

O CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLCENTES GESTANTES: UMA REVISÃO NARRATIVA

Davilyn Conte¹

RESUMO

Introdução: A gestação é um período em que a mulher se encontra vulnerável devido a alterações que ocorrem no seu corpo, podendo ser fisiológicas e metabólicas como o aumento do volume sanguíneo, o aumento hormonal, o ajuste das funções renais, hepáticas e pulmonares e a preparação para a lactação. Por esses motivos faz-se necessária uma adequação na alimentação da adolescente gestante. Objetivo: O objetivo desse estudo foi investigar o consumo alimentar de adolescentes gestantes. Materiais e Métodos: Realizou-se uma busca por meio das fontes constituídas pelos recursos eletrônicos nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e na Biblioteca Eletrônica Scientific Electronic Library On-line (SciELO), e no Google acadêmico sendo publicados no período de 2000 a 2022. Resultados: No Site de Busca do LILACS foram encontrados 10 artigos. Já no (SciELO) foram encontrados 20 artigos. E no Google acadêmico também foi encontrados 20 artigos. Dos 50 artigos pesquisados na literatura foram excluídos apenas 12 artigos, sendo incluídos 38 artigos para a eventual pesquisa. Dentre os estudos incluídos, 30 dos artigos apresentavam estudo de desenho transversal, 7 artigos são de abordagem teórica, e 1 estudo de campo. Conclusão: Portanto este estudo investigou o consumo alimentar de adolescentes gestantes, e se conclui que houve um aumento no consumo de alimentos processados e ultraprocessados, como cereais, carnes, biscoitos, salgadinhos, embutidos, doces, bebidas açucaradas, carboidratos refinados, gorduras e sódio. E observou-se um baixo consumo de alimentos minimamente processados e in natura como as frutas, verduras, legumes e as hortaliças.

Palavras-chave: Consumo alimentar. Adolescentes. Gestantes.

1-Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG), Caxias do Sul-RS, Brasil.

E-mail do autor:
davilyn.conte@hotmail.com

ABSTRACT

Food consumption of pregnant adolescents: a narrative review

Introduction: Pregnancy is a period in which the woman is vulnerable due to changes that occur in her body, which can be physiological and metabolic such as increased blood volume, hormonal increase, adjustment of renal, hepatic and pulmonary functions and the preparation for lactation. For these reasons, it is necessary to adapt the diet of pregnant adolescents. Objective: The objective of this study was to investigate the food consumption of pregnant adolescents. Materials and Methods: A search was carried out through the sources constituted by the electronic resources in the following databases: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), and in the Electronic Library Scientific Electronic Library On-line (SciELO), and in Google academic being published from 2000 to 2022. Results: In the LILACS Search Site, 10 articles were found. In (SciELO) 20 articles were found. And on Google academic, 20 articles were also found. Of the 50 articles searched in the literature, only 12 articles were excluded, and 38 articles were included for the eventual search. Among the studies included, 30 of the articles had a cross-sectional study, 7 articles were theoretical in approach, and 1 was a field study. Conclusion: Therefore, this study investigated the food consumption of pregnant adolescents, and it is concluded that there was an increase in the consumption of processed and ultra-processed foods, such as cereals, meats, cookies, snacks, sausages, sweets, sugary drinks, refined carbohydrates, fats and sodium. And there was a low consumption of minimally processed and in natura foods such as fruits, vegetables and greens.

Key words: Food consumption. Teenagers. Pregnant women.

Autor correspondente
Davilyn Conte.
davilyn.conte@hotmail.com
Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG).
Rua Os Dezoito do Forte, 2366.
Centro, Caxias do Sul-RS, Brasil.
CEP: 95020-472.

INTRODUÇÃO

A gestação é um período em que a mulher se encontra vulnerável devido a alterações que ocorrem no seu corpo, podendo ser fisiológicas e metabólicas como o aumento do volume sanguíneo, o aumento hormonal, o ajuste das funções renais, hepáticas e pulmonares e a preparação para a lactação.

Por tais motivos faz-se necessária uma adequação na alimentação da gestante adolescente, visto que seu estado alimentar pode afetar o resultado da gravidez (Paoli e colaboradores, 2002).

