

## ASSOCIAÇÃO DO GANHO DE PESO GESTACIONAL COM FATORES PSICOSSOCIAIS E ESTILO DE VIDA

Fernanda M. Raikov\*, Daiane S. M. Paulino, Maira Pinho-Pompeu, Fernanda G. Surita

### Resumo

Diversos fatores estão implicados no ganho de peso gestacional (GPG) e seu entendimento é fundamental para rever as diretrizes de GPG e direcionar políticas de prevenção ao excesso de peso. Objetivo: Avaliar a relação do GPG com fatores psicossociais e comportamentais modificáveis. Metodologia: Estudo observacional transversal com 215 puérperas internadas no CAISM. Realizou-se análises de frequência das variáveis categóricas e análise de regressão logística, com critério Stepwise. O nível de significância adotado foi de 5%. Resultados: A maioria das participantes (53,9%) possuíam inadequação do estado nutricional (sobrepeso ou obesidade) segundo IMC pré-gestacional. O GPG excessivo se correcionou com o sobrepeso e escolaridade elevada. O não consumo de verduras e o consumo diário de refrigerante ou doces aumentou em mais de 2 vezes o risco de GPG excessivo e o consumo de fritura >3 vezes/semana aumentou em 5.73 vezes o risco de GPG excessivo. Fatores psicossociais, prática de atividade física, tabagismo e tempo de sono não mostraram associação com o GPG.

**Palavras-chave:** Ganho de peso gestacional, fatores psicossociais, consumo alimentar, estilo de vida.

### Introdução

Cerca de 2/3 das mulheres brasileiras apresentam GPG acima do recomendado<sup>1</sup>. O GPG inadequado associa-se a desfechos maternos e neonatais desfavoráveis<sup>2</sup>. Avaliar sua relação com fatores psicossociais e comportamentais modificáveis, se faz necessário para prevenção do GPG excessivo e suas complicações.

### Resultados e Discussão

Foram coletados dados de 215 puérperas, com idade média de 27,73 ± 6,06 anos. O GPG excessivo ocorreu em 37,25% da amostra.

**Tabela 1.** Associação de fatores sócio-demográficos IMC pré-gestacional e hábitos de vida com GPG excessivo.

Variáveis	n (%)	OR	IC 95% OR
<b>Educational level</b>			
1º grau incompleto (ref.)	21 (10.99)	1.00	---
1º grau completo	27 (14.14)	1.77	0.58 – 5.34
2º grau incompleto	14 (7.33)	3.43	0.93 – 12.69
2º grau completo	99 (51.83)	1.72	0.69 – 4.31
Superior	30 (15.71)	<b>4.19</b>	<b>1.40 – 12.54</b>
<b>Trabalho remunerado</b>	108 (55.38)	1.30	0.76 – 2.22
<b>IMC Pré-gestacional</b>			
Eutrófica (ref.)	83 (40.69)	1.00	---
Baixo peso	11 (5.39)	0.76	0.24 – 2.47
Sobrepeso	56 (27.45)	<b>3.20</b>	<b>1.67 – 6.14</b>
Obesidade	54 (26.47)	1.76	0.93 – 3.33
<b>Menos de 7h horas de sono pré-gestação</b>	128 (60.38)	---	1.00
		0.402	0.80
<b>Menos de 7h horas de sono início gestação</b>	137 (64.62)	---	1.00
		0.584	1.16
<b>Menos de 7h horas de sono fim gestação</b>	86 (41.15)	---	1.00
		0.178	1.43
<b>Tabagista (últimos 2 anos)</b>	44 (21.15)	1.44	0.77 – 2.70
<b>Atividade física leve</b>	78 (44.82)	0.974	0.878 – 1.081
<b>Atividade física moderada</b>	59 (34.10)	0.405	1.059
<b>Atividade física intensa</b>	17 (9.77)	0.622	0.974

**Tabela 2.** Associação de fatores psicossociais, consumo alimentar e hábitos de vida com GPG excessivo.

Variáveis	n (%)	OR	IC 95% OR
<b>Consumo de Verdura</b>			
Diariamente (ref.)	105 (49.53)	1.00	---
Nunca ou <1	3 (1.42)	<b>2.71</b>	<b>1.02 – 7.18</b>
<b>Consumo de Fritura</b>			
Nunca (ref.)	12 (5.58)	1.00	---
> 3 vezes/semana	29 (13.49)	<b>5.73</b>	<b>1.94 – 16.92</b>
<b>Consumo de Refrigerante</b>			
Nunca (ref.)	25 (11.63)	1.00	---
Diariamente	53 (24.65)	<b>2.58</b>	<b>1.05 – 6.35</b>
<b>Consumo de doces</b>			
Nunca (ref.)	16 (7.55)	1.00	---
Diariamente	<b>38 (17.92)</b>	<b>2.40</b>	<b>1.11 – 5.19</b>
<b>Escore Edinburgh (EPDS)</b>			
<10 (ref.)	103 (49.52)	1.00	---
≥10	105 (50.48)	1.35	0.81 – 2.25
<b>Escore Stress (PSS)</b>	202 (93.95)	1.012	0.964 – 1.062
<b>Escore Life Orientation</b>	201 (93.48)	0.999	0.918 – 1.087

### Conclusões

Houve associação entre GPG excessivo, escolaridade e IMC pré-gestacional. Hábitos de vida modificáveis como o consumo alimentar foram significativamente associadas ao GPG excessivo, no entanto fatores psicossociais, prática de atividade física, tempo de sono e tabagismo não mostraram correlação. A relação positiva entre consumo alimentar e GPG excessivo sugere que o início da gravidez seja um momento oportuno para o aconselhamento nutricional.

Além disso, a alta prevalência de GPG excessivo identificada, aponta para a necessidade de maior enfoque, durante o cuidado pré-natal, sobre a continuidade de hábitos alimentares saudáveis durante a gravidez e no puerpério.

### Agradecimentos



<sup>1</sup> Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. *Obesidade e síndrome metabólica na gestação*. São Paulo, 2011.

<sup>2</sup> Institute of Medicine (US) and National Research Council (US) Committee to Reexamine IOM Pregnancy Weight Guidelines; Rasmussen KM, Yaktine AL, editors. *Weight Gain During Pregnancy: Reexamining the Guidelines*. Washington (DC): National Academies Press (US); 2009.