

Fatores de risco associados a Diabetes Mellitus Gestacional que caracterizam as gestantes em acompanhamento no hospital de referência materno infantil em Vitória da Conquista - Bahia

Chayany Moraes Freire¹

Maria Luiza Oliveira Santos²

Thajila Maciel dos Santos³

Carla Pereira Nascimento⁴

Resumo

A Diabetes *Mellitus* Gestacional é uma doença que pode acometer as mulheres durante o período gestacional, constituindo-se na intolerância à glicose, propondo uma disfunção do hormônio insulina. A pesquisa possui como objetivo caracterizar o consumo alimentar, prática de atividade física e histórico familiar de gestantes em acompanhamento no Hospital de referência materno-infantil no município de Vitória da Conquista - Bahia, com os fatores de risco da Diabetes *Mellitus* Gestacional apresentados na literatura. Trata-se de um estudo caracterizado como pesquisa de campo, transversal, de caráter descritivo e natureza quantitativa. A coleta dos dados foi realizada através de entrevista com aplicação de um questionário elaborado para pesquisa, com análise de dados realizada pelo Microsoft Excel. Foi constatada a prevalência do sedentarismo e do alto consumo de alimentos ultraprocessados, que são fatores de risco associados ao desenvolvimento da Diabetes *Mellitus* Gestacional e Diabetes *Mellitus* tipo 2, além disso, foi demonstrado um baixo índice de gestantes que realizam acompanhamento nutricional, sugerindo a implementação do acompanhamento nutricional obrigatório nos atendimentos de pré-natal realizados nas redes públicas de saúde.

Palavras-chave: Diabetes *Mellitus* Gestacional. Consumo alimentar. Sobrepeso. Alimentos Ultraprocessados. Acompanhamento dos cuidados em saúde.

Abstract

Gestational Diabetes *Mellitus* is a disease that can affects women during gestational period consisting of intolerance to glucose, proposing a dysfunction of the hormone insulin. The research aims to characterize food consumption, physical activity and family history of pregnant women being monitored at the maternal and child reference hospital in the city of Vitória da Conquista - Bahia, with risk factors for gestational diabetes mellitus presented in the literature. This is a study characterized as field research, transversal, descriptive and quantitative in nature. Data collection was carried out through interviews using a questionnaire designed for research, with data analysis in a table. The prevalence of a sedentary lifestyle and high consumption of ultra-processed foods was found, which are risk factors associated with the development of Gestational Diabetes Mellitus and Type 2 Diabetes Mellitus. In addition, a low rate of pregnant women who undergo nutritional monitoring was demonstrated, suggesting the implementation of mandatory nutritional monitoring in prenatal care provided in public health networks.

Key-words: Gestational Mellitus Diabetes. food consumption. pregnant women. overweight. ultra-processed foods. monitoring health care.

Introdução

A *Diabetes Mellitus* é uma doença caracterizada por um conjunto de distúrbios metabólicos constituídos pela hiperglicemia e a inibição ou a destruição das células betas pancreáticas que produzem a insulina, um hormônio extremamente importante para a fisiologia normal da glicose, transformando assim, em energia para as células do corpo humano (BRASIL, 2022).

A Diretriz da Sociedade Brasileira de Diabetes (2022), classifica o Brasil como o 4º país com maior incidência no mundo, prevalecendo em adultos com 20 a 79 anos, com cerca de 16,8 milhões de doentes. Desse modo, a prevalência da DMG é de 18%, de forma que 2,4% a 7,2% em todas as gestantes desenvolvem DMG, dados obtidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Salientando que o índice da DMG é variável e pode depender da região e dos critérios de diagnóstico utilizados (BRASIL, 2022).

Desse modo, os fatores de risco estão associados à idade avançada, obesidade, ganho de peso ponderal, aumento da gordura visceral e histórico familiar de diabetes. Nesta perspectiva, é de suma importância a análise de implementação de políticas e programas voltados para a diminuição do *Diabetes Mellitus* Gestacional (DMG). Sobretudo, na associação da DMG com a obesidade e o cuidado nutricional (ANDRETO et al. 2006).

De acordo com a Diretriz da Sociedade Brasileira de Diabetes (2022), a DMG se constitui pela diminuição de tolerância à glicose, que pode variar de intensidade e tem seu início durante a gestação, que pode ou não persistir após o parto e evoluir para a *Diabetes Mellitus* tipo 2. Em torno de 15-50% das pacientes com DMG evoluem para a DM2.

