

UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ - UNIVAS
CURSO DE NUTRIÇÃO

CLÉO DE PAULA BARBERIS

ESCOLARIDADE E CONHECIMENTO ALIMENTAR NA GESTAÇÃO

POUSO ALEGRE - MG

2025



Ficha Catalográfica Elaborada pela Biblioteca

Barberis de Paula, Cléo.

Escolaridade e Conhecimento Alimentar na Gestação/ Cléo de Paula Barberis – Pouso Alegre: Universidade do Vale do Sapucaí, 2025.

52f.il:12

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Universidade do Vale do Sapucaí, 2025.

Orientadora: Prof^a: MSc. Claudia Sebba Tosta de Souza

I. Escolaridade; II. Gestação; III. Alimentação

Bibliotecária responsável: Michelle Ferreira Côrrea

CRB 6-3538

UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ - UNIVAS
CURSO DE NUTRIÇÃO

CLÉO DE PAULA BARBERIS

ESCOLARIDADE E CONHECIMENTO ALIMENTAR NA GESTAÇÃO

Monografia apresentada para aprovação no curso de
Nutrição da Faculdade de Ciências de Saúde Dr. José
Antônio Garcia Coutinho da Universidade do Vale do
Sapucaí.

Orientadora: Profa. MSc. Claudia Sebba Tosta de Souza

POUSO ALEGRE - MG

2025

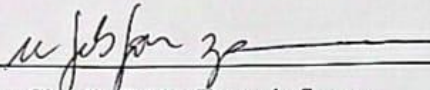
CLÉO DE PAULA BARBERIS

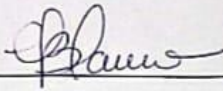
ESCOLARIDADE E CONHECIMENTO ALIMENTAR NA GESTAÇÃO

Monografia apresentada para aprovação no curso de nutrição, da Universidade do Vale do Sapucaí orientado pelo(a) Prof.(a) Mestre(a) Claudía Sebba Tosta de Souza.

APROVADA EM: 01 / 04 / 2025

Banca examinadora


Orientadora: Profª. MSc. Claudia Sebba Tosta de Souza
Universidade do Vale do Sapucaí


Examinadora: Profª. MSc. Camila Blanco Guimarães
Universidade do Vale do Sapucaí


Examinadora: Nut. Thaila Romanelli Mokarzel de Melo
Universidade do Vale do Sapucaí



DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho, primeiramente, a Deus, por ser minha fortaleza e guia em todos os momentos. A Ele, agradeço por cada oportunidade, cada aprendizado e por iluminar meu caminho com amor, luz e esperança. Foi na fé e na confiança em Sua presença que encontrei forças para superar os desafios e perseverar até aqui. Sem Ele, nada disso seria possível.

Dedico também à minha família, que, com laços de amor, gestos de cuidado e palavras de incentivo, caminhou ao meu lado em todos os momentos, deixando em cada instante marcas de amor, apoio e inspiração.

Em especial, dedico com profundo amor e eterna saudade a quatro pessoas que permanecem vivas em meu coração: meu pai, Paulo; minhas queridas tias, Elza e Neuza; e minha amada avó, Eva. Seus exemplos, seus valores e o amor que me deixaram são luz que me guia e inspiração diária.

Que este trabalho seja uma singela homenagem a suas memórias e ao legado de amor, força e sabedoria que me deixaram.

AGRADECIMENTOS

Sou imensamente grata às minhas amigas da faculdade Carol, Mavi, Mel e Raiany, por todo o companheirismo, carinho e apoio ao longo desta jornada. Cada conversa, cada incentivo e cada momento compartilhado tornaram esta caminhada mais leve e significativa. Obrigada por cada instante de alegria, cada risada compartilhada e cada lembrança que ficará para sempre guardada no meu coração.

Estendo meu reconhecimento aos meus colegas de sala, por cada gesto de ajuda, cada palavra de incentivo e cada momento de partilha ao longo desta trajetória. O apoio de vocês foi essencial para tornar este percurso mais leve e motivador.

À minha orientadora, expresso minha profunda gratidão pela paciência, dedicação e pelos ensinamentos que tanto contribuíram para o meu crescimento. Sua orientação foi essencial para que eu percorresse este caminho com mais confiança e tranquilidade.

Com gratidão, agradeço a todos que, direta ou indiretamente, fizeram parte desta jornada e deixaram sua marca neste caminho.

Por fim, à memória de Liam Payne, e aos talentosos Harry Styles, Louis Tomlinson, Niall Horan e Zayn Malik, meu carinho e eterna gratidão por serem trilha sonora de momentos importantes desta etapa da minha vida.



"Educar para uma alimentação saudável é semear saúde para o futuro."

Autor desconhecido

RESUMO

Introdução. A alimentação adequada durante a gestação é fundamental para assegurar a saúde materno-infantil, uma vez que o período gestacional é marcado por aumento das necessidades nutricionais decorrentes do crescimento e do metabolismo fetal. O nível de escolaridade da gestante destaca-se como um fator importante, capaz de influenciar diretamente o conhecimento sobre práticas alimentares saudáveis e, conseqüentemente, impactar as escolhas alimentares feitas nesse período. Estudos indicam que mulheres com menor escolaridade apresentam maior vulnerabilidade informacional e nutricional, o que pode repercutir negativamente tanto na sua saúde quanto no desenvolvimento do feto. **Objetivo:** Verificar a relação entre a escolaridade e o conhecimento alimentar na gestação, avaliando a ingestão alimentar por meio do Questionário de Frequência Alimentar (QFA) e identificando padrões associados a diferentes níveis educacionais. **Método:** Trata-se de um estudo transversal, de campo e descritivo, realizado com gestantes atendidas em um ambulatório hospitalar de uma cidade do sul de Minas Gerais. A amostra foi composta por mulheres maiores de 18 anos que aceitaram participar e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram aplicados um questionário sociodemográfico e o QFA. Os dados foram tabulados e analisados em planilhas do Microsoft Excel 2019. **Resultado:** Observou-se que a maioria das participantes apresentou nível médio de escolaridade. Observou-se que gestantes com escolaridade ensino fundamental completo e incompleto apresentaram o maior consumo diário de alimentos in natura e o menor consumo de ultraprocessados, mantendo um padrão alimentar mais tradicional e menos influenciado por produtos industrializados. Entre as gestantes com ensino médio e superior, o consumo de alimentos in natura permaneceu elevado, porém com maior presença de ultraprocessados na dieta, indicando uma associação entre alimentos saudáveis e industrializados. **Conclusão:** Verificou-se que o nível de escolaridade, isoladamente, não assegura padrões alimentares mais adequados durante a gestação. Esses achados reforçam a necessidade de intervenções educativas no pré-natal que considerem múltiplos fatores, incluindo aspectos culturais, sociais e comportamentais, a fim de promover hábitos saudáveis e contribuir para a saúde materno-infantil.

Palavras-chave: Escolaridade; Gestação; Alimentação



ABSTRACT

Introduction: Adequate nutrition during pregnancy is fundamental to ensure maternal and child health, since the gestational period is marked by an increase in nutritional needs due to fetal growth and metabolism. The educational level of the pregnant woman stands out as an important factor, capable of directly influencing knowledge about healthy eating practices and, consequently, impacting the food choices made during this period. Studies indicate that women with lower educational levels present greater informational and nutritional vulnerability, which can negatively affect both their health and the development of the fetus. **Objective:** To verify the relationship between educational level and food knowledge during pregnancy, evaluating food intake through the Food Frequency Questionnaire (FFQ) and identifying patterns associated with different educational levels. **Method:** This is a cross-sectional, field and descriptive study, carried out with pregnant women attended at a hospital outpatient clinic in a city in the south of Minas Gerais. The sample was composed of women over 18 years old who agreed to participate and signed the Free and Informed Consent Form (FICF). A sociodemographic questionnaire and the FFQ were applied. The data were tabulated and analyzed in Microsoft Excel 2019 spreadsheets. **Result:** Was observed that most of the participants had a medium level of education. It was observed that pregnant women with complete and incomplete elementary education presented the highest daily consumption of fresh foods and the lowest consumption of ultra-processed foods, maintaining a more traditional dietary pattern and less influenced by industrialized products. Among pregnant women with secondary and higher education, the consumption of fresh foods remained high, but with a greater presence of ultra-processed foods in the diet, indicating an association between healthy and industrialized foods. **Conclusion:** It was verified that the educational level, by itself, does not ensure more adequate dietary patterns during pregnancy. These findings reinforce the need for educational interventions in prenatal care that consider multiple factors, including cultural, social and behavioral aspects, in order to promote healthy habits and contribute to maternal and child health.

Keywords: Education level, Pregnancy, Nutrition



LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Caracterização da população de estudo segundo variáveis sociodemográficas e da saúde	26
Tabela 2 – Distribuição do consumo de alimentos segundo QFA relatado pelas gestantes com escolaridade fundamental completo e incompleto	29
Tabela 3 – Distribuição do consumo de alimentos segundo QFA relatado pelas gestantes com escolaridade médio completo e incompleto.....	32
Tabela 4 – Distribuição do consumo de alimentos segundo QFA relatado pelas gestantes com escolaridade superior completo e incompleto.....	35



LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Fundamental.....	31
Gráfico 2 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Fundamental.....	32
Gráfico 3 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Fundamental.....	32
Gráfico 4 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Fundamental.....	33
Gráfico 5 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Médio.....	34
Gráfico 6 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Médio.....	35
Gráfico 7 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Médio.....	35
Gráfico 8 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Médio.....	36
Gráfico 9 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Superior	37
Gráfico 10 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Superior	38
Gráfico 11 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Superior	38
Gráfico 6 – Relação entre frequência alimentar por grupos dos produtos – Ensino Superior	39

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CEP	Comitê de Ética e Pesquisa
CNS	Conselho Nacional de Saúde
DCNTs	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
EaD	Educação a Distância
EJA	Educação de Jovens e Adultos
ENCCEJA	Exame Nacional para Certificação de Competências de Jovens e Adultos
FIES	Fundo de Financiamento Estudantil
HAS	Hipertensão Arterial Sistêmica
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
INEP	Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira
IQDAG	Índice de Qualidade da Dieta Adaptado para Gestantes
PEMMI	Plano de Enfrentamento das Mortalidades Materna e Infantil
PNAD	Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios
PROUNI	Programa Universidade para Todos
QFA	Questionário de frequência alimentar
SUS	Sistema Único de Saúde
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UBS	Unidade Básica de Saúde

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	13
2. HIPÓTESE.....	15
3. OBJETIVOS	16
3.1. Geral.....	16
3.2. Específico	16
4. JUSTIFICATIVA.....	17
5. REFERENCIAL TEÓRICO.....	18
5.1. Escolaridade	18
5.2. Alimentação na gestação.	20
5.3. A importância do conhecimento sobre alimentação no período gestacional.	22
6. METODOLOGIA.....	25
6.1. Tipo de pesquisa.....	25
6.2. Universo e amostra.....	25
6.3. Critérios de inclusão e exclusão	25
6.3.1. Critérios de inclusão na pesquisa.....	25
6.3.2. Critérios de exclusão na pesquisa.....	25
6.4. Instrumentos da pesquisa	25
6.5. Coletas de dados.....	26
6.6. Riscos e benefícios.....	27
6.7. Análise de dados.....	27
6.8. Aspectos éticos	27
7. RESULTADOS.....	28
8. DISCUSSÃO	40
9. CONCLUSÃO	43
10. CONSIDERAÇÕES FINAIS	45
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46
APÊNDICE I - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)	49
APÊNDICE II - TERMO DE ANUÊNCIA INSTITUCIONAL	51
APÊNDICE II1 - QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO	52
APÊNDICE IV - QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR	54
ANEXO 1 – PARECER SUBSTANCIADO DO CEP.....	55

1. INTRODUÇÃO

A nutrição materna durante o processo gestacional, considerando o crescimento, o metabolismo placentário e fetal se caracteriza como um assunto de grande importância para os pais (Morrison e Regnault, 2016). Existe um aumento na demanda nutricional durante a gravidez devido ao desenvolvimento do bebê bem como o metabolismo materno. As recomendações nutricionais são individuais para cada gestante, visando a saúde da mulher e considerando as diferenças de cada uma. É recomendado a prática de um estilo de vida saudável antes mesmo que o período gestacional se inicie para que possa evitar complicações durante a gravidez e precaver complicações na saúde do bebê (Teixeira et al., 2015).

