

## INTRODUÇÃO

Sabe-se que a Organização Mundial da Saúde (OMS) preconiza o consumo de 400g por dia de frutas e vegetais, por estarem relacionados à proteção contra doenças crônicas. O presente estudo tem como objetivo verificar o consumo de alimentos marcadores de proteção contra doenças crônicas em mulheres que tiveram diabetes gestacional e faziam acompanhamento em ambulatórios de pré-natal (PN) alto risco.

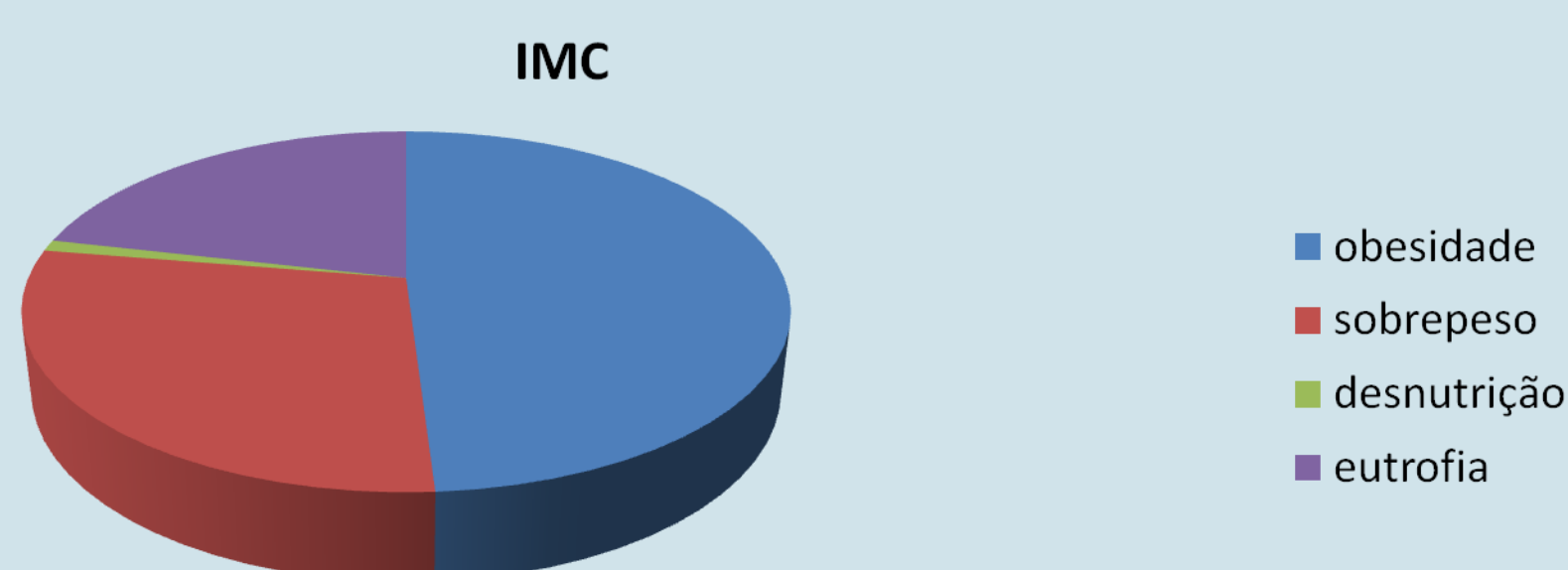
## METODOLOGIA

Foram analisados os dados de recrutamento do Estudo LINDA-Brasil. Trata-se de um desenho transversal de gestantes arroladas entre a 32<sup>a</sup> e a 37<sup>a</sup> semanas gestacionais, com diagnóstico de diabetes gestacional, com 18 anos. Foi aplicado um questionário estruturado com questões sobre características demográficas, socioeconômicas e do consumo alimentar. Medidas clínicas e antropométricas foram coletadas de registros de prontuários.

## RESULTADOS

Foram analisadas 222 mulheres até o momento com uma média de  $31,2 \pm 6,3$  anos de idade. O número de filhos por mulher variou de zero a seis filhos anteriores a presente gestação. A prevalência de mulheres com ensino fundamental incompleto foi de 22,9% (n=51), 36,8% (n=82) tinham o ensino médio completo, 66,7% (n=148) eram brancas e 15,3% (n=34) eram pretas. A prevalência de mulheres que recebem até dois salários mínimos por mês foi de 59,3% (n=131) e 45,1% (n=101) moravam em Porto Alegre.

A partir da análise do índice de massa corporal pré-gestacional, foi observado que 49% das mulheres (n=48) apresentavam obesidade, 28,6% (n=28) sobrepeso e 1% (n=1) desnutrição.



A partir da frequência de consumo alimentar em uma semana habitual da gravidez, 50,4% das mulheres (n=113) relataram consumir salada crua durante os sete dias da semana; 59,5% (n=132) consumiram legumes e verduras cozidos até três vezes na semana; 73,2% (n=164) consumiram frutas frescas ou salada de frutas sete vezes na semana; 45,7% (n=102) ingeriu leite ou iogurte

desnatado ou semi desnatado sete dias na semana, enquanto que 40,8% (n=91) não consumiram leite ou iogurte desnatado ou semi desnatado e 60,4% (n=134) consumiram feijão durante os sete dias da semana.

Em relação ao consumo de carnes, 56,3% (n=125) consumiram carne vermelha sem gordura visível até 3 vezes por semana, 78,7% (n=174) consumiram frango ou galinha sem pele e 21,5% (n=48) consumiram peixe uma vez na semana.

