



Trabalho 359

CONHECIMENTO DE MULHERES GRÁVIDAS SOBRE PRÁTICAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS DURANTE O PERÍODO GESTACIONAL

ALVES, Luzia Pereira da Costa¹

PEREIRA, Tereza Fabianne Aires Martins²

ALVES, Gessyka Vieira²

ASSIS, Daniele Lima de²

OLIVEIRA, Suelem Rodrigues de Sousa³

ROCHA, Rebeca Silveira⁴

INTRODUÇÃO: As práticas alimentares saudáveis têm um importante papel na manutenção da saúde das grávidas e do concepto, oferecendo benefícios a longo prazo para ambos. **OBJETIVO:** averiguar o conhecimento das gestantes sobre práticas alimentares saudáveis no período gestacional. **METODOLOGIA:** Estudo transversal, descritivo e quantitativo. Realizado com 30 gestantes de dois Centros de Saúde de Quixadá-CE, de fevereiro a maio de 2012. Utilizou-se um formulário, entregue às gestantes no momento de espera para consultas de pré-natal. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Católica Rainha do Sertão. **RESULTADOS:** Relacionado ao peso, 80,0% ganharam peso na gestação, e 16,7% perderam peso, 23,3% estavam abaixo do P25 e 16,7% acima do P90. Cerca de 70,0% gestantes associaram a alimentação saudável ao hábito de comer frutas e verduras, enquanto que 30,0% acreditam ser a dieta variada, sem excessos e exclusões. Das gestantes, 53,3% realizavam de 4-5 refeições/dia. Todas demonstraram consumo inadequado de vegetais, 98,3% de frutas, 73,3% de carnes vermelhas e 66,7% de doces. A azia foi a alteração digestiva com maior prevalência, ocorrendo em 53,0% das gestantes. Quanto à orientação por profissional de saúde, prevaleceram as do enfermeiro (64,0%). **CONCLUSÃO:** Ao comparar o julgamento das gestantes sobre o que consideram como alimentação saudável com suas práticas alimentares, conclui-se que os resultados apontam para um conhecimento deficiente em relação às práticas alimentares saudáveis. **CONTRIBUIÇÕES:** O estudo retrata a carência de conhecimentos sobre a alimentação saudável, possibilitando ao enfermeiro investir em educação em saúde sobre a temática.

REFERÊNCIAS: Rodrigues PL, Lacerda EM, Schlüssel MM, Spyrides MHC, Kac G. Determinants of weight gain in pregnant women attending a public prenatal care facility in Rio de Janeiro, Brazil: a prospective study, 2005-2007. *Cad Saúde Pública*. 2008; 24(2): 272-84.

DESCRITORES: Gravidez; Nutrição; Pré-Natal; Conhecimento.

¹ Acadêmica de Enfermagem do Centro Universitário do Ceará (Estácio/FIC). Endereço eletrônico: luziaalves.estacio@gmail.com

² Acadêmicas de Enfermagem do Centro Universitário do Ceará (Estácio/FIC).

³ Enfermeira. Graduação pela Faculdade Católica Rainha do Sertão.

⁴ Enfermeira. Mestre em Saúde Pública. Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário do Ceará (Estácio/FIC) e Faculdade Católica Rainha do Sertão.



65º CBEn
CONGRESSO BRASILEIRO DE ENFERMAGEM

07 A 10 DE OUTUBRO DE 2013
CENTRO DE CONVENÇÕES SULAMÉRICA
RIO DE JANEIRO/RJ 

A ENFERMAGEM E O CUIDADO COM A VIDA

Trabalho 359

EIXO II - Interfaces da Enfermagem com Práticas Profissionais e Populares de Cuidado em Saúde.