Durante a gestação, observa-se alterações fisiológicas que podem interferir nas escolhas alimentares. Além disso, a mulher está sujeita à influências familiares, culturais, envolvendo saberes e crenças, podendo interferir no comportamento, nas escolhas e hábitos alimentares (Gomes et al., 2019)

O comportamento alimentar pode ser definido por tipos de influências, que englobam aspectos ambientais, culturais, econômicos, psicológicos, demográficos, nutricionais e sociais de um indivíduo ou de uma coletividade (Toral e Slater, 2007).

Em várias partes do mundo, jovens de baixa renda, com pouca educação e que vivem em áreas rurais têm maior probabilidade de engravidar em comparação com mulheres com melhor poder aquisitivo, que residem em áreas urbanas e possuem maior nível educacional. Além disso, meninas pertencentes a grupos marginalizados, bem como aquelas com acesso limitado à saúde sexual e reprodutiva, também enfrentam maior risco de gravidez precoce (UNFPA, 2013).

A escolaridade materna tem sido considerada uma variável independente em diversos estudos epidemiológicos que abordam uma ampla gama de temas. Uma baixa escolaridade materna está correlacionada ao aumento no risco de mortalidade materna (ORACH, 2000; THEME FILHA et al., 1999). Além disso, a morte fetal também se relaciona à baixa escolaridade materna. Isso foi demonstrado em um estudo que analisou mais de oitocentos mil nascimentos, utilizando dados do Centro Latino-Americano de Perinatologia, entre 1985 e 1997 (CONDE-AGUDELO et al., 2000).

Por esse motivo a importância do pré-natal na gestação é indiscutível, pois desempenha um papel crucial no monitoramento da saúde da mãe e o bebê. No decorrer das consultas de pré-natal, possíveis complicações podem ser identificadas e tratadas precocemente, assegurando um desenvolvimento saudável da gravidez. Além disso, o pré-natal contribui para

a educação e prevenção, onde as gestantes recebem informações sobre cuidados com a saúde, nutrição adequada, práticas de exercícios seguros e preparação para o parto (Brasil, 2013).

2. HIPÓTESE

Com base na literatura, observa-se que o nível de escolaridade pode influenciar diretamente o conhecimento alimentar, especialmente durante a gestação, período em que as necessidades nutricionais são elevadas. Nesse contexto, espera-se que gestantes com menor escolaridade apresentem menor conhecimento sobre práticas alimentares adequadas, em comparação às gestantes com maior escolaridade.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo geral

Verificar o conhecimento e qualidade alimentar da gestante segundo a escolaridade.

3.2 Objetivos específicos

Avaliar a ingestão de alimentos por meio do QFA(Questionário de frequência alimentar).

Verificar dados sociodemográficos da população de estudo;

Verificar dados sobre comportamento alimentar e saúde das gestantes participantes do estudo.

4. JUSTIFICATIVA

A presente pesquisa tem como tema o conhecimento alimentar na gestação, considerando sua escolaridade. A forma como a mulher opta para se alimentar durante o período gestacional e até mesmo antes do mesmo é de grande importância para sua saúde e de seu bebê. Portanto, o presente trabalho visa ressaltar a importância da nutrição gestacional e o conhecimento da mãe sobre os benefícios de um planejamento alimentar adequado, sendo que, pode influenciar adequadamente no desenvolvimento fetal e na gravidez.

A relevância deste estudo se dá pela necessidade de ampliar o conhecimento sobre as demandas nutricionais específicas deste período, bem como pela importância de pesquisas que abordem os hábitos alimentares gestacionais e os desfechos na saúde materno-infantil, considerando o conhecimento sobre o assunto como fator fundamental para uma gestação bem-sucedida.

Do ponto de vista prático, compreender a importância da alimentação na gestação pode contribuir para a formulação de políticas públicas de saúde mais eficazes, orientar profissionais da saúde na assistência nutricional às gestantes e promover uma conscientização maior entre as futuras mães sobre as escolhas alimentares saudáveis e a importância de realizar o pré-natal e conhecer as orientações nutricionais para esta fase.

5. REFERENCIAL TEÓRICO

5.1 Escolaridade

Em 2022, o Brasil alcançou uma taxa de alfabetização de 93% entre a população com 15 anos ou mais, de acordo com o Censo Demográfico 2022 realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Apesar desse avanço significativo, o país ainda enfrenta desafios importantes na área da educação. Os dados revelam que 11,4 milhões de pessoas com 15 anos ou mais ainda não possuem essa habilidade mínima de leitura e escrita, o que representa uma taxa de analfabetismo de 7%.

Em 2023, o Brasil registrou 9,3 milhões de pessoas com 15 anos ou mais que não sabiam ler ou escrever, o que representava uma taxa de analfabetismo de 5,4% nessa faixa etária. A maioria desses indivíduos residia na Região Nordeste (54,7%), seguida pela Região Sudeste (22,8%). Em relação à 2022, houve uma redução de 0,2 ponto percentual na taxa, o que representa cerca de 232 mil analfabetos a menos. O analfabetismo ainda se concentra nas faixas etárias mais altas: entre pessoas com 60 anos ou mais, a taxa foi de 15,4%, totalizando 5,2 milhões de analfabetos. Já entre os mais jovens, os índices são menores, com 9,4% entre os que têm 40 anos ou mais, 6,5% na faixa dos 25 anos ou mais, e 5,7% entre os maiores de 18 anos, evidenciando avanços no acesso à educação básica.

De acordo com dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) Contínua de 2022, a taxa de analfabetismo no Brasil segue em queda, atingindo 5,6% da população com 15 anos ou mais. No entanto, o fenômeno ainda apresenta fortes marcas estruturais, principalmente entre os idosos. Como destaca Beringuy (2023), *“Quanto mais velho o grupo populacional, maior a proporção de analfabetos”*, evidenciando que as gerações mais jovens têm tido maior acesso à educação e à alfabetização durante a infância. Já entre a população idosa, persiste um contingente significativo que não teve oportunidade de acesso à escolarização na juventude e permanece analfabeto na vida adulta.

O ensino fundamental concentra a maior parte das matrículas da educação básica no Brasil, totalizando aproximadamente 26 milhões de estudantes. De acordo com registros oficiais, estima-se que 120,9 mil escolas correspondendo a 67,5% do total ofertem ao menos uma etapa dessa modalidade educacional. Dentre elas, 103,1 mil abrangem os anos iniciais (do 1º ao 5º ano) e 61,7 mil contemplam os anos finais (do 6º ao 9º ano).

A rede municipal é a principal responsável pela oferta dos anos iniciais, respondendo por 69,7% das matrículas nessa etapa, o que representa 86,8% das vagas ofertadas na rede

pública. Já a rede privada atende 19,6% dos alunos dessa fase, apresentando um crescimento de 2,2% entre os anos de 2023 e 2024.

Em relação aos anos finais do ensino fundamental, observa-se uma matrícula total de aproximadamente 11,5 milhões de alunos, número que representa uma queda de 1,5% em comparação ao ano anterior. Nessa etapa, a rede estadual atende 4,5 milhões de estudantes (39,3%), enquanto a rede municipal é responsável por 5,0 milhões (43,6%). Já as escolas privadas concentram 17,0% das matrículas dos anos finais.

Em 2024, o ensino médio no Brasil contabilizou cerca de 7,8 milhões de matrículas, um aumento de 1,5% em relação ao ano anterior. A taxa de escolarização entre adolescentes de 15 a 17 anos alcançou 93,4%, indicando avanços na inclusão educacional. A rede estadual concentra a maior parte das matrículas (83,1%), com cerca de 6,5 milhões de estudantes, representando 95,8% da rede pública. Já a rede federal responde por 3,1% e a privada por 13,2%, com aproximadamente 243 mil e 1 milhão de alunos, respectivamente. A maioria dos estudantes (82,5%) frequenta o turno diurno, e 94,5% estão em escolas urbanas; além disso, 42,2% das instituições têm mais de 500 alunos. Em relação à Educação de Jovens e Adultos (EJA), observa-se uma queda contínua nas matrículas desde 2018, com cerca de 2,4 milhões de estudantes em 2024, sendo a maioria na rede pública. O Exame Nacional para Certificação de Competências de Jovens e Adultos (Encceja) tem ganhado relevância como alternativa de certificação para aqueles que não concluíram os estudos na idade adequada.

O Censo da Educação Superior 2023, divulgado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), revelou um crescimento contínuo nas matrículas no ensino superior brasileiro. Foram ofertadas 24.687.130 vagas, das quais 95,9% pertencem ao setor privado. A modalidade de Educação a Distância (EaD) destacou-se, representando 77,2% das vagas oferecidas na rede privada, evidenciando a expansão significativa dessa modalidade nos últimos anos.

Quanto à conclusão dos cursos, observou-se que 51% dos alunos cotistas da rede federal concluíram seus cursos, enquanto a taxa entre os não cotistas foi de 41%. Os beneficiários do Programa Universidade para Todos (Prouni) apresentaram uma taxa de conclusão de 58%, em comparação com 36% entre os estudantes não participantes do programa. Já os alunos que utilizam o Fundo de Financiamento Estudantil (Fies) tiveram uma taxa de conclusão de 49%, superior aos 34% daqueles que não utilizam esse auxílio.

Esses dados indicam que políticas públicas de acesso ao ensino superior, como o Prouni e o Fies, exercem impacto positivo nas taxas de conclusão, contribuindo para a redução das desigualdades educacionais e promovendo maior equidade no sistema de ensino superior brasileiro.

5.2 Alimentação na gestação

A alimentação durante a gestação é um fator determinante para a saúde materno-infantil, sendo influenciada por diversos aspectos, como o nível de escolaridade da gestante e o acesso à informação. De acordo com a análise realizada por Ferreira et al. (2021), observou-se um perfil alimentar desequilibrado entre gestantes brasileiras, marcado pela ingestão insuficiente de frutas, verduras e legumes, e pelo alto consumo de alimentos ultraprocessados, como doces, açúcares e gorduras. A maioria dos estudos analisados utilizou o Questionário de Frequência Alimentar (QFA) como ferramenta de avaliação, revelando também a carência de ações educativas eficazes no pré-natal. A pesquisa destaca que a orientação nutricional durante o acompanhamento gestacional ainda é limitada e, muitas vezes, não direcionada às reais demandas das gestantes, o que dificulta a adesão das gestantes às práticas alimentares saudáveis. Nesse sentido, os autores reforçam a necessidade de qualificação dos profissionais de saúde e da promoção de estratégias educativas voltadas à alimentação adequada, principalmente para mulheres com menor escolaridade, que tendem a apresentar maior vulnerabilidade informacional e nutricional (FERREIRA et al., 2021).

A promoção da saúde materno-infantil no Brasil está intrinsecamente ligada às políticas públicas que visam garantir uma alimentação adequada durante a gestação. O Ministério da Saúde, por meio do Protocolo de uso do Guia Alimentar para a População Brasileira na orientação alimentar da gestante, lançado em 2021, reforça a importância de práticas alimentares saudáveis no período gestacional, oferecendo orientações específicas para profissionais de saúde. Além disso, o relatório sobre a Situação alimentar e nutricional de gestantes na Atenção Primária à Saúde no Brasil destaca a necessidade de acompanhamento nutricional adequado durante o pré-natal, evidenciando lacunas que ainda precisam ser preenchidas para melhorar a saúde das gestantes. Complementando essas ações, o Plano de Enfrentamento das Mortalidades Materna e Infantil (PEMMI) propõe estratégias para reduzir as mortes maternas e infantis, considerando as particularidades regionais e os desafios

existentes. Essas ações refletem o esforço do governo brasileiro em garantir a saúde das gestantes, considerando a alimentação um fator essencial para a saúde da mãe e do bebê.

A alimentação inadequada durante a gestação pode trazer sérias repercussões tanto para a saúde da gestante quanto para o desenvolvimento fetal. A carência de micronutrientes essenciais, como ferro, ácido fólico, cálcio e zinco, está associada a maior risco de complicações, como anemia materna, pré-eclâmpsia, parto prematuro e baixo peso ao nascer. Além disso, o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares e gorduras saturadas, pode contribuir para o desenvolvimento de diabetes gestacional e hipertensão, condições que aumentam o risco de desfechos negativos na gravidez. Tais agravos podem comprometer o crescimento intrauterino e até aumentar a probabilidade de doenças crônicas na vida adulta da criança, evidenciando a influência da nutrição no desenvolvimento fetal (GUIMARÃES; SILVA, 2003).