A DMG é um fator de causa importante de morbimortalidade materna e perinatal, uma vez que para a gestante a cesariana e a pré-eclâmpsia têm influência direta na mortalidade. Já para o feto, esse fatores são a prematuridade, a macrosomia, a distocia de ombro, a hipoglicemia e a morte perinatal (BARRETO, 2017). Na qual, o Ministério da Saúde, possui mecanismos que disponibiliza a assistência pré-natal em todas as gestantes promovendo seu rastreamento (BRASIL, 2021).

Sendo assim, o cuidado nutricional deve ser implementado em todas as etapas da gestação, durante o acompanhamento pré-natal, uma vez que as recomendações nutricionais devem ser concedidas pela ingestão energética, que tem como finalidade o ganho de peso ponderal adequado. O estado nutricional, durante a gestação, está associado à má alimentação, hábitos de vida, sedentarismo, assim como fatores demográficos e socioeconômicos, obstétricos e clínicos, que contribuem para o aumento dos níveis glicêmicos e a disfunção do hormônio insulina (ALMEIDA et al. 2017).

A Diabetes *Mellitus* tipo 2 e a Diabetes *Mellitus* Gestacional recebem influência do estilo de vida do indivíduo, diante disso a avaliação do consumo alimentar e da prática de atividade física torna possível estabelecer uma relação com os fatores de risco previamente apresentados, também torna-se necessário avaliar a ocorrência do acompanhamento nutricional para associar com a qualidade do consumo alimentar.

Dessa forma, a pesquisa buscou relacionar o consumo alimentar, a prática de atividade física e o histórico familiar de gestantes em acompanhamento no Hospital de referência materno-infantil no município de Vitória da Conquista - Bahia, e comparar com os resultados encontrados na literatura, através da investigação do consumo alimentar, do controle glicêmico, do rastreio da hipertensão arterial, histórico individual e familiar, sobretudo, o acompanhamento nutricional.

Metodologia

Trata-se de um estudo que caracteriza-se como pesquisa de campo, transversal, de caráter descritivo e natureza quantitativa. Foram incluídas na pesquisa gestantes com idade igual ou superior a 18 anos em acompanhamento no Hospital de referência materno-infantil no município de Vitória da Conquista - Bahia.

A pesquisa foi direcionada a partir de um questionário elaborado pelas autoras e aplicado em formato de entrevista por uma pesquisadora treinada em novembro de 2023. O questionário abordava questões relacionadas ao consumo alimentar de alimentos *in natura* e ultraprocessados, a prática de atividade física, o controle glicêmico, hipertensão arterial, influência genética e, sobretudo, o acompanhamento nutricional. Vale ressaltar que todos os resultados foram obtidos através das respostas das gestantes sem consulta ao prontuário, utilizando uma amostra por conveniência. As perguntas foram feitas às gestantes e em caso de dúvidas foram esclarecidas e dados exemplos pela pesquisadora, porém sem tendenciar a resposta. O material coletado foi de uso exclusivo das pesquisadoras, sendo utilizado apenas com a finalidade de fornecer elementos para a realização da pesquisa, todas as participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Os dados foram inseridos em um banco de dados através do Microsoft Excel com posterior elaboração de tabelas com a distribuição de frequência absoluta (n) e relativa (%). A análise dos dados ocorreu por meio de análise descritiva.

Os dados foram coletados atendendo às exigências éticas e científicas fundamentais para pesquisas com seres humanos, considerando a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Os dados serão confidenciais, acompanhados de informações que

impossibilitem a identificação dos participantes, não ocorrerá divulgação de material que possa prejudicar os incluídos. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos sob o parecer consubstanciado no número 6.206.229.

Resultados e Discussão

A amostra utilizada para realização da pesquisa contava com 20 gestantes que realizavam acompanhamento no hospital de referência materno-infantil no município de Vitória da Conquista - Bahia, com idades entre 18 e 39 anos, sendo a média 28,55 anos ($\pm 6,67$) e com idade gestacional entre 6 e 40 semanas, sendo a média 10,37 semanas ($\pm 28,95$).

O estudo realizado por Costa (2019) explorou a prevalência de DMG em Vitória da Conquista no mesmo hospital de referência utilizado nesta pesquisa, foram analisados 5.283 prontuários, onde foram encontradas 79 gestantes com Diabetes (Tipo 1, Tipo 2 e Gestacional), dessas 79 gestantes 81% possuía DMG, indicando uma prevalência de 1,2% durante o ano de 2016, se encaixando nos índices gerais mundiais (entre 1 e 14%) (COSTA, 2019).