Segundo Albuquerque e colaboradores, (2017) a incidência da gravidez na adolescência vem sendo cada vez mais comum, sendo considerada um problema de saúde pública que poderá gerar complicações decorrentes de uma gestação precoce, como síndromes hipertensivas gestacionais, diabetes mellitus gestacional, mortalidade infantil, pré-eclâmpsia ou até o mesmo aborto espontâneo.

As adolescentes têm sido consideradas como sendo de risco nutricional em razão de seus hábitos alimentares pois muitas vezes deixam de fazer refeições saudáveis substituindo-se por lanches de baixo valor nutritivo e adotam dietas para poder emagrecer o que pode determinar uma ingestão alimentar inferior ao recomendado (Azevedo e Sampaio, 2000).

Além das necessidades diminuídas, pesquisas têm documentado que o consumo alimentar dessas gestantes é inadequado. Observa-se uma alta ingestão energética associada ao consumo excessivo de alimentos com alta densidade energética, os processados e os ultra processados ricos em açúcar, gordura e o sódio (Story e colaboradores, 2000; Mourão e colaboradores, 2016; Louzada e colaboradores, 2015; Monteiro e colaboradores, 2017).

Segundo Levy e colaboradores (2010), devido ao aumento da produção e consumo de alimentos processados industrialmente, foi desenvolvida uma nova classificação dos alimentos, de acordo com a sua extensão de processamento industrial.

Os alimentos processados, aqueles que passaram por algum processo de refinação ou extração de algum ingrediente para a formação de outro alimento, porém, utilizando matéria prima de apenas um alimento, e os alimentos ultraprocessados que agregam ingredientes de vários tipos de alimentos, para

a composição de apenas um alimento, geralmente são produtos pré-prontos ou prontos para consumo.

Em relação aos alimentos minimamente processados e in natura englobam os alimentos que não sofreram alteração na sua composição inicial, são basicamente as frutas, verduras, legumes, e as hortaliças, esses alimentos são responsáveis pela maior parte do aporte nutricional de uma dieta adequada, a qual é de extrema importância na adolescência e na gestação.

Dessa forma a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2003) recomenda para a população em geral tenha uma ingestão diária de pelo menos 400 g de frutas e hortaliças, o equivalente à aproximadamente cinco porções diárias desses alimentos.

No entanto, apenas uma minoria da população atinge a recomendação de consumo diário de frutas e vegetais, sobretudo indivíduos mais jovens, entre os quais o consumo é ainda menor (Ministério da Saúde, 2003; Muniz e colaboradores, 2013).

Estes grupos são recomendados pelo Guia Alimentar para a População Brasileira, onde vai proporcionar um incentivo a alimentação saudável, inserindo aspectos da acessibilidade, variedade, cor, harmonia, capazes de prevenir as deficiências nutricionais (Brasil, 2014).

O consumo alimentar da adolescente gestante tende a sofrer poucas modificações quando comparado ao período que antecedeu a gravidez.

A falta de conhecimento sobre alimentação saudável pelas jovens grávidas reflete se nas suas escolhas alimentares, que são influenciadas por fatores como a fome, o desejo, o paladar aumentado, a conveniência, disponibilidade do alimento e as influências culturais e familiares (Barros e colaboradores, 2004).

Um estudo comprovou que as práticas alimentares no período gestacional desenvolvidas pelas gestantes, eram influenciadas diretamente por diversos fatores externos, como cultura, crença e tradições (Neto e colaboradores, 2013).

É importante a avaliação do consumo alimentar para promoção da alimentação saudável por detectar possíveis problemas nutricionais e desenvolver ações terapêuticas, no sentido de contribuir com a adequação qualitativa e quantitativa da alimentação no período gestacional.

Compreende-se que esta avaliação é tarefa complexa na gestação, em especial pelas mudanças fisiológicas, psicológicas e emocionais, que pode repercutir diretamente no consumo alimentar (Bertin e colaboradores, 2006).

A gestante vai necessitar de ajuda para compreender suas novas necessidades orgânicas e para poder elaborar e consumir uma dieta que contenha os nutrientes essenciais para o seu organismo e para o crescimento e o desenvolvimento do feto, devendo incluir em cada refeição pelo menos um alimento de cada grupo da cadeia alimentar (Devincenzi e colaboradores, 2003).