Durante a gestação, as demandas nutricionais da mulher aumentam significativamente, exigindo uma alimentação equilibrada e rica em nutrientes específicos para garantir o adequado desenvolvimento fetal e a saúde materna. Nutrientes como o ácido fólico são essenciais logo nas primeiras semanas de gestação, sendo determinantes na prevenção de defeitos do tubo neural no feto. O ferro também desempenha um papel fundamental, especialmente na prevenção da anemia materna, condição associada ao risco de parto prematuro e baixo peso ao nascer. Além disso, o cálcio e a vitamina D são importantes para a formação dos ossos e dentes do bebê, bem como para a manutenção da saúde óssea da gestante. O consumo adequado de ômega-3, especialmente o ácido docosa-hexaenoico, está relacionado ao desenvolvimento neurológico e visual do feto. A carência desses micronutrientes pode comprometer o desenvolvimento fetal e aumentar a incidência de complicações gestacionais, tornando a orientação nutricional individualizada um componente essencial do pré-natal. Conforme destaca Guimarães e Silva (2003), alterações fisiológicas como o aumento da taxa metabólica basal, resistência à insulina e maior demanda de proteínas evidenciam a necessidade de reajustar a dieta materna. As autoras também enfatizam que uma dieta hipocalórica ou hipoproteica durante a gestação pode prejudicar o crescimento intrauterino e aumentar o risco de doenças crônicas futuras na criança, evidenciando a influência da nutrição no desenvolvimento fetal.

As condições socioeconômicas exercem grande influência sobre o comportamento alimentar das gestantes, afetando diretamente a qualidade da alimentação e, consequentemente,

os desfechos gestacionais. Mulheres com menor escolaridade, renda reduzida ou que vivem em áreas com menor acesso a serviços de saúde e alimentos in natura enfrentam mais dificuldades para adotar uma alimentação equilibrada. Além disso, a insegurança alimentar e a falta de informação qualificada sobre nutrição contribuem para escolhas alimentares inadequadas, muitas vezes pautadas pela praticidade e pelo custo reduzido dos alimentos ultraprocessados. A desigualdade social, portanto, não se expressa apenas no acesso físico à comida, mas também na possibilidade de compreender e aplicar recomendações nutricionais. Essa realidade reforça a importância de estratégias educativas sensíveis às diferentes realidades culturais e econômicas, capazes de promover a autonomia alimentar das gestantes em contextos diversos.

Durante a gestação, as escolhas alimentares também são influenciadas por práticas culturais e mitos alimentares transmitidos por gerações. Muitos desses mitos, que envolvem crenças sobre alimentos proibidos ou essenciais para o desenvolvimento fetal, podem afetar as escolhas alimentares das gestantes. A crença de que certos alimentos causam malefícios ao bebê, como marcas na pele ou problemas de saúde, é comum em algumas culturas (SILVA, 2023). Essas crenças, apesar de não terem embasamento científico, moldam a alimentação das gestantes, principalmente aquelas com menor escolaridade e menor acesso a informações corretas sobre nutrição. Além disso, as orientações familiares, muitas vezes baseadas nessas crenças culturais, continuam a ser seguidas, mesmo quando as gestantes têm acesso a informações sobre alimentação saudável. Assim, é fundamental que os profissionais de saúde considerem essas influências culturais ao oferecer aconselhamento nutricional, com uma abordagem que respeite as tradições, mas que também promova práticas alimentares baseadas em evidências científicas (SILVA, 2023).

5.3 A importância do conhecimento sobre alimentação no período gestacional

A gestação é um período de grandes transformações fisiológicas e metabólicas, exigindo cuidados específicos com a alimentação para garantir a saúde da mãe e do feto. A literatura científica ressalta que uma alimentação adequada nesse momento é essencial para suprir as demandas nutricionais elevadas e prevenir agravos, como baixo peso ao nascer, deficiência de micronutrientes, diabetes gestacional e hipertensão arterial (BAIÃO; DESLANDES, 2006). Contudo, apesar da ampla divulgação dos preceitos científicos sobre alimentação saudável, o comportamento alimentar das gestantes continua a ser fortemente influenciado por fatores

socioculturais, como crenças, tabus e práticas alimentares tradicionais. Esses aspectos, muitas vezes, resultam na exclusão de alimentos essenciais, especialmente vegetais ricos em micronutrientes, que são erroneamente considerados "fracos" ou inadequados para o período gestacional (RAMALHO; SAUNDERS, 2000).

Nesse contexto, o nível de conhecimento das gestantes sobre alimentação desempenha um papel fundamental. A educação nutricional voltada a esse público precisa ir além da simples transmissão de informações técnicas. Para ser eficaz, deve considerar as condições sociais, econômicas e culturais dessas mulheres, respeitando seus saberes e promovendo um diálogo entre o conhecimento científico e as práticas alimentares tradicionais. Dessa forma, não só se amplia a compreensão das gestantes sobre a importância de uma alimentação saudável, mas também favorece a adoção de escolhas alimentares mais conscientes, acessíveis e culturalmente adequadas. Isso possibilita a construção de estratégias educativas ajustadas à realidade de cada mulher, contribuindo para uma alimentação segura e integrada às suas vivências cotidianas (RAMALHO; SAUNDERS, 2000; BAIÃO; DESLANDES, 2006).

Diversos estudos apontam que o nível de escolaridade tem influência significativa na construção do conhecimento alimentar e nas percepções sobre alimentação saudável. Segundo Silva e Pereira (2018), indivíduos com menor nível de escolaridade tendem a apresentar maior dificuldade em compreender adequadamente os princípios de alimentação e nutrição, o que pode levar a conceitos distorcidos e escolhas alimentares inadequadas. Esse cenário reforça a necessidade de programas de educação alimentar voltados para esse público, com estratégias adaptadas às suas necessidades. Assim, a escolaridade se apresenta como um importante determinante social da saúde, impactando diretamente a forma como os indivíduos compreendem e aplicam informações nutricionais em seu cotidiano e nas escolhas alimentares. Além dos fatores socioculturais que influenciam o comportamento alimentar, o nível de escolaridade também exerce papel determinante na construção do conhecimento sobre alimentação, impactando diretamente as percepções e práticas alimentares adotadas pelos indivíduos.

Embora a alimentação adequada durante a gestação seja essencial para a saúde materna e fetal, o comportamento alimentar das gestantes é frequentemente influenciado por fatores externos, como as estratégias de marketing utilizadas pela indústria alimentícia. Alimentos ultraprocessados, muitas vezes nutricionalmente inadequados, são amplamente promovidos por meio de comerciais, promoções e anúncios em diversos meios de comunicação, incluindo

televisão, internet, revistas e até supermercados. O Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) destaca como essas práticas de marketing afetam o comportamento alimentar da população, incluindo gestantes com baixa escolaridade, que frequentemente acabam optando por esses produtos por desconhecimento ou devido à forte presença de propaganda.

Particularmente em relação às crianças, as campanhas publicitárias têm um impacto significativo, uma vez que elas são mais vulneráveis a mensagens que associam o consumo de alimentos ultraprocessados a benefícios como crescimento saudável, felicidade e bem-estar. Esses produtos são frequentemente divulgados como essenciais para o desenvolvimento, quando, na realidade, podem comprometer a saúde das crianças e, por consequência, afetar a gestante, uma vez que as escolhas alimentares de uma mãe influenciam diretamente o bebê. A publicidade é projetada para captar a atenção infantil, utilizando personagens populares e recursos visuais que tornam esses alimentos mais atraentes, criando uma percepção errônea de que são opções saudáveis.

Além disso, o consumo excessivo desses produtos não se limita ao ambiente familiar, mas se expande para espaços públicos, como escolas e estabelecimentos comerciais, onde as crianças e, em muitos casos, as gestantes, são constantemente expostas a essas influências. A alta disponibilidade de alimentos ultraprocessados em locais de convivência e a associação desses produtos à conveniência e ao prazer contribuem para a perpetuação de hábitos alimentares prejudiciais. Portanto, a educação nutricional e políticas públicas eficazes devem incluir medidas para combater a influência da publicidade e promover escolhas alimentares mais saudáveis, especialmente durante a gestação.

6. METODOLOGIA

6.1. Tipo de pesquisa

Este estudo caracteriza-se como pesquisa de campo, com abordagem transversal e caráter descritivo. Os dados foram coletados por meio de um questionário aplicado às gestantes, em um único momento, com o objetivo de descrever o perfil das participantes e analisar a relação entre escolaridade e conhecimento alimentar.

6.2. Universo e amostra

A coleta de dados foi realizada em um ambulatório do hospital de uma cidade no sul de Minas Gerais. A amostra contou com a participação de 102 gestantes com a idade superior a 18 anos.

6.3 Critérios de inclusão e exclusão

6.3.1. Critérios de inclusão na pesquisa

Gestantes maiores de 18 anos que aceitarem participar da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

6.3.2. Critérios de exclusão na pesquisa

Gestantes menores de 18 anos foram excluídas e as que não assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

6.4. Instrumentos da pesquisa

Foram utilizados nessa pesquisa o Questionário de Frequência Alimentar (QFA) e a aplicação de questionário sociodemográfico.

O Questionário de Frequência Alimentar (QFA) foi utilizado para investigar os hábitos alimentares das participantes, por meio de uma relação de alimentos e bebidas onde as gestantes indicaram a frequência do consumo de cada item. As opções de resposta foram distribuídas em: uma vez ao dia, mais de uma vez ao dia, uma vez por semana, mais de uma vez por semana, raramente ou nunca.

Foi realizada também a classificação dos alimentos listados no QFA conforme as categorias do Guia Alimentar para a População Brasileira, que organiza os alimentos em in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados. Os alimentos in natura são aqueles obtidos diretamente de plantas ou de animais e consumidos sem qualquer alteração após serem retirados da natureza, como frutas, hortaliças, ovos e carnes frescas. Já os minimamente processados correspondem a alimentos in natura que passaram por processos como limpeza, remoção de partes não comestíveis, moagem, pasteurização, refrigeração ou congelamento, mas sem adição de sal, açúcar, óleos ou outras substâncias que modifiquem suas características originais. Para fins deste estudo, os alimentos in natura e minimamente processados foram agrupados em um único grupo, uma vez que, segundo o Guia, ambos devem compor a base de uma alimentação saudável. Por sua vez, os alimentos processados são aqueles que recebem adição de sal, açúcar ou outros ingredientes culinários para prolongar sua durabilidade e tornar seu sabor mais agradável, enquanto os ultraprocessados são formulações industriais que contêm derivados alimentares e aditivos desenvolvidos para aumentar a atratividade e a vida útil dos produtos. Para este estudo, os alimentos foram analisados isoladamente como também agrupados de forma específica segundo as orientações do Guia, com adaptações metodológicas direcionadas à pesquisa.

Essa classificação viabilizou uma compreensão mais ampla do padrão alimentar das gestantes participantes do estudo, possibilitando identificar a frequência de consumo de cada grupo e relacionar esses dados com o nível de escolaridade. Essa abordagem metodológica visa trazer maior clareza sobre o perfil alimentar das gestantes e subsidiar estratégias futuras de educação nutricional específicas para esse público.

6.5. Coletas de dados

Antes do início da coleta de dados, foi apresentado ao responsável pelo local o Termo de Anuência Institucional, a fim de obter autorização para a realização da pesquisa. Com a permissão concedida, as gestantes foram abordadas nos ambulatórios de nutrição e convidadas a participar do estudo. Após a explicação dos objetivos da pesquisa e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), as participantes foram orientadas à se deslocarem para um ambiente tranquilo, sem interferências externas, para a aplicação do questionário.

6.6. Riscos e benefícios

A principal possibilidade de risco está relacionada ao constrangimento que algumas participantes possam sentir ao responder perguntas da anamnese, especialmente aqueles referentes ao histórico de saúde e aos hábitos alimentares. Para minimizar esse risco, todas as entrevistas foram conduzidas de forma individual e em ambiente reservado, garantindo a privacidade e o conforto das participantes.