A Tabela 1 apresenta os questionamentos utilizados na entrevista que avaliou a realização da prática de atividade física e o consumo alimentar das gestantes.

Tabela 1 – Questionário sobre prática de atividade física e consumo alimentar em gestantes em acompanhamento no Hospital de referência materno-infantil no município de Vitória da Conquista - Bahia, 2023.

Questionamentos	n	%
Você realiza atividade física regularmente?		
Sim	5	25,0
Não	15	75,0
Você consome alimentos <i>in natura</i>?		
Sim	19	95,0
Não	1	5,0
Se sim, com qual frequência?		
Todos os dias	14	70,0
Semanalmente	5	25,0
Mensalmente	-	-
Raramente	-	-

Questionamentos	n	%
Nunca	1	5,0
Quais alimentos <i>in natura</i> você consome?		
Frutas	3	15,0
Verduras	-	-
Legumes	-	-
Todos os grupos	16	80,0
Nenhum grupo	1	5,0
Você consome alimentos ultraprocessados?		
Sim	16	80,0
Não	4	20,0
Se sim, com qual frequência?		
Todos os dias	1	5,0
Semanalmente	8	40,0
Mensalmente	3	15,0
Raramente	4	20,0
Nunca	4	20,0

Em relação à prática de atividades físicas foi constatado que 75% das gestantes entrevistadas não realizavam atividade física regularmente (tabela 1). acordo com o Guia de Atividade Física para a População Brasileira, durante a gravidez as mulheres podem praticar exercício, pois é seguro e altamente recomendado, exceto em condições de saúde específicas. Neste momento a gestante precisa estar atenta a algumas adaptações que passam a ser necessárias conforme a gravidez avança. Com isso, o acompanhamento de um profissional de saúde é aconselhado para a prática de atividade física, já que diminui as dores do parto, principalmente os partos mais prolongados (BRASIL, 2022).

Apesar de ter sido constatado na tabela 1 que o consumo de alimentos *in natura* é realizado pela maioria (95%), o consumo de alimentos ultraprocessados também foi bastante elevado (80%). Com isso, o consumo de ultraprocessados determina a qualidade nutricional geral da dieta de gestantes atendidas pela rede básica de saúde e reforça a urgente necessidade de remodelação dos sistemas alimentares, para a adoção de melhores estratégias de educação alimentar e nutricional (GRACILIANO, 2021).

Frutas são excelentes fontes de fibras, vitaminas, minerais e antioxidantes que contribuem para a prevenção de complicações durante a gestação. As fibras presentes nesses alimentos contribuem para o funcionamento saudável do intestino, ajudando a evitar a constipação intestinal (BRASIL, 2014). O Protocolo de uso do Guia Alimentar para gestantes traz dicas de como aumentar o consumo de alimentos *in natura*, recomenda-se o consumo de frutas cítricas ou frutas geladas como, por exemplo, laranja, tangerina, abacaxi e até mesmo a água com limão espremido, para gestantes que sentem enjoos e náuseas. Incentiva gestantes que não têm o hábito ou não gostam de frutas o consumo da fruta de sua preferência (BRASIL, 2021).

De acordo o Guia Alimentar para População Brasileira, os ingredientes principais dos alimentos ultraprocessados, são ricos em gorduras ou açúcares. É comum que apresentem alto teor de sódio por causa das grandes quantidades de sal, para estender a duração dos produtos e intensificar os sabores ou mesmo para cobrir sabores indesejáveis. Esses alimentos tendem a ser pobres em fibras, vitaminas e minerais que são grandes aliados na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, hipertensão, doenças cardíacas e diferentes tipos de câncer (BRASIL, 2014).

Tabela 2 – Questionário sobre alteração dos níveis de glicose, histórico familiar e realização de acompanhamento nutricional Hospital de referência materno-infantil no município de Vitória da Conquista - Bahia, 2023.