O tema é pouco explorado na literatura, por isso pesquisas nessa área são escassas, portanto, o objetivo desse estudo foi investigar o consumo alimentar de adolescentes gestantes.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão narrativa, compreendida como uma metodologia qualitativa que fornece uma base para validar premissas, e a compreensão de outros estudos estimulando pensamentos e controvérsias (Green e colaboradores, 2001).

De acordo com Rother (2007), esclareceu que estas revisões são “apropriadas para descrever e discutir o desenvolvimento ou o “estado da arte” de um determinado assunto, sob ponto de vista teórico ou contextual”. Este tipo de revisão crítica e resume conclusões sobre o tópico em questão, utilizando-se de estudos e conhecimentos relevantes sobre o tema.

A revisão narrativa não prevê, necessariamente, a explicitação dos critérios utilizados no processo de seleção dos materiais, o que não significa que não há nenhuma regra determinada pelos pesquisadores (Campos e Belisário, 2001; Cronin e colaboradores, 2008).

Constituem, basicamente, na análise da literatura publicada em livros, artigos de revistas impressas e ou eletrônicas, na interpretação e análise crítica pessoal do autor.

Essa categoria de artigos tem papel fundamental para a educação continuada, pois permitem ao leitor adquirir e atualizar o conhecimento sobre uma temática específica em um curto espaço de tempo (Atallah e Castro, 2005).

Realizou-se uma busca por meio das fontes constituídas pelos recursos eletrônicos nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library On-line (SciELO), e no Google acadêmico sendo publicados no período de 2000 a 2022.

Foram utilizados os seguintes descritores: “consumo alimentar; adolescentes; gestantes”, e descritores na língua inglesa “food consumption; teenagers; pregnant women” foi utilizando os operadores booleanos (AND) e (OR) para associação de ambos os descritores.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de junho a setembro de 2022.

A seleção dos artigos foi realizada pelo pesquisador principal, de forma independente e sem a convocação de um segundo revisor.

Os critérios de inclusão foram: 1) artigos originais; 2) artigos de revisão; 3) artigos publicados nos últimos 20 anos; 4) artigos com textos completos nos idiomas português e inglês, disponíveis nas bases de dados utilizadas.

Como critérios de exclusão foram adotados: 1) estudos de ensaio clínico randomizado duplo-cego e controlado por placebo; 2) relato de casos; 3) artigos duplicados; 4) artigos pagos; 5) artigos que não estavam disponíveis integralmente nas plataformas virtuais; 6) E aqueles que não estavam condizentes com os objetivos da pesquisa.

O processo de seleção ocorreu em quatro momentos. Em um momento inicial, após exclusão dos artigos, foi realizada leitura do título de todos os textos encontrados na busca, procurando compreender a idealização dos objetivos de cada estudo, excluindo aqueles discordantes com eles.

A seguir, com os artigos restantes, foi realizada a leitura de seus resumos, verificando se atendiam aos parâmetros propostos. Após identificação dos estudos para leitura completa realizou-se a leitura reversa (análise das referências bibliográfica dos artigos selecionados para identificação de outros possíveis artigos para compor a revisão).

Por fim, realizou-se a leitura na íntegra dos artigos selecionados para exploração e extração de dados relevantes para o estudo como a idealização do objetivo de cada estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No Site de Busca do LILACS foram encontrados 10 artigos. Já no (SciELO) foram encontrados 20 artigos.

E no Google acadêmico também foram encontrados 20 artigos. Dos 50 artigos pesquisados na literatura foram excluídos apenas 12 artigos, sendo incluídos 38 artigos para a eventual pesquisa. Dentre os estudos incluídos, 30 dos artigos apresentavam estudo de desenho transversal, 7 artigos são de abordagem teórica, e 1 estudo de campo. Todos os artigos correlacionavam o tema consumo alimentar de adolescentes gestantes.

Consumo alimentar de adolescentes gestantes

Durante a gestação é necessário o consumo alimentar adequado, por meio de uma alimentação saudável de forma quantitativa e qualitativa, para que a gestação e o feto se desenvolvessem bem. A incidência de gravidez na adolescência deve influir na mudança dos hábitos alimentares das adolescentes o que não ocorre porque o consumo alimentar das adolescentes grávidas no Brasil é considerado insuficiente devido ao baixo consumo de calorias e micronutrientes (Santos e colaboradores, 2013).

