

Nutrição

CONSCIÊNCIA ALIMENTAR DE MULHERES DURANTE A PRÉ-GESTAÇÃO GESTAÇÃO: ASSOCIAÇÃO COM A ASSISTÊNCIA PRÉ-NATAL

Maria Luiza Prado Sant Anna - 8º módulo de nutrição, UFLA, iniciação científica voluntária.

Lahis Cristina Morais de Moura - Coorientadora DNU, UFLA

Marcella Lobato Dias Consoli - Pesquisadora, DNU, UFLA

Lilian Gonçalves Teixeira - Orientadora DNU, UFLA. - Orientador(a)

Resumo

A atenção plena ao comer diz respeito a uma alimentação que possa satisfazer as necessidades fisiológicas e o prazer de se alimentar, prestando atenção de forma particular no momento presente e sem julgamentos. Durante a gestação, esta prática está relacionada a diversos benefícios para a saúde da gestante, como melhora do comportamento alimentar, redução do sofrimento relacionado à gestação, diminuição no estresse, depressão e ansiedade. Considerando o papel relevante da alimentação materna no período gestacional, o objetivo do estudo foi avaliar variáveis do comportamento alimentar através da alimentação consciente de mulheres referente ao período de pré-concepção e gestação, levando em conta o tipo de assistência pré-natal, realizada os sistemas de saúde público ou particular. A amostra foi composta por gestantes atendidas no setor público e privado do município de Lavras, no período de julho de 2019 a fevereiro de 2020. O comer com atenção plena foi avaliado por meio do Mindful Eating Questionnaire – MEQ. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (COEP) da Universidade Federal de Lavras (UFLA) (CAAE: 10989519.5.0000.5148, parecer 3.362.629). Das 200 mulheres que participaram do estudo, 184 possuíam todos os dados de interesse completos, totalizando uma perda amostral de 8%. No total, 46,2% das mulheres eram casadas, 63,5% não planejaram a gravidez, 47,8% das participantes concluíram o Ensino Médio e 48,9% recebiam entre 1 a 2 salários mínimos. As participantes tinham entre 18 a 42 anos e a idade gestacional variou de 4 a 40 semanas. O IMC pré-gestacional médio foi de 25,4 Kg/m², sendo 47,15% classificadas como sobrepeso ou obesas. De acordo com o IMC gestacional, 50,6% foram classificadas como sobrepeso ou obesas. A pontuação média do Mindful Eating Questionnaire entre toda a amostra (n=184) do estudo foi: antes da gestação 2,60±0,33 e durante a gestação 2,67 ± 0,35 (p<0,05). Durante o período gestacional, mulheres atendidas no SUS apresentaram menor pontuação global do MEQ (2,64 ± 0,35), quando comparadas a mulheres atendidas no setor privado (2,77 ± 0,34). Conclui-se que durante o período gestacional as mulheres comem mais consciente, sendo que a população caracterizada pelo sistema de atenção ao pré-natal particular tem um perfil diferente do SUS, contemplando uma atenção plena ao comer melhor, desde o período pré-gestacional.

Palavras-Chave: Atenção plena, Gestação, Sistemas de saúde.

Instituição de Fomento: UFLA - fapemig

Link do pitch: <https://youtu.be/nScEffFms04>