Quanto aos benefícios, estes são exclusivamente voltados à produção científica, contribuindo para o avanço do conhecimento na área. Não há, em nenhum momento, qualquer tipo de benefício financeiro ou moral direto para as participantes da pesquisa.

6.7. Análise de dados

Os dados coletados foram tabulados em uma planilha no programa Microsoft Excel 2019. Realizou-se uma análise descritiva das variáveis sociodemográficas, de saúde e de comportamento alimentar referidos pelas gestantes participantes do estudo.

6.8. Aspectos éticos

Esta pesquisa seguiu as diretrizes estabelecidas pela Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que regulamenta os princípios éticos para pesquisas envolvendo seres humanos. A coleta de dados foi iniciada somente após a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), nº 7.230.491.

7. RESULTADOS

Tabela 1- Caracterização da população de estudo (N=102) segundo variáveis sociodemográficas e de saúde

Variáveis	N	%
<i>Estado civil</i>		
Solteira	44	43,14
Casada	53	51,96
Divorciada	5	4,90
<i>Escolaridade</i>		
Fund. I e II – Completo/incompleto	26	25,5
Ensino médio - Completo/incompleto	50	49,0
Superior – Completo/incompleto	26	25,5
<i>Número de refeições ao dia</i>		
≤3	17	16,7
>3	85	83,3
<i>Presença de companhia durante as refeições</i>		
Sem companhia (sozinha)	21	20,59
Com companhia (acompanhada)	81	79,14
<i>Compreensão sobre a importância da alimentação</i>		
Sim	102	100
Não	0	--
<i>Acompanhamento médico</i>		
Sim	102	100
Não	0	--
<i>Orientações nutricionais</i>		
Sim	80	64,52
Não	22	35,48
<i>Gestações anteriores</i>		
Sim	66	64,7
Não	36	35,3

continuação...

Número de gestações anteriores

Nenhuma	36	35,29
1	28	27,45
2	14	13,73
3	13	12,75
4	3	2,94
5	5	4,90
6	0	0
7	1	0,98
8	2	1,96

Número de pessoas que residem no domicílio

Nenhuma	1	0,98
1	16	15,69
2	32	31,37
3	22	21,57
4	14	13,73
5	11	10,78
6	1	0,98
7	2	1,96
8	3	2,94

Restrição de saúde que afete a dieta

Sim	39	38,24
Não	63	61,76

Condição de saúde que afeta a dieta

Sem patologias	63	61,8
Diabetes	25	24,5
HAS	2	2,0
Pré-diabetes	2	2,0
Pedra na vesícula	2	2,0
Intolerância a lactose	2	2,0
Epilepsia	1	1,0
Glicose alterada	1	1,0

continuação...

Diabetes e HAS	2	2,0
Diabetes e câncer de mama	1	1,0
Diabetes, int. lactose e alergia a corantes	1	1,0
<i>Conhecimento sobre os benefícios das fibras durante a gestação</i>		
Sim	81	79,41
Não	21	20,59
<i>Evita o consumo de alimentos ricos em açúcar e gorduras durante a gestação</i>		
Sim	71	69,61
Não	31	30,39

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

A amostra do estudo foi composta por 102 gestantes atendidas em ambulatório, dentro dos critérios de inclusão da pesquisa.

Conforme demonstrado na Tabela 1, observou-se que 43,1% das entrevistadas se declararam solteiras, 51,9% casadas e 4,9% divorciadas. Em relação à escolaridade, a maioria das participantes (49%) possuía ensino médio completo ou incompleto, seguida por 25,5% com ensino superior completo ou incompleto e 25,5% com ensino fundamental completo ou incompleto.

Quanto ao número de refeições diárias, 83,3% relataram realizar três ou mais refeições ao dia, enquanto 16,7% realizam menos de três refeições. Em relação à presença de companhia durante as refeições, 79,1% das gestantes afirmaram se alimentar acompanhadas, enquanto 20,6% relataram realizar suas refeições sozinhas.

No que diz respeito ao conhecimento sobre a importância de uma alimentação saudável em todas as fases da vida, inclusive durante a gestação, 100% das participantes afirmaram reconhecer essa relevância. Da mesma forma, todas as gestantes relataram realizar acompanhamento médico durante o pré-natal. No entanto, apenas 64,5% declararam ter recebido orientação nutricional durante esse período, enquanto 35,4% não receberam esse tipo de orientação.

Com relação às gestações anteriores, 64,7% das entrevistadas relataram já ter passado por outras gestações, enquanto 35,3% estavam gestando pela primeira vez. Entre as que relataram gestações anteriores, os números variaram entre 1 e 8, sendo que a maioria (27,4%) informou ter tido apenas uma gestação anterior.

Em relação à composição familiar, 31,4% das gestantes afirmaram residir com duas pessoas, seguidas por 21,5% que moram com três pessoas e 15,7% com apenas um membro familiar.

Quanto à existência de alguma condição de saúde ou restrição alimentar que afete a dieta, 61,8% das gestantes declararam não possuir nenhuma condição, enquanto 38,2% relataram sim apresentar alguma. Entre os agravos citados, destacam-se: diabetes (24,5%), hipertensão arterial sistêmica (2,0%), pré-diabetes (2,0%) e intolerância à lactose (2,0%). Algumas participantes ainda relataram mais de uma condição associada, como diabetes e câncer de mama (1,0%) ou múltiplas restrições alimentares (1,0%).

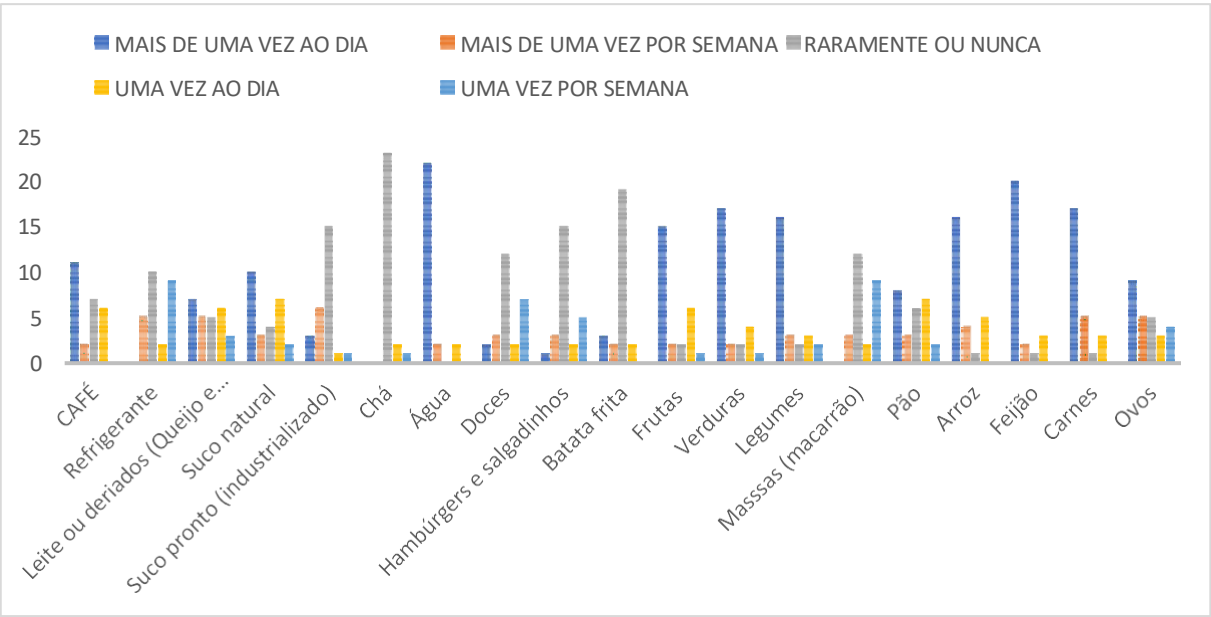
Ainda sobre o comportamento alimentar, 79,4% das participantes disseram conhecer os benefícios do consumo de fibras durante a gestação. Já 69,6% afirmaram evitar alimentos ricos em açúcar e gorduras, enquanto 30,4% não realizavam essa restrição.

Tabela 2- Distribuição do consumo de alimentos segundo QFA relatado pelas gestantes com escolaridade fundamental completo e incompleto (N=26)

Grupo alimentar	Mais de uma vez ao dia	Mais de uma vez por semana	Uma vez por semana	Uma vez ao dia	Raramente ou nunca
Alimentos in natura	160	38	23	52	65
Alimentos processados	8	3	2	7	6
Alimentos ultraprocessados	9	19	22	9	71

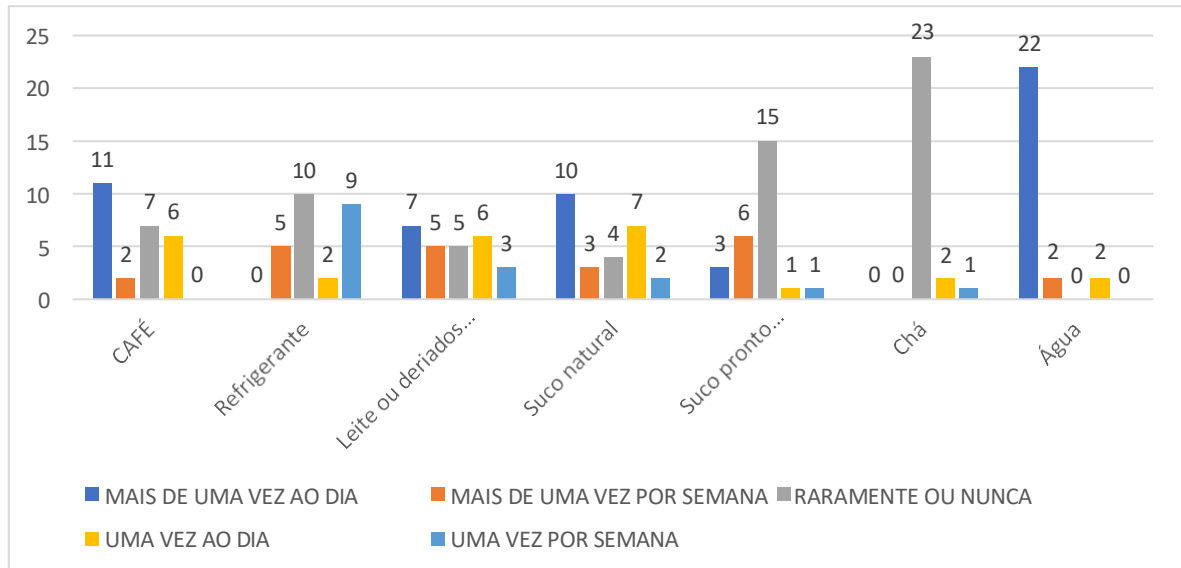
Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 1- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Fundamental



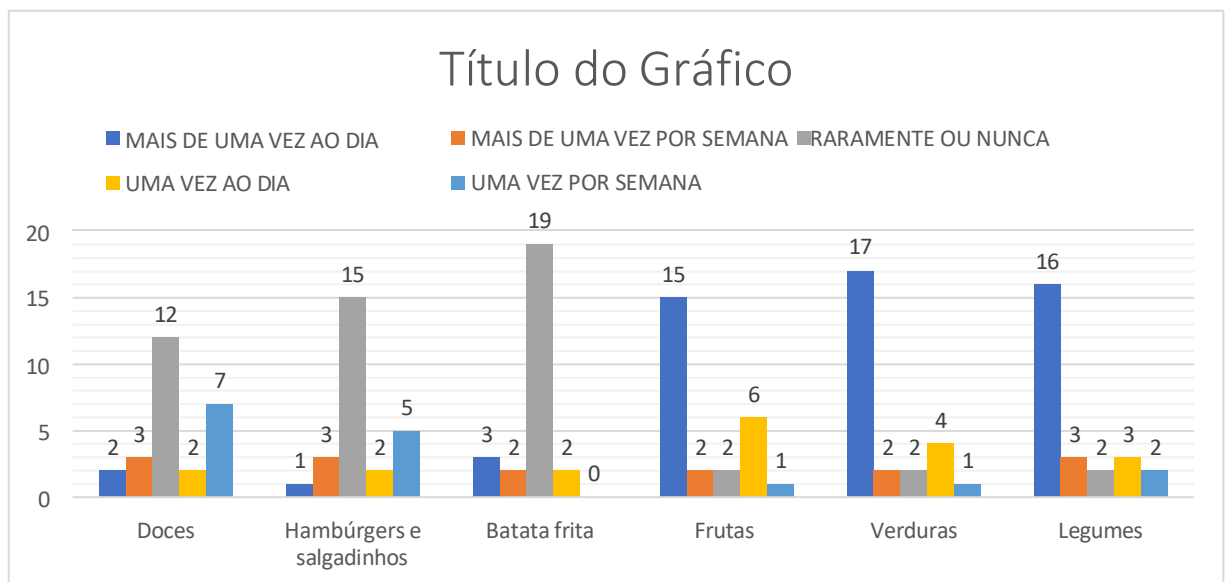
Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 2- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Fundamental