No estudo realizado por Barros e colaboradores (2004), investigaram o consumo alimentar de 1180 adolescentes gestantes com idades entre 12 a 19 anos no município do Rio de Janeiro-RJ.

Os alimentos mais consumidos por essas gestantes foram: arroz, açúcar, manteiga, pão e feijão. Outros alimentos relatados foram: leite, refrigerantes, sucos, legumes e laranja. Havia relato de consumo semanal de alimentos ricos em gorduras e calorias como pizza, salgadinhos, e a batata frita. O estudo concluiu que as adolescentes grávidas com menos de 15 anos consumiam mais frequentemente alimentos menos nutritivos do que entre as que tinham idade superior. As adolescentes gestantes têm um comportamento alimentar monótono que é indesejável para a sua saúde, o que confirma com os resultados demonstrados no estudo anterior (Andrade, 2000).

De forma semelhante a esses resultados, foram realizados dois estudos sobre consumo alimentar de adolescentes gestantes na região Nordeste do Brasil. Um estudo foi

realizado na cidade de Fortaleza-CE e outro estudo na cidade de Cajazeiras- PB. No estudo realizado em Fortaleza revelou baixo consumo de frutas e vegetais, e elevado consumo de gorduras, óleos e doces (Belarmino e colaboradores, 2009). Já no estudo realizado na Paraíba, avaliação qualitativa mostrou um elevado consumo de alimentos preparados como pizzas e sanduíches (Souza e colaboradores, 2013a).

Um estudo realizado na cidade de Curitiba- PR, com 100 adolescentes gestantes revelou que a maioria delas consumia calorias insuficientes, 40% consumiam menos do que 90% da energia que necessitavam, e 45% mais que 110%. Apenas 15% das adolescentes consumiam uma dieta contendo entre 90% e 110% de energia suficiente. Os autores argumentaram que a elevada ingestão calórica pode estar relacionada com o consumo de alimentos menos nutritivos e ricos em gordura e açúcar, enquanto a elevada ingestão de proteínas pode estar relacionada com as atuais mudanças nos padrões alimentares da população brasileira, salienta o aumento do consumo de carne e produtos lácteos (Silva, 2005).

Os autores Almeida e Miranda (2009), avaliaram adolescentes gestantes na cidade da Capelinha- RJ e relataram que algumas delas consumiam leite, manteiga, beterraba e cenoura anualmente, e 50% relataram o consumo diário de refrigerantes e doces.

Corroborando com esses resultados, no estudo Mendes, Moura (2018), encontraram uma alta frequência no consumo de refrigerante o que é alarmante nesta fase da gestação pois trata-se de um produto rico em açúcar, sódio, corantes, cafeína e conservantes.

De acordo com Gomes e colaboradores (2019), em contrapartida alimentos com alta densidade calórica e pobres nutricionalmente como refrigerantes, embutidos e salgadinhos eram parte do hábito alimentar das jovens gestantes, representando um risco para a gestação, como mencionado anteriormente o feto depende unicamente das reservas nutricionais e da ingestão materna para poder se nutrir. Outros estudos semelhantes confirmam esses resultados, mostrando que os alimentos ricos em carboidratos simples, gorduras saturadas e colesterol são predominantemente as escolhas prioritárias das adolescentes gestantes (Souza e colaboradores, 2013c; Gill e colaboradores, 2015; Moraes e colaboradores, 2014).

Corroborando com esses achados Moraes e Assunção (2020), ao avaliarem o perfil alimentar de gestantes adolescentes apontam que grande parte do valor energético médio diário, resultando em 37,4% são oriundos de alimentos ultraprocessados.

No estudo realizado por Souza e colaboradores, (2013b) encontrou pouca variação nos menus diários das adolescentes grávidas, confirmando que lhes foi oferecida quase a mesma qualidade e quantidade de alimentos.

Os alimentos foram bolos, refrigerantes, pipocas, sorvetes e doces, esses identificados como fontes de colesterol, carboidratos, e a gordura.