Figura 1: percentual de consumo de carnes

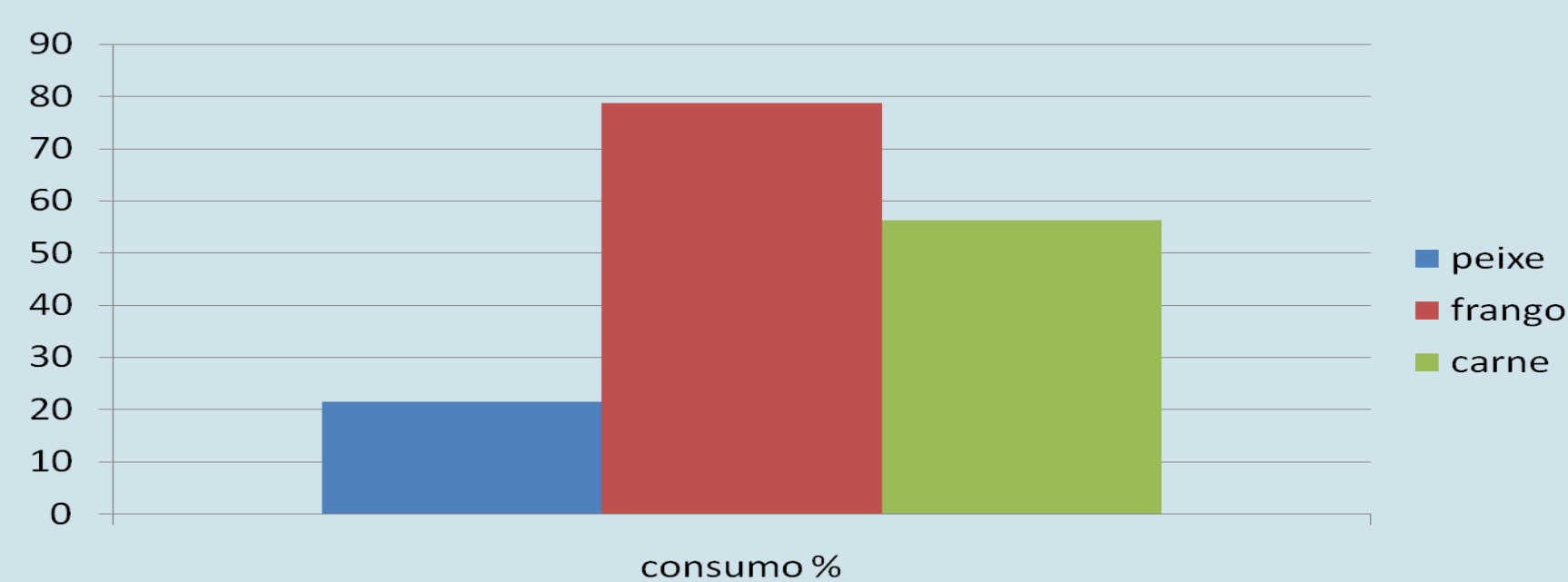
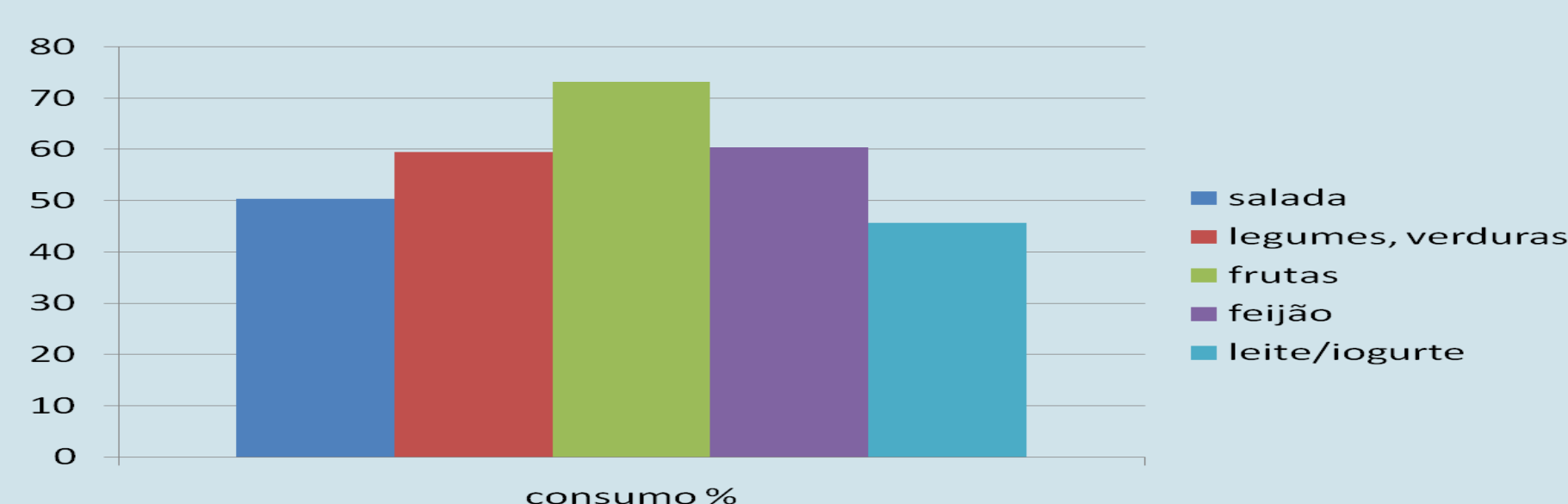


Figura 2: percentual de consumo alimentar



## CONCLUSÃO

A partir dos dados preliminares obtidos, é possível observar que houve uma considerável prevalência de consumo de alimentos protetores durante a gestação.