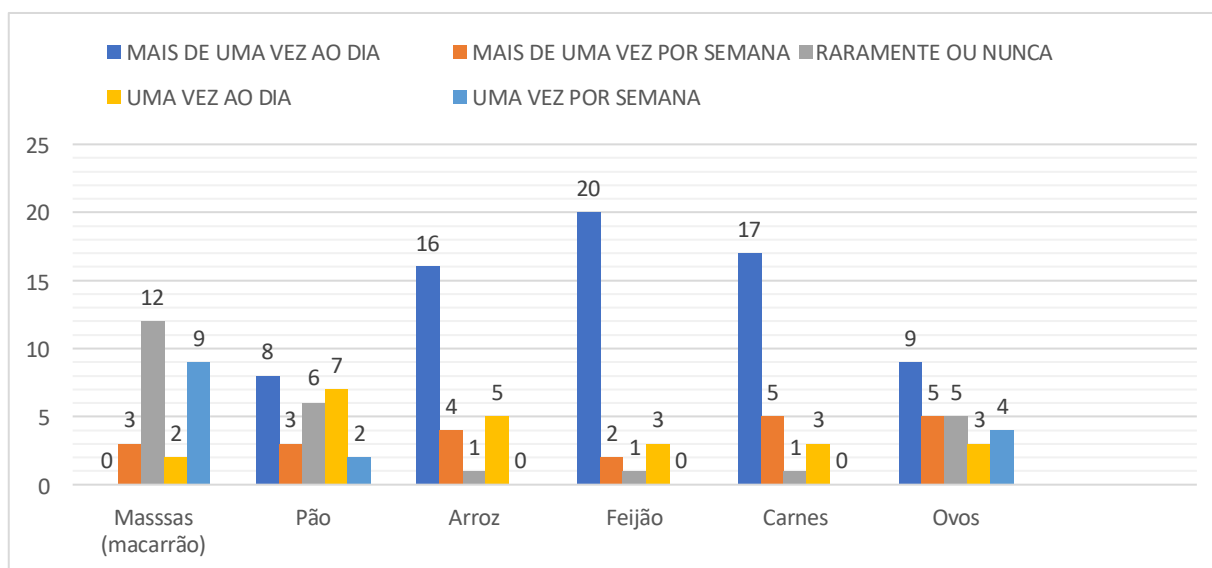


Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 3 - Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Fundamental



Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 4- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Fundamental

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

No grupo de gestantes com escolaridade até o ensino fundamental (completo ou incompleto), observou-se um padrão alimentar predominantemente composto por alimentos in natura. Houve um total de 160 registros de consumo “mais de uma vez ao dia”, o que evidencia uma elevada frequência diária desses alimentos, como frutas, verduras, legumes, arroz, feijão, carnes, ovos, leite e derivados, suco natural, café, chá e água.

Ainda dentro desse grupo alimentar, também foram observadas outras frequências relevantes, como 52 marcações para “uma vez ao dia” e 38 para “mais de uma vez por semana”, indicando que, embora a maioria tenha um consumo elevado, há variação na frequência entre as participantes.

Em relação aos alimentos processados, os registros foram menos expressivos, com destaque para 8 marcações de consumo “mais de uma vez ao dia” e 7 para “uma vez ao dia”, sugerindo um consumo ocasional.

Por fim, os alimentos ultraprocessados apresentaram maior concentração na categoria “raramente ou nunca”, com 71 registros, indicando que a maioria das gestantes deste grupo evita esse tipo de produto. No entanto, ainda foram encontrados 22 registros de consumo “uma vez por semana” e 19 para “mais de uma vez por semana”, apontando que parte das entrevistadas ainda os inclui com certa frequência em sua alimentação.

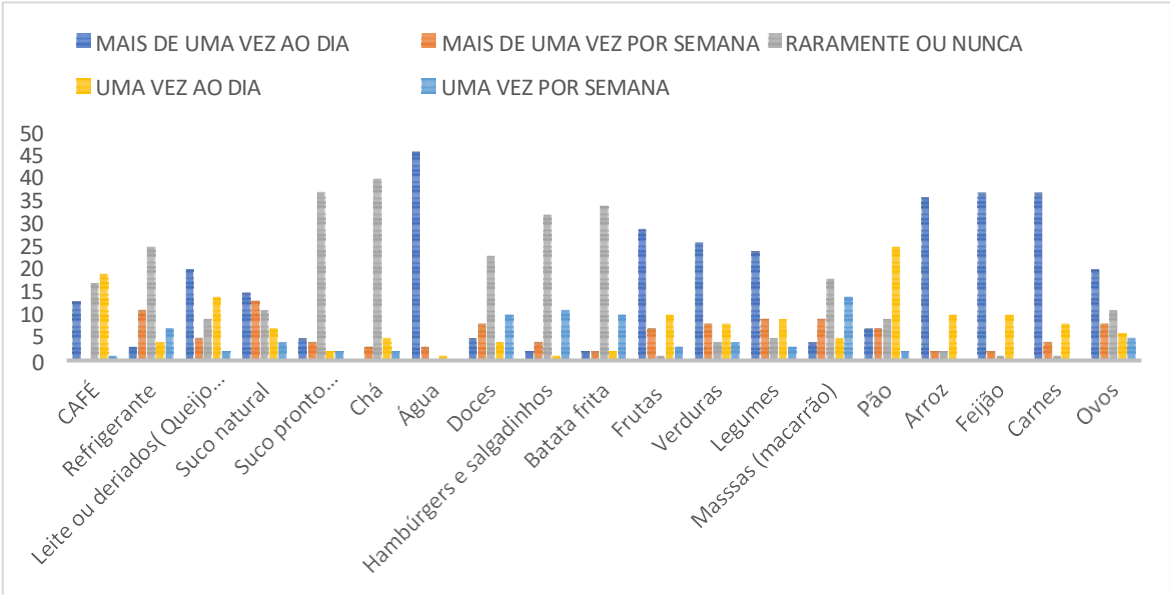
Esse padrão sugere uma predominância de hábitos alimentares mais saudáveis entre as gestantes com menor escolaridade, embora o consumo de ultraprocessados ainda esteja presente em alguns casos.

Tabela 3- Distribuição do consumo de alimentos segundo QFA relatado pelas gestantes com escolaridade médio completo e incompleto(N=50)

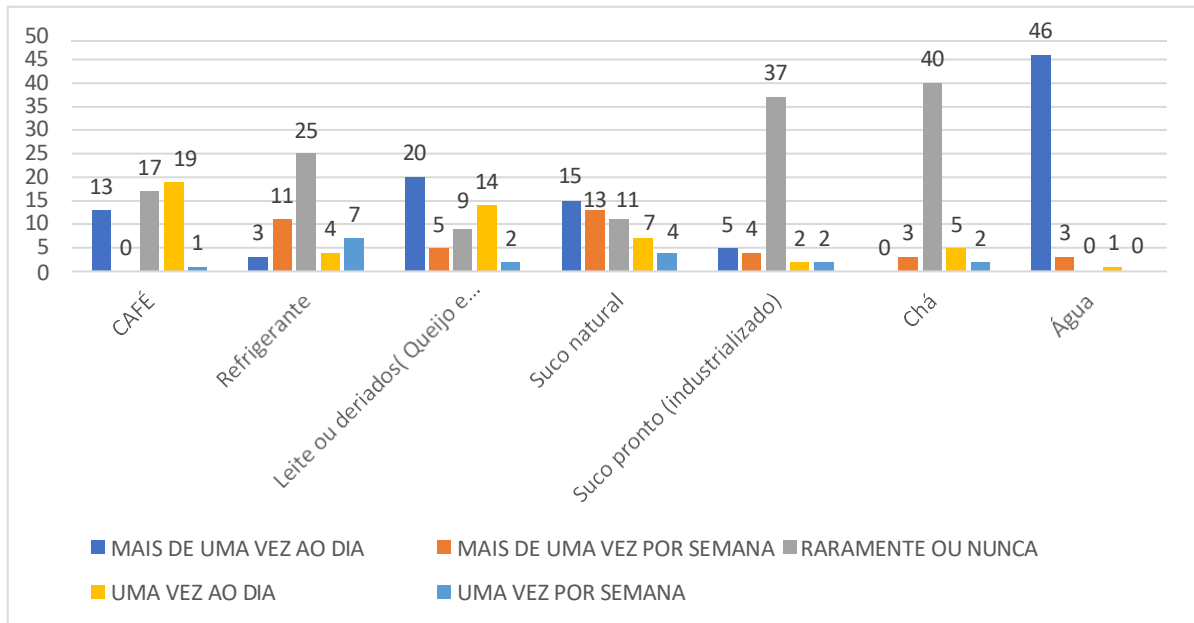
Grupo alimentar	Mais de uma vez ao dia	Mais de uma vez por semana	Uma vez por semana	Uma vez ao dia	Raramente ou nunca
Alimentos in natura	307	73	38	112	120
Alimentos processados	7	7	2	25	9
Alimentos ultraprocessados	17	29	40	13	151

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

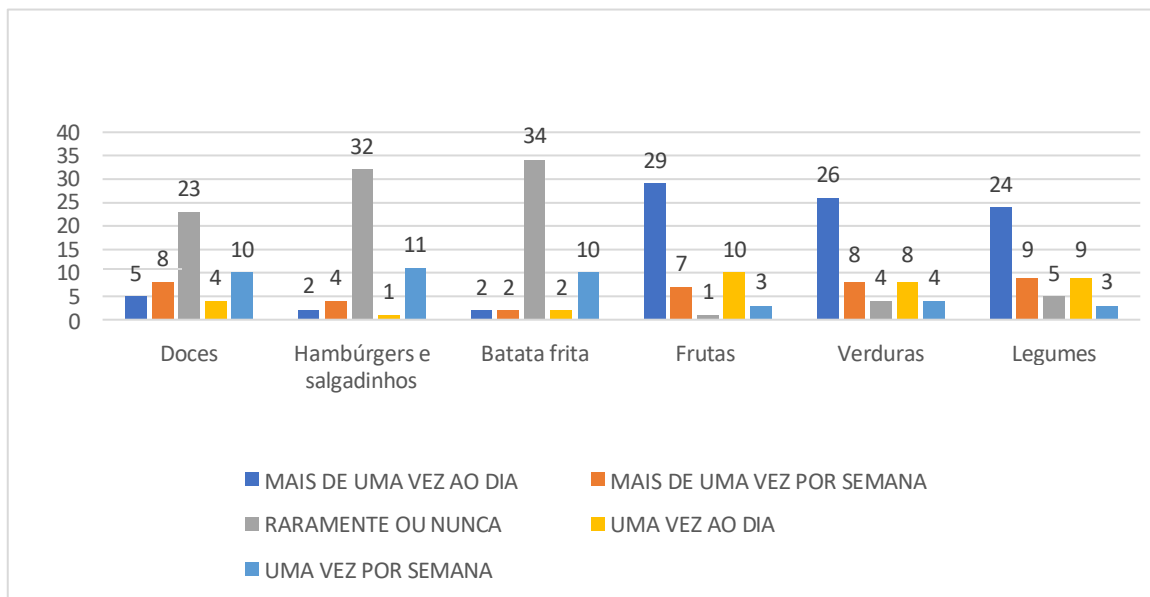
Gráfico 5- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Médio