Enes e colaboradores, (2019) apresentaram os hábitos alimentares inadequados na adolescência em um estudo com 200 adolescentes de Campinas (SP). Os autores concluíram que 50,6% da energia consumida diariamente são provenientes de alimentos ultraprocessados, representando em baixa qualidade alimentar.

Em outro estudo também realizado no Sudoeste do Brasil, avaliou-se o grau de processamento dos alimentos consumidos durante o período gestacional em que revelou alta frequência de fast food, alimentos embalados e embutidos, enquanto apenas 8 % revelaram o consumo de alimentos in natura e minimamente processados (Napolini e colaboradores, 2020).

Já no estudo de Camargo e colaboradores, (2012) uma parcela expressiva das gestantes relatou consumo de uma a quatro vezes por semana de alimentos considerados ricos em açúcar, gorduras, como refrigerantes, batata frita, e sorvetes.

Os resultados obtidos por Santana (2013) sobre consumo alimentar na gestação e ganho ponderal em São Paulo-SP, revelou que o consumo energético das gestantes foi em média de 2.200 calorias no segundo e no terceiro trimestre, o consumo de gordura saturada foi acima da recomendação, e o consumo de frutas legumes e verduras foi abaixo do recomendado.

De acordo com Belarmino e colaboradores (2009), sobre o risco nutricional entre gestantes adolescentes, envolvendo 40 gestantes entre 10 a 19 anos, as gestantes apresentaram maus hábitos alimentares com uma alimentação rica em cereais, leguminosas, carnes, doces, massas, gorduras e pobres em frutas e verduras.

Segundo Sontani e colaboradores (2017), mostraram que embora as adolescentes tenham relatado mudanças positivas nos seus hábitos alimentares durante a gestação caracterizavam-se pelo baixo consumo de alimentos que são fontes importantes de vitaminas e minerais tais como carne vermelha, ovos, óleo de peixe e queijo.

Num outro estudo realizado por Valduga (2010), avaliando o estado nutricional e os hábitos alimentares das mulheres gestantes no município de Guarapuava- PR, 30 dessas gestantes tinham 16 anos de idade, e relataram baixa frequência no consumo de carnes vermelhas, frango, fígado, os vegetais nesse estudo eram largamente consumidos.

Brito Diniz e colaboradores (2016), analisaram o consumo muito frequente de alimentos de origem animal por adolescentes gestantes, com foco em leite e carne bovina, além de outros alimentos como farinha, açúcar e salgadinhos.

Numa análise do consumo alimentar diário, mais de 75% das jovens mencionaram alimentos básicos tais como arroz, açúcar, margarina e pão. Além disso apenas 30% das jovens mencionaram o consumo de hortaliças e frutas.

Estudo realizado no hospital Universitário de Brasília-DF sobre gestantes atendidas no pré-natal. sobre o consumo alimentar constatou que o pão francês, biscoitos, bolos, massas e o cuscuz de milho foram os alimentos mais consumidos por essas gestantes, segundo esse estudo (Vasconcelos e colaboradores, 2008).

Para Dunn e colaboradores (2001), participaram do estudo 30 adolescentes gestantes da Carolina do Norte, EUA, com idade média de 16 anos, utilizaram um guia de entrevista de 48 itens após revisão da literatura.

O guia continha perguntas sobre características sociodemográficas, hábitos alimentares, preferências alimentares, planejamento de refeições, compras e preparo de alimentos, e as pacientes também responderam a um R24h. A maioria dos adolescentes ultrapassou as recomendações de energia, proteína e gordura, especialmente gordura saturada, o estudo também observou menor ingestão de frutas e vegetais.

Conforme Azevedo e Sampaio (2003), foi realizado um estudo sobre o consumo alimentar de gestantes adolescentes, sendo aplicado um questionário socioeconômico e

inquérito alimentar R24h, com 99 adolescentes gestantes.

De acordo com a média dos três R24h aplicados, 39% das gestantes realizavam duas a quatro refeições ao dia e as demais, cinco a sete.

Embora a maioria das pacientes tenha realizado um número adequado de refeições, a quantidade e a qualidade das refeições não corresponderam às preconizadas de acordo com sua faixa etária e estado fisiológico.

Nas refeições ao longo do dia, constatou-se que o desjejum era composto por café e pão com margarina ou biscoito tipo cream cracker. No almoço havia sempre arroz e feijão, macarrão e um tipo de carne.

