta e maior ingestão de ômega 3 durante a gestação podem ser fatores de proteção para bebês GIG.