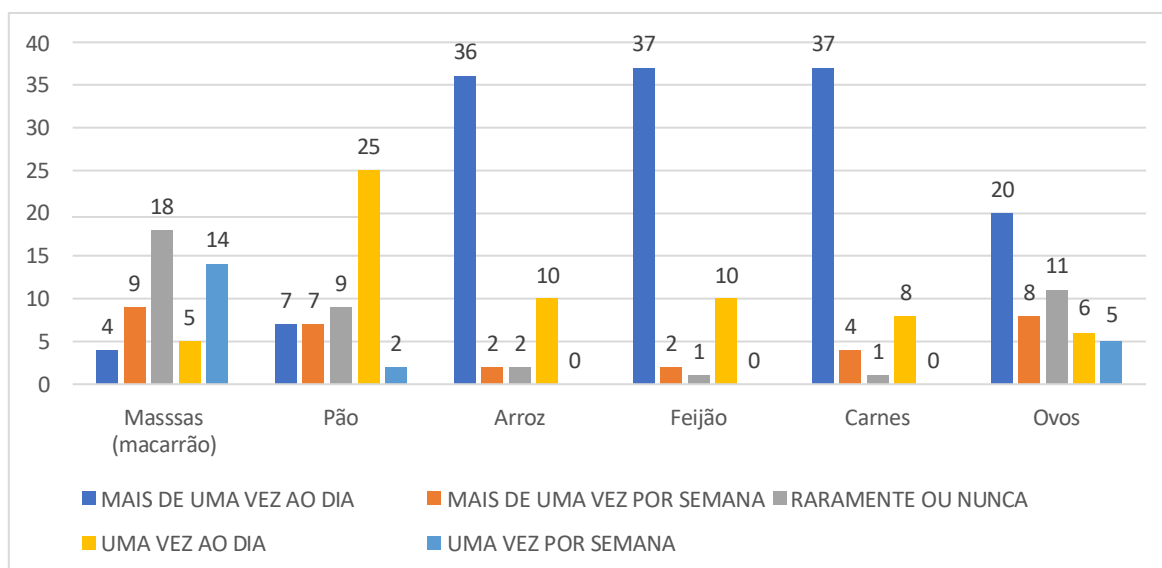
Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 6 - Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Médio

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 7- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Médio

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 8- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Médio

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

No grupo de gestantes com escolaridade de ensino médio completo ou incompleto, observou-se uma elevada frequência de consumo de alimentos in natura, com destaque para as categorias “mais de uma vez ao dia” (307 registros) e “uma vez ao dia” (112 registros), o que evidencia a presença constante de alimentos como frutas, verduras, legumes, arroz, feijão, carnes, ovos, água e leite na rotina alimentar das participantes.

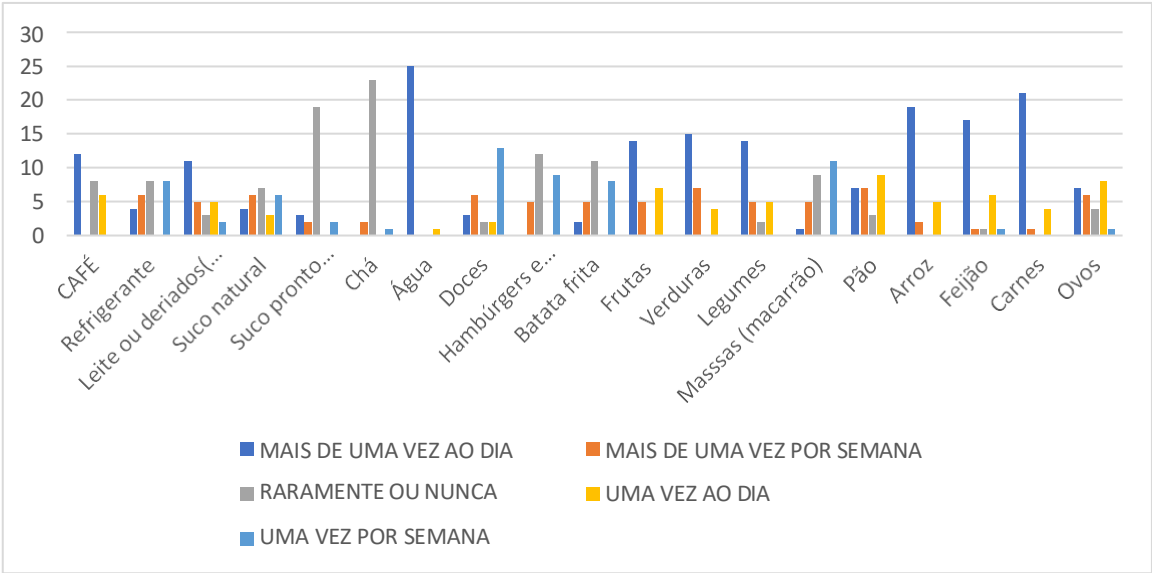
Em contrapartida, o consumo de alimentos ultraprocessados concentrou-se principalmente na categoria “raramente ou nunca” (151 registros), embora também tenha sido observado consumo regular entre algumas participantes, conforme demonstrado pelas 40 marcações em “uma vez por semana” e 29 em “mais de uma vez por semana”. Já os alimentos processados apresentaram um padrão intermediário, com 25 registros em “uma vez ao dia” e distribuição menor nas demais frequências. Esses dados sugerem que, embora o padrão alimentar das gestantes com ensino médio se baseie em alimentos in natura, os ultraprocessados ainda estão presentes em parte da alimentação, exigindo atenção em orientações nutricionais.

Tabela 4- Distribuição do consumo de alimentos segundo QFA relatado pelas gestantes com escolaridade superior completo e incompleto (N=26)

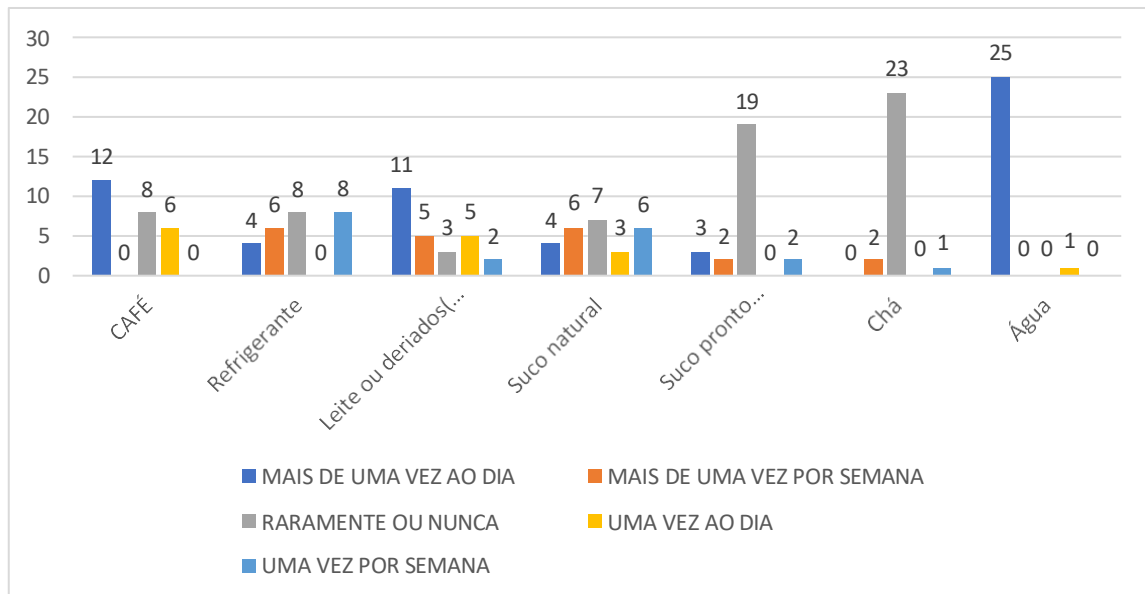
Grupo alimentar	Mais de uma vez ao dia	Mais de uma vez por semana	Uma vez por semana	Uma vez ao dia	Raramente ou nunca
Alimentos in natura	160	45	22	54	57
Alimentos processados	7	7	0	9	3
Alimentos ultraprocessados	12	24	40	2	52

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

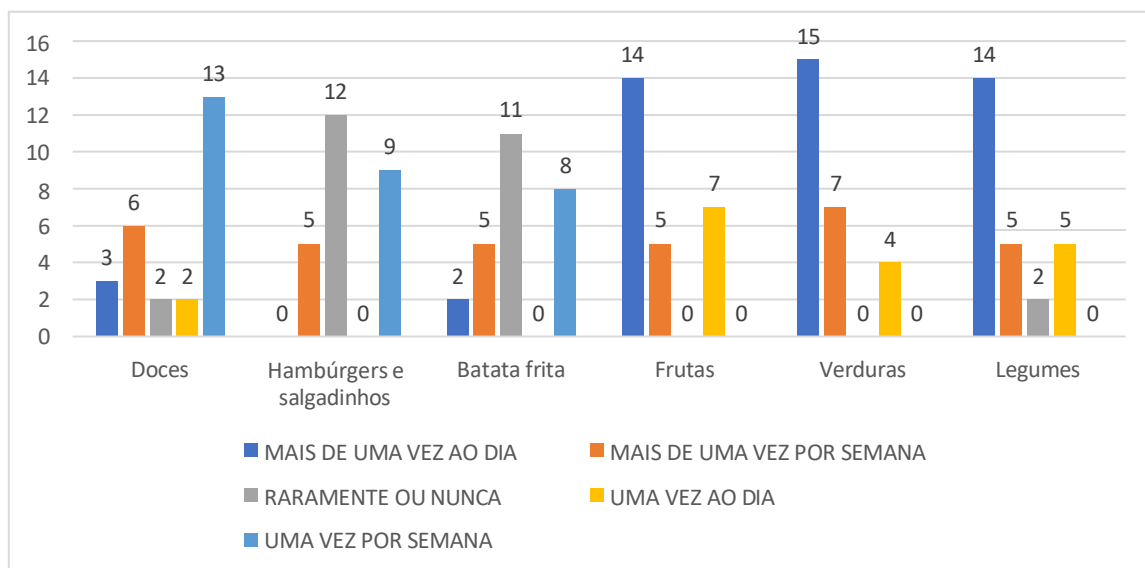
Gráfico 9- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Superior



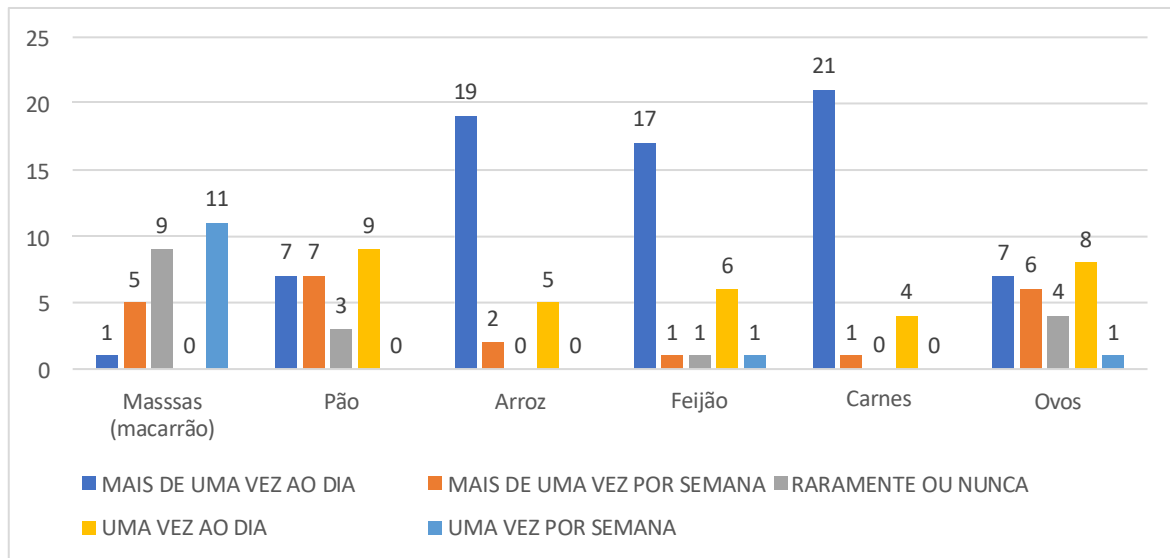
Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 10 - Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Superior

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 11- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Superior

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Gráfico 12- Relação entre frequência alimentar por grupo dos produtos – Ensino Superior

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Entre as gestantes com ensino superior completo ou incompleto, também se observou uma predominância no consumo de alimentos in natura, com 160 marcações na categoria “mais de uma vez ao dia” e outras 54 em “uma vez ao dia”. No entanto, quando comparado com os demais níveis de escolaridade, nota-se uma maior dispersão nas frequências e uma leve redução no consumo diário.