O jantar, quando não repetia o almoço, era composto de pão com margarina e café, e os lanches da manhã e da tarde eram pão ou bolachas com margarina, com café, suco ou fruta. A maioria das gestantes consumia quantidades insuficientes de frutas. Verificou-se pouca variação no cardápio diário.

CONCLUSÃO

Portanto este estudo investigou o consumo alimentar de adolescentes gestantes, e se conclui que houve um aumento no consumo de alimentos processados e ultraprocessados, como cereais, carnes, biscoitos, salgadinhos, embutidos, doces, bebidas açucaradas, carboidratos refinados, gorduras e sódio.

E observou-se um baixo consumo de alimentos minimamente processados e in natura como as frutas, verduras, legumes e as hortaliças.

A monitorização nutricional é necessária para determinar uma dieta que satisfaça as necessidades das gestantes adolescentes.

Sugere-se a realização de novas pesquisas com este tema, incrementando as informações sobre a alimentação na gestação, em que o consumo alimentar é adequado para a manutenção da saúde da adolescente gestante.

SUPORTE FINANCEIRO

Não houve nenhum apoio de suporte financeiro para esse artigo.

REFERENCIAS

1-Albuquerque, A.P.U.C.; Pitangui, A.C.R.; Rodrigues, P.M.G; Araújo, C.D. Prevalence of rapid repeat pregnancy and associated factors in adolescents in Caruaru, Pernambuco. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*. Vol. 17. Num.2. 2017. p. 347-354.

2-Almeida, M.E.F.A.; Miranda, D.C. Avaliação de gestantes adolescentes no município de Capelinha. *Revista Enfermagem Integrada*. Ipatinga. Vol.2. Num.1. 2009. p.134-143.

3-Andrade, R.G. Consumo alimentar de adolescentes no Município do Rio de Janeiro. Dissertação de Mestrado. Instituto de Nutrição. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro-RJ. 2000.

4-Atallah, N.A.; Castro, A.A. Revisão sistemática da literatura e metanálise: a melhor forma de evidência para tomada de decisão em saúde e a maneira mais rápida de atualização terapêutica. 2005. Acesso em 09/2022. Disponível em: http://www.centrocochranebrasil.com.br/cms/apl/artigos/artigo_530.pdf

5-Azevedo, D.V.; Sampaio, H.A.C. Gestante adolescente: consumo de guloseimas e substituição de refeições por lanches. 2000. Acesso em 08/2022. Disponível em: www.nutricaoempauta.com.br/lista_artigo.php?cod=265.

6-Azevedo, D.V.; Sampaio, H.A.C. Consumo alimentar de gestantes adolescentes atendidas em serviços de assistência pré-natal. *Revista de Nutrição*. Vol. 16. Num.3. 2003. p. 273-280.

7-Barros, D.C.; Pereira, R.A.; Gama, S.G.N.; Leal, M.C. O consumo alimentar de gestantes adolescentes no Município do Rio de Janeiro. *Caderno Saúde Pública*. Vol. 20. Num.1. 2004. p. 121-9.

8-Bertin, R.L.; Parisenti, J.; Pietro, P.F.D.; Vasconcelos, F.A.G. Método de avaliação do consumo alimentar de gestantes: uma revisão. *Revista Brasileira Saúde Materno Infantil*. Vol.6. Num. 4. 2006. p.383-390.

9-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Básica à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a

população brasileira. Brasília-DF. 2ª edição. 2014.

10-Belarmino, G.O.; Moura, E.R.F.; Oliveira, N.C.; Freitas, G.L. Risco nutricional entre gestantes adolescentes. *Acta Paulista de Enfermagem*. Vol.22. Num. 2. 2009. p.169-175.

11-Brito Diniz, A.C.; Abreu da Silva, D.; Cabral Lima, N.A.; Silva Bezerra, M.; Gomes de Sousa, R.; Ribeiro, Sousa V. Consumo de frutas, verduras e legumes por gestantes adolescentes. *Revista Brasileira de Promoção a Saúde*. Vol.4. Num. 29. 2016.p. 480-489.