Questionamentos	n	%
Você teve alteração do seu nível de glicose ou diabetes durante a gravidez?		
Sim	5	25,0
Não	15	75,0
Você tem parentes em primeiro grau com diabetes?		
Sim	7	35,0
Não	13	65,0
Você tem pressão alta?		
Sim	7	35,0
Não	13	65,0
Você tem parentes em primeiro grau com pressão alta?		
Sim	17	85,0
Não	3	15,0

Questionamentos	n	%
Faz acompanhamento nutricional?		
Sim	3	15,0
Não	17	85,0

Na tabela 2, foi constatado na pesquisa que 25% das mulheres apresentaram alteração nos níveis de glicose durante o período gestacional. A alteração dos níveis de glicose durante a gestação pode ser um sinal de alterações metabólicas, portanto, é necessário ampliar a investigação para realizar um rastreamento já que a DMG é um marcador de risco para o posterior desenvolvimento de DM2, síndrome metabólica e doenças cardiovasculares. (BOLOGNANI, 2011).

A pesquisa também aborda a prevalência da diabetes *mellitus* e da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) em parentes de primeiro grau, que foi equivalente a 35% em Diabetes *Mellitus* e 85% em HAS (tabela 2), o histórico familiar coloca a gestante em maior risco, não sendo fator determinante do desenvolvimento dessas doenças. Mesmo que a hereditariedade seja um fator de risco de importância considerável, existem formas de prevenir o diabetes e hipertensão com hábitos saudáveis, como o exercício físico e uma boa alimentação (BABINSKI, 2018).

No questionário também foi avaliada a ocorrência do acompanhamento nutricional pelas gestantes, os dados presentes na tabela 2 demonstram que 85% das mulheres entrevistadas não o realizavam. Pode-se dizer que o acompanhamento nutricional é importante em todas as fases da gestação, para auxiliar na condição de uma ótima gestação e suprir as carências fetais que se modificam conforme as alterações fisiológicas. A atuação do nutricionista é fundamental para a garantia da promoção da saúde por meio de uma alimentação saudável, adequada e individualizada, através de uma conduta individualizada é possível acompanhar o ganho de peso gestacional, tendo em vista que esse ganho de peso é uma janela crítica para o diagnóstico da DMG. Além disso, o acompanhamento nutricional também possibilita que a gestante tenha conhecimento de sintomas relacionados à gestação e receba orientações desde o início da gestação até o final da amamentação (BARBOSA, 2012).

Considerações Finais

A presente pesquisa constatou a prevalência do sedentarismo e do alto consumo de alimentos ultraprocessados, que são fatores de risco associados ao desenvolvimento da

Diabetes *Mellitus* Gestacional e Diabetes *Mellitus* tipo 2, além disso, foi demonstrado que o índice de gestantes que realizam acompanhamento nutricional é baixo.

Nesta perspectiva, é de suma importância a análise de implementação de políticas e programas voltados para a diminuição do Diabetes *Mellitus* Gestacional (DMG). Sobretudo, na associação da DMG, com a obesidade e o cuidado nutricional (ANDRETO et al. 2006). Diante disso, sugere-se a implementação do acompanhamento nutricional obrigatório nos atendimentos de pré-natal realizados nas redes públicas de saúde, como forma de garantir um maior suporte no período gestacional e reduzir a prevalência de doenças ligadas ao consumo alimentar.

Referências bibliográficas

ANDRETO, L.M; et al. Fatores associados ao ganho ponderal excessivo em gestantes atendidas em um serviço público de pré natal na cidade de Recife, Pernambuco, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**. 2006; 22: 2401-9.

BABINSKI, C. G.; PALADINO, V. M.; MARINHO, C. V.; ALVES, T. B.; GAIA, R. B.; RAIDER, L. Correlação do histórico familiar com incidência de diabetes, hipertensão e cardiopatias. **Revista Saber Digital**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 37–45, 2018. Disponível em: <https://revistas.faa.edu.br/SaberDigital/article/view/583>. Acesso em: 11 dez. 2023.

BARBOSA, V; REIS, L. Acompanhamento nutricional na prevenção de complicações perinatais em gestantes com diabetes mellitus. **Com. Ciências Saúde**, Brasília – DF, p. 73-80, 9 ago. 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Brasília: MS; 2014. Brasil.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Fascículo 3: Protocolos de uso do Guia Alimentar para a população brasileira na orientação alimentar de gestantes**. Brasília: MS; 2021. Brasil.

BOLOGNANI, C.V.; SOUZA, S.S.; CALDERON; I.M.P. Diabetes mellitus gestacional - enfoque nos novos critérios diagnósticos. **Com. Ciências Saúde** - 22 Sup 1:S31-S42, 2011.

GRACILIANO, N. G.; SILVEIRA, J. A. C. DA.; OLIVEIRA, A. C. M. DE. Consumo de alimentos ultraprocessados reduz a qualidade global da dieta de gestantes. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 2, p. e00030120, 2021.