O consumo de alimentos ultraprocessados apresentou maior concentração nas categorias “uma vez por semana” (40 registros) e “raramente ou nunca” (52 registros), evidenciando uma presença mais frequente desses produtos na alimentação desse grupo em comparação ao grupo com escolaridade fundamental.

Já os alimentos processados demonstraram distribuição reduzida e estável, com 9 registros para “uma vez ao dia” e nenhum em “uma vez por semana”, sugerindo um consumo pontual e não habitual.

Esses dados indicam que, embora as gestantes com ensino superior apresentem um padrão alimentar ainda centrado em alimentos in natura, há maior exposição e consumo de alimentos ultraprocessados em relação aos demais grupos, o que pode estar associado a fatores como rotina agitada, maior autonomia alimentar e influência de informações não confiáveis.

8. DISCUSSÃO

A presente pesquisa teve como objetivo investigar a relação entre a escolaridade e o conhecimento alimentar de gestantes atendidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) em uma cidade do sul de Minas Gerais, analisando a frequência de consumo de diferentes grupos alimentares conforme o nível de instrução. Os resultados obtidos demonstram que a escolaridade influencia, embora não de forma isolada, os padrões alimentares durante a gestação.

Entre as participantes com ensino fundamental completo ou incompleto, observou-se maior frequência de consumo de alimentos in natura, como arroz, feijão, frutas, legumes, verduras e ovos. Esse padrão alimentar pode refletir uma tradição alimentar mais simples e baseada em alimentos básicos, acessíveis e culturalmente enraizados na alimentação brasileira. Em contrapartida, gestantes com ensino superior apresentaram maior frequência de consumo de alimentos ultraprocessados, como doces, sucos industrializados, hambúrgueres e salgadinhos. Esse dado pode estar relacionado à transição alimentar observada em contextos urbanos e de maior poder aquisitivo, nos quais alimentos práticos e de preparo rápido tornam-se mais presentes, ainda que menos saudáveis.

Diversos estudos, incluindo o trabalho de Costa et al. (2021), demonstram que o consumo de alimentos ultraprocessados (AUP) tem crescido de forma significativa entre gestantes brasileiras, substituindo preparações tradicionais da cultura alimentar nacional, como arroz, feijão, raízes e tubérculos. Essa mudança no padrão alimentar reflete um processo contínuo de transição nutricional, em que alimentos in natura ou minimamente processados perdem espaço para produtos industrializados ricos em açúcares, sódio, gorduras saturadas e aditivos químicos. O estudo mostrou que gestantes com maior ingestão calórica proveniente de AUP apresentavam, simultaneamente, menor consumo de alimentos da base da alimentação brasileira, o que indica não apenas um empobrecimento nutricional, mas também um enfraquecimento cultural das práticas alimentares regionais. Tais inadequações dietéticas durante a gestação podem comprometer o ambiente intrauterino e estão associadas a um maior risco de diabetes gestacional, síndromes hipertensivas, deficiências nutricionais e ganho de peso excessivo — fatores que afetam negativamente a saúde materno-fetal e favorecem o surgimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) ao longo da vida. Assim, os achados reforçam a urgência de ações educativas e políticas públicas que visem à redução do consumo

de ultraprocessados e à valorização de alimentos tradicionais e nutritivos no contexto da gestação.

No estudo conduzido por Leão et al. (2022), realizado com gestantes atendidas na Atenção Primária à Saúde no município de Montes Claros, Minas Gerais, observou-se que a qualidade da dieta gestacional está diretamente relacionada a fatores sociodemográficos e comportamentais, com destaque para o nível de escolaridade. Utilizando o Índice de Qualidade da Dieta Adaptado para Gestantes (IQDAG), os autores identificaram que mulheres com menor escolaridade, que não praticavam atividade física, realizavam menos de três refeições por dia e apresentavam percepção negativa sobre sua alimentação, tinham maior risco de apresentar uma dieta de baixa qualidade. Esses achados corroboram a hipótese da presente pesquisa ao sugerirem que a escolaridade influencia não apenas o conhecimento, mas também a adesão a práticas alimentares saudáveis durante a gestação. Assim, reforça-se a importância de estratégias de educação nutricional individualizadas e culturalmente sensíveis no pré-natal, sobretudo voltadas a gestantes em situação de maior vulnerabilidade educacional.

A influência da escolaridade sobre os hábitos alimentares também foi observada em estudo realizado por Seboka et al. (2021), na Etiópia. Os autores identificaram que mulheres com menor nível de instrução apresentavam menor diversidade alimentar e maior risco de insegurança nutricional. Gestantes com algum grau de escolaridade formal demonstraram maior adesão a padrões alimentares saudáveis, corroborando a associação entre escolaridade e conhecimento sobre alimentação adequada. Esse estudo internacional amplia a compreensão de que o nível de instrução interfere diretamente na qualidade da dieta, embora barreiras sociais e econômicas também devam ser consideradas como condicionantes importantes.

Embora a escolaridade seja um fator determinante nos hábitos alimentares durante a gestação, os dados desta pesquisa, aliados à literatura científica, indicam que intervenções educativas planejadas são fundamentais para promover mudanças efetivas na alimentação materna. Um estudo experimental conduzido por Shahidi et al. (2021), no Irã, avaliou o impacto da educação nutricional com base no Modelo de Promoção da Saúde de Pender e constatou que gestantes que participaram de sessões educativas apresentaram melhora significativa no consumo de alimentos saudáveis, como frutas, verduras, grãos integrais e laticínios, bem como redução no consumo de alimentos processados e ultraprocessados. Os autores concluíram que a orientação nutricional estruturada, além de ampliar o conhecimento, contribui para o empoderamento das gestantes em relação às suas escolhas alimentares, gerando reflexos positivos tanto para a saúde da mãe quanto do feto.

Esses achados reforçam que a educação nutricional contínua no pré-natal, com linguagem acessível e estratégias participativas, deve ser considerada um complemento essencial às ações de saúde pública, especialmente entre mulheres com baixa escolaridade, que tendem a apresentar menor acesso à informação qualificada e, conseqüentemente, maior vulnerabilidade nutricional.

9. CONCLUSÃO

A análise dos dados de consumo alimentar entre as gestantes participantes revelou diferenças relevantes no padrão alimentar de acordo com o nível de escolaridade. Ao se observar o grupo com ensino fundamental completo ou incompleto, percebe-se um predomínio de hábitos alimentares considerados mais saudáveis. Esse grupo apresentou a maior concentração de registros na categoria “mais de uma vez ao dia” para o consumo de alimentos in natura, como frutas, verduras, legumes, arroz, feijão e carnes. Além disso, também foi o grupo que menos relatou o consumo de alimentos ultraprocessados, com a maioria indicando consumo “raramente ou nunca”.

Em contraste, as gestantes com ensino médio completo ou incompleto mantiveram um bom consumo de alimentos in natura, porém com maior dispersão nas frequências. Nesse grupo, observou-se um aumento no número de registros nas categorias “uma vez por semana” e “mais de uma vez por semana” para o consumo de alimentos ultraprocessados, o que evidencia um padrão alimentar misto. Isso pode estar relacionado ao estilo de vida das participantes, à praticidade buscada no cotidiano e à maior exposição aos produtos industrializados.

No grupo com ensino superior completo ou incompleto, a tendência foi de um consumo alimentar mais variado. Embora o consumo de alimentos in natura ainda tenha se mantido elevado, esse grupo apresentou o maior número de registros de consumo semanal e diário de alimentos ultraprocessados. Foram identificados registros significativos para “uma vez por semana”, “mais de uma vez por semana” e até “mais de uma vez ao dia”, sugerindo uma coexistência entre alimentos saudáveis e não saudáveis na dieta desse grupo.

Essa diferença entre os grupos evidencia que o nível de escolaridade, isoladamente, não determina a qualidade da alimentação. Embora se espere que indivíduos com maior escolaridade tenham mais acesso à informação e, consequentemente, façam escolhas mais saudáveis, o presente estudo mostrou que isso nem sempre se confirma na prática. Fatores como tempo disponível, influência de mídias, autonomia alimentar e ausência de orientação nutricional personalizada podem impactar diretamente as escolhas alimentares, mesmo entre gestantes com ensino superior.

Dessa forma, os dados reforçam a importância de estratégias de educação nutricional que não apenas informem, mas também se adaptem à realidade de cada grupo, considerando não só a escolaridade, mas também aspectos sociais, culturais e comportamentais. A atuação dos profissionais de saúde, especialmente do nutricionista, é essencial nesse contexto,

promovendo orientações acessíveis, contínuas e adequadas à realidade das gestantes, independentemente do seu nível de escolaridade.

10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou analisar a relação entre a escolaridade das gestantes e seu padrão alimentar durante o período gestacional, considerando o consumo de alimentos in natura e ultraprocessados. Contrariando a hipótese inicial de que gestantes com menor escolaridade apresentariam hábitos menos saudáveis, os resultados evidenciaram que o grupo com escolaridade ensino fundamental completo e incompleto destacou-se por um consumo elevado de alimentos in natura e baixa ingestão de ultraprocessados, mantendo uma alimentação mais tradicional e culturalmente enraizada.

Já entre as gestantes com ensino superior, embora o consumo de alimentos in natura também tenha sido elevado, observou-se maior coexistência com ultraprocessados, refletindo a complexidade do cenário alimentar contemporâneo, que combina práticas saudáveis com conveniências industrializadas.

Esses achados reforçam a importância de não generalizar a relação entre escolaridade e qualidade da dieta, destacando que fatores culturais, rotinas familiares e influências sociais exercem grande impacto sobre as escolhas alimentares. Ainda assim, tornam evidente a necessidade de ações educativas contínuas e adaptadas, que considerem não apenas o nível de instrução, mas o contexto de vida de cada gestante.

Os dados obtidos neste trabalho podem servir de subsídio para o planejamento de estratégias de educação nutricional no pré-natal, contribuindo para orientar práticas alimentares mais conscientes e saudáveis, fortalecendo o cuidado materno-infantil. Assim, esta pesquisa amplia o olhar sobre o comportamento alimentar na gestação, reiterando que intervenções nutricionais devem ser personalizadas, respeitando as especificidades e potencializando o protagonismo das gestantes em seu processo de cuidado.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA BRASIL. Taxa de alfabetização chega a 93% da população brasileira, revela IBGE. Brasília, 03 maio 2024. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2024-05/taxa-de-alfabetizacao-chega-93-da-populacao-brasileira-revela-ibge>. Acesso em: 16 abr. 2025.

BAIÃO, M. R.; DESLANDES, S. F. Práticas alimentares na gestação e o impacto da formação profissional sobre as ações de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 159–167, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/kzSzjvfyD3WrBv5YHg9Fjzt>. Acesso em: 23 abr. 2025.

BERINGUY, C. Proporção de jovens de 6 a 14 anos no ensino fundamental cai pelo terceiro ano. Agência IBGE Notícias, Rio de Janeiro, 05 jun. 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/39530-proporcao-de-jovens-de-6-a-14-anos-no-ensino-fundamental-cai-pelo-terceiro-ano>. Acesso em: 16 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Educação. MEC e Inep divulgam resultado do Censo Superior 2023. Agência Gov, Brasília, 10 out. 2024. Disponível em: <https://agenciagov.ebc.com.br/noticias/202410/mec-e-inep-divulgam-resultado-do-censo-superior-2023>. Acesso em: 16 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. A Influência da Publicidade nas Escolhas Alimentares. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2023/a-influencia-da-publicidade-nas-escolhas-alimentares>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Pré-natal. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/g/gravidez/pre-natal>. Acesso em: 01 ago. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Situação alimentar e nutricional de gestantes na Atenção Primária à Saúde no Brasil. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/situacao_alimentar_nutricional_gestantes_atencao.pdf.

COSTA, C. S. et al. Contribuição dos alimentos ultraprocessados no perfil alimentar e nutricional de gestantes. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 37, n. 2, e00030120, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2021.v37n2/e00030120/>. Acesso em: 26 jun. 2025.