12-Camargo, R.M.S.; Pereira, R.A.; Yokoo, E.M.; Sachs, A.; Schirmer, J. Consumo alimentar de gestantes atendidas em ambulatório de pré-natal da rede pública. *Revista Ciência Cuidado e Saúde*. Vol. 11. Num.3. 2012. p. 489-496.

13-Campos, F.E.; Belisário, S.A. O Programa de Saúde da Família e os desafios para a formação profissional e a educação continuada. *Interface*. Vol:5. Num.9. 2001. p. 133-142.

14-Cronin, P.; Ryan, F.; Coughlan, M. Undertaking a literature review: a step-by-step approach. *Br J Nurs*. Vol.17. Num.1. 2008. p. 38-43.

15-Devincenzi, M.U.; Ribeiro, L.C.; Singulem, D.M.; Garcia, J.N. *Nutrição e alimentação na gestação*. São Paulo. Editora de Projetos Médicos. 2003.

16-Dunn, C.; Kolasa, K.; Dunn, P.C.; Ogle, M.B. Dietary intake of pregnant adolescents in a rural southern community. *J Am Dietet Assoc*. Num. 94. 2001. p.1040-1.

17-Enes, C.C.; Camargo, C.M.; Justino, M.I.C. Ultra-processed food consumption and obesity in adolescents. *Revista de Nutrição*. Num. 32. 2019. p.1-1.

18-Gomes, C.D.B.; Vasconcellos, L.G.; Cintra, R.M.G.C.; Dias, L.C.G.D.; Carvalhes, M.A.B.L. Eating habits of pregnant Brazilian women: an integrative review of the literature. *Ciência & saúde coletiva*. Vol.24. Num.6. 2019. p. 2293-2306.

19-Green, B.N.; Johnson, C.D.; Adams, A. Writing narrative literature reviews for peer-

reviewed journals: secrets of the trade. Alan Adams. *Sports Chiropr Rehabil*. Vol. 15. Num.1. 2001.p.5-16.

20-Gill, M.; Feliciano, D.; Macdiarmid, J.; Smith, P. The environmental impact of nutrition transition in three case study countries. *Food Security*, Vol.7. Num.3. 2015. p. 493-504.

21-Levy, R.B.; Castro, I.R.; Cannon, G.; Monteiro, C.A.; Claro, R.M.A. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. *Cad Saúde Pública*. Vol. 26. Num. 11. 2010. p. 2039-49.

22-Louzada, M.L.C.; Martins, A.P.B.; Canella, D.S.; Baraldi, L.G.; Levy, R.B.; Claro, R.M. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. *Revista Saúde Pública*. 2015. p.49.

23-Ministério da Saúde. Programa de prevenção da gravidez precoce. Brasília. Ministério da Saúde. 2003.

24-Monteiro, C.A.; Moubarac, J.C.; Levy, R.B.; Canella, D.S.; Louzada, M.L.C. Cannon, G. Household availability of ultra-processed foods and obesity in nineteen European countries. *Nutrição em Saúde Pública*. Num.21. 2017. p. 18-26. 2017.

25-Mourão, J.C.A.; Malaguti, C.; Moreira, L.P.D.; Faria, N.C.; Rezende, W.; Rondelli, R.R. Perfil alimentar e sociodemográficos de gestantes adolescentes da cidade de São Paulo. *Revista Extendere*. Vol.4. Num.1.2016. p. 83-93.

26-Mendes, B.C.; Moura, P.C. Avaliação do estado nutricional e do consumo alimentar de gestantes adolescentes de um hospital em Curvelo-MG. *Revista Brasileira de Ciências da vida*. Vol.6. Num. 3. 2018.

27-Moraes, M.H.S.; Assunção, M.D.J.S.M. Socioeconomic and self-care profile of adolescent pregnant women. *Research, Society and Development*, Vol.9. Num. 5. 2020. p.69953091.

28-Moraes, L.P.; Moraes, P.M.O.; Ribeiro, E.C.D. Perfil epidemiológico e nutricional de adolescentes grávidas internadas em um hospital de referência do estado do Pará.

Revista Paraense de Medicina. Vol.28. Num.4. 2014. p.48-56.

29-Muniz, L.C.; Zanini, R.D.V.; Schneider, B.C.; Tassitano, R.M.; Feitosa, W.M.D.N.; González-Chica, D.A. Prevalência e fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras entre adolescentes de escolas públicas de Caruaru, PE. *Ciência Saúde Coletiva*. Vol.18. Num. 2. 2013. p. 393-404.

30-Naspolini, N.F.; Machado, P.P.; Fróes-Asmus, C.I.R.; Câmara, V.M.; Moreira, J.C.; Meyer, A. Food consumption according to the degree of processing, dietary diversity and socio-demographic factors among pregnant women in Rio de Janeiro, Brazil: the rio birth cohort study of environmental exposure and childhood development (pipa project). *Nutrition And Health*. 2020. p.26-34.

31-Neto, V.L.S.; Trigueiro, J.S.; Torquato, I.M.B. As práticas alimentares no período gestacional: uma revisão integrativa. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde. Três Corações*. Vol. 10. Núm. 1. 2013. p. 315-325.

32-Paoli, I.R.; Sánchez, A.A.; Pérez, G.H. Cambios en las variables hematológicas y bioquímicas durante la gestación en mujeres eutróficas. *Anales Venezolanos de Nutrición*. Vol.15. 2002. p. 11-7.

33-Rother, ET. Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paul Enferm*. Vol.20. Num.19. 2007.

34-Santana, A.C. Consumo alimentar na gestação e ganho ponderal: um estudo de coorte de gestantes da zona oeste do município de São Paulo. *Dissertação de Mestrado*. Universidade de São Paulo. Faculdade de Saúde Pública. São Paulo.2013.

35-Santos, A.M.; Piccolotto, G.B.; Benute, G.R.G.; Santos, N.; Lucia, M.C.; Francisco, R.P.; Veira de. Transtorno alimentar e picacismo na gestação: revisão de literatura. *Psicologia Hospitalar*. Vol.11. Num. 2. 2013.

36-Silva, A.F.F. Gestação na adolescência: impacto do estado nutricional no peso do recém-nascido. *Dissertação de Mestrado*. Universidade Federal do Paraná. Curitiba. 2005.

37-Souza, E.; Farias, M.; Silva, F.; Barreto, V.; Fontes, W. et al., Eating habits: knowledge of pregnant teenagers assisted in primary care. *Revista Pesquisa Cuidado Fundamental Online*. Vol.5. Num. 4. 2013a. p. 661-670.

38-Souza, A.M.; Pereira, R.A.; Yokoo, E.M.; Levy, R.B.; Sichieri, R. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação. *Revista Saúde Pública*. Vol. 47. Num. 3. 2013b. p.190-9.

39-Souza, N.A.; Queiroz, L.L.C.; Silva Queiroz, R.C.C.; Ribeiro, T.S.F.; Fonseca, M.D.S.S. Perfil epidemiológico das gestantes atendidas na consulta de pré-natal de uma unidade básica de saúde em São Luís-MA. *Revista de Ciência da Saúde*. Vol. 15. Núm.1. 2013c.

40-Sontani, H.; Duxbury, A.; Rundle, R.; Marvin- Dowle, K. Dietary habits and supplementation practices of young women during pregnancy: an online cross-sectional survey of young mothers and health care professionals. *BMC Nutrition*, Num. 3. 2017. p.19-34.

41-Story, M.; Moe, J. Eating behaviors and nutritional implications. In: Story, M.; Stang, J. *Nutrition and the pregnant adolescent: a practical reference guide*. Minneapolis: School of Public Health\ University of Minnesota. 2020. p. 47-54.

42-Valduga, L. Avaliação do estado nutricional, hábitos e utilização de sulfato ferroso e ácido fólico por uma amostra de gestantes de Guarapuava-PR. *TCC Graduação em Nutrição*. Guarapuava, Universidade Estadual do Centro-Oeste-UNICENTRO. 2010.

43-Vasconcellos, I.A.L.; Cortês, M.H.; Coitinho, D.C. Alimentos sujeitos à fortificação compulsória com ferro: um estudo com gestantes. *Revista de Nutrição*. Vol.21. Num. 2. 2008. p. 149-60.

44-WHO. Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases release independent expert report on diet and chronic disease. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation (Report 916). 2003.

Recebido para publicação em 21/09/2022
Aceito em 04/11/2022