FERREIRA, L. L. M. et al. Hábitos alimentares das gestantes brasileiras: revisão integrativa da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 2, p. 533-546, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/S4mtxM5F5K4bC4BRhdF6Bch>. Acesso em: 23 abr. 2025.

FREITAS, F. S.; MACHADO, A. R. G. A relação da alimentação da gestante e a influência no desenvolvimento fetal. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 15, p. e440101522065, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/44065/35368/462903RSD>.

GOMES, C. B. A. et al. Prenatal nursing consultation: narratives of pregnant women and nurses. *Texto & Contexto - Enfermagem*, v. 28, p. e20170544, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2017-0544>. Acesso em: 01 ago. 2024.

GUIMARÃES, A. F.; SILVA, S. M. C. S. Necessidades e recomendações nutricionais na gestação. *Cadernos – Centro Universitário São Camilo, São Paulo*, v. 9, n. 2, p. 36–49, abr./jun. 2003.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Em 2022, analfabetismo cai, mas continua mais alto entre idosos, pretos e pardos e no Nordeste. *Agência IBGE Notícias*, 07 jun. 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/37089-em-2022-analfabetismo-cai-mas-continua-mais-alto-entre-idosos-pretos-e-pardos-e-no-nordeste>. Acesso em: 16 abr. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP). MEC e Inep contextualizam resultados do Censo Escolar 2024. Brasília: Ministério da Educação, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/censo-escolar/mec-e-inep-contextualizam-resultados-do-censo-escolar-2024>. Acesso em: 16 abr. 2025.

LEÃO, L. S. R. et al. Qualidade da dieta de gestantes no âmbito da Atenção Primária à Saúde. *Revista de Nutrição, Campinas*, v. 35, e220014, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/ThhZLMYRXYGsbjvFSwkp4Dp/?lang=pt>. Acesso em: 26 jun. 2025.

MORRISON, J. L.; REGNAULT, T. R. H. Nutrition in Pregnancy: Optimising Maternal Diet and Fetal Adaptations to Altered Nutrient Supply. *Nutrients*, v. 8, n. 6, p. 342, 2016. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4924183/>. Acesso em: 01 ago. 2024.

RAMALHO, R. A.; SAUNDERS, C. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. *Revista de Nutrição, Campinas*, v. 13, n. 1, p. 11-16, jan./abr. 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/pn34GrZdz6rrFfDwqCpycFH>. Acesso em: 15 maio 2025.

ROCHA JÚNIOR, A. B. da et al. A importância dos hábitos alimentares maternos no desenvolvimento fetal. *European Academic Research*, v. 9, n. 4, p. 1855–1871, 2021. Disponível em: <https://euacademic.org/UploadArticle/5591.pdf>.

SEBOKA, B. T. et al. Factors associated with dietary patterns and nutritional status among pregnant women in the AM-HDSS, Southern Ethiopia: A community-based study. PLOS ONE, v. 16, n. 8, e0255805, 2021. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0255805>. Acesso em: 18 jun. 2025.

SHAHIDI, S. H. et al. Impact of nutrition education based on the Health Promotion Model on dietary pattern during pregnancy. Journal of Education and Health Promotion, v. 10, n. 1, p. 273, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5769180/>. Acesso em: 18 jun. 2025.

SILVA, A. B.; PEREIRA, C. D. A influência da escolaridade na percepção sobre alimentos considerados saudáveis. Revista Educação Popular, Uberlândia, v. 17, n. 2, p. 45-60, jul./dez. 2018. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/reveducpop/article/view/23878/14616>. Acesso em: 6 jun. 2025.

SILVA. "Quando tem como comer, a gente come": fontes de informações sobre alimentação na gestação e as escolhas alimentares. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 33, n. 1, p. 125- 146, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/FpYtPvsgzQ4MDPmf94KCZzB/>. Acesso em: 26 maio 2025.

TEIXEIRA, D. et al. Alimentação e nutrição na gravidez. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável - Direção-Geral da Saúde, Lisboa, 2015. Disponível em: <https://nutrimento.pt/activeapp/wp-content/uploads/2015/04/Alimentacao-e-nutricao-na-gravidez.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2024.

TORAL, N.; SLATER, B. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. Ciência & Saúde Coletiva, v. 12, n. 6, p. 1641–1650, nov. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232007000600025>. Acesso em: 01 ago. 2024.

UNFPA - Fundo de População das Nações Unidas. A Maternidade precoce: enfrentando o desafio da gravidez na adolescência. Situação da População Mundial 2013. Fundo de População das Nações Unidas, 2013. Disponível em: <http://www.unfpa.org.br/Arquivos/swop2013.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2024.

APÊNDICE I – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Você está sendo convidado(a) a participar do estudo "ESCOLARIDADE E CONHECIMENTO ALIMENTAR NA GESTAÇÃO" tendo por objetivo verificar o conhecimento alimentar de gestantes segundo a escolaridade.

Sua participação constará de uma avaliação de ingesta de alimentos por meio de QFA (Questionário de frequência alimentar).

Seu nome não será utilizado em qualquer fase da pesquisa, sendo mantido o anonimato, bem como o sigilo das informações obtidas, respeitado sua privacidade e livre decisão de querer ou não participar do estudo, podendo se retirar dele em qualquer momento, bastando para isso expressar a sua vontade, sem penalização ou prejuízo de qualquer natureza.

Está pesquisa não implica em remuneração para o pesquisador ou para o pesquisado e não trará despesas, gastos ou danos para os entrevistados. Os riscos são o constrangimento devido as perguntas e benefícios serão o conhecimento para a pesquisa.

Desde já, agradeço sua participação, que será imprescindível não somente para a realização do presente estudo, mas também para auxiliar na determinação de verificar o conhecimento alimentar de gestantes segundo a escolaridade.

DECLARAÇÃO

Eu _____ portador do RG nº _____, acredito ter sido suficiente informado a respeito das informações que li ou que foram lidas para mim, descrevendo o estudo "ESCOLARIDADE E CONHECIMENTO ALIMENTAR NA GESTAÇÃO". Ficaram claros quais são os seus propósitos e estou ciente de tanto o questionário sociodemográfico como o QFA(questionário de frequência alimentar) não oferecem nenhum desconforto, exposição ou risco à minha saúde física e/ou psicológica.

Ficou claro também que a minha participação é isenta de despesas e que tenho garantia do acesso aos resultados e de esclarecer minhas dúvidas em qualquer tempo. Concordo voluntariamente em participar deste estudo e poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidade ou prejuízo ou perda de qualquer natureza.

Para possíveis informações ou esclarecimento a respeito da pesquisa, você poderá entrar em contato com a secretaria do CEP da UNIVÁS pelo telefone (35) 3449-9269, em Pouso Alegre - MG, no período das 08h às 12h e das 14h às 17h de Segunda a Sexta-feira. E-mail; pesquisa@univas.edu.br

Pouso Alegre, _____ de _____ de 202__

Assinatura do(a) paciente

Assinatura do pesquisador(a)

APENDICE II- TERMO DE ANUÊNCIA INTITUCIONAL
--

TERMO DE ANUÊNCIA INSTITUCIONAL

(Autorização para coleta de dados)

Local: Hospital das Clínicas Samuel Libanio

Destinatário: Saulo Gonçalves Lamas

Prezado (a) senhor (a) Saulo Gonçalves Lamas

Eu, Cléo de Paula Barberis, aluna matriculada sob o nº 98021534, orientada pela prof. (a) Mestre(a) Claudia Sebba Tosta de Souza, ambas da Universidade do Vale do Sapucaí – UNIVÁS, do curso de Nutrição, vimos por meio desta, solicitar autorização para realizar a coleta de dados nesta instituição em vista da realização da pesquisa intitulada "Escolaridade e conhecimento alimentar na gestação" que objetiva verificar o conhecimento alimentar de gestantes segundo a escolaridade. Os participantes de que a pesquisa necessitará serão mulheres gestantes maiores de 18 anos. Nesta pesquisa serão coletados dados, por meio de um questionário de frequência alimentar (QFA) como também perguntas sobre alimentação nessa fase. O projeto desta pesquisa será primeiramente cadastrado na Plataforma Brasil, contando com sua autorização, que o encaminhará ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). Para apreciação do estudo para então ser liberado, garantindo que todos os procedimentos estarão em conformidade com pesquisas envolvendo seres humanos.

Atenciosamente,

Cléo de Paula Barberis

Discente do curso de Nutrição

Cléo de Paula Barberis

Cláudia Sebba Tosta de Souza

Prof. (a) orientador(a)

Claudia Sebba Tosta de Souza

Estou ciente da pesquisa e autorizo: **Dr. Saulo G. Lamas**
DIRETOR TÉCNICO
HOSPITAL DAS CLÍNICAS SAMUEL LIBÂNIO

Dr. Saulo Gonçalves Lamas

Data: 30/9/24

APENCICE III - QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRAFICO

Número de identificação: _____

Idade: _____

I. Estado Civil

() Solteira () Casada () Divorciada () Viúva () Separada

II. Qual é o seu nível de escolaridade?

() Sem escolaridade

() Ensino Fundamental Incompleto

() Ensino Fundamental Completo

() Ensino Médio Incompleto

() Ensino Médio Completo

() Ensino Superior Incompleto

() Ensino Superior Completo

Outro: _____

III. Quantas pessoas residem na mesma residência que você? _____

IV. Faz acompanhamento médico? ()

SIM () NÃO

V. Já teve gestações anteriores?

() SIM () NÃO

Caso responda SIM, quantas gestações anteriores _____

VI. Número de refeições ao dia.

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () Mais...

VII. Costuma realizar as refeições sozinha ou com mais pessoas?

() Sozinha () Acompanhada

VIII. Você entende a importância de uma boa alimentação em todas as fases da vida e inclusive durante o período gestacional?

() SIM () NÃO

IX. Você conhece os benefícios do consumo de fibras durante a gestação?

() SIM () NÃO

X. Você evita o consumo de alimentos ricos em açúcares e gorduras durante a gestação?

() SIM () NÃO

XI. Você tem alguma restrição alimentar ou condição de saúde que afete sua dieta durante a gestação?

() SIM () NÃO

Se sim, qual? _____

XII. Você recebe/recebeu orientação nutricional durante o pré-natal?

() SIM () NÃO

APENDICE IV - QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR

Indique com que frequência costuma consumir as seguintes bebidas e alimentos	Uma vez ao dia	Mais de uma vez ao dia	Uma vez por semana	Mais de uma vez por semana	Raramente ou nunca
1. Café					
2. Refrigerantes					
3. Leite ou derivados (ex.: queijo e iogurte)					
4. Suco natural					
5. Suco pronto (industrializado)					
6. Chá					
7. Água					
8. Doces					
9. Hambúrgueres e salgadinhos					
10. Batata frita					
11. Frutas					
12. Verdura					
13. Legumes					
14. Massas (macarrão)					
15. Pão					
16. Arroz					
17. Feijão					
18. Carnes					
19. Ovos					
20. Outro que faça parte do seu hábito. Especifique.					

ANEXO 1 - PARECER SUBSTANCIADO DO CEP

FACULDADE DE CIÊNCIAS
MÉDICAS DR.JOSÉ ANTÔNIO
GARCIA COUTINHO - FACIMPA



Continuação do Parecer: 7.230.491

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2430181.pdf	25/10/2024 11:04:56		Aceito
Outros	Carta_resposta.pdf	25/10/2024 11:04:15	CLAUDIA SEBBA TOSTA DE SOUZA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	BROCHURA.pdf	25/10/2024 11:03:35	CLAUDIA SEBBA TOSTA DE SOUZA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	25/10/2024 11:02:57	CLAUDIA SEBBA TOSTA DE SOUZA	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_ROSTO.pdf	30/09/2024 20:39:29	CLAUDIA SEBBA TOSTA DE SOUZA	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	30/09/2024 20:29:23	CLAUDIA SEBBA TOSTA DE SOUZA	Aceito
Orçamento	ORCAMENTO.pdf	30/09/2024 20:29:02	CLAUDIA SEBBA TOSTA DE SOUZA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

POUSO ALEGRE, 18 de Novembro de 2024

Assinado por:
Silvia Mara Tasso
(Coordenador(a))