

NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

Efetividade de uma intervenção nutricional baseada na classificação NOVA de alimentos no ganho de peso em gestantes com sobrepeso: um ensaio clínico aleatório controlado.

Daniela Saes Sartorelli; Livia Castro Crivellenti; Laércio Joel Franco; Rosa Wanda Diez-Garcia.

Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto - SP - Brasil.

INTRODUÇÃO

O elevado consumo de produtos ultraprocessados na gestação é diretamente associado à obesidade materna, ganho ponderal excessivo, retenção de peso pós-parto e adiposidade neonatal. O objetivo do presente estudo foi avaliar o efeito de uma intervenção nutricional baseada no incentivo ao consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados, em substituição aos ultraprocessados, na prevenção do ganho de peso excessivo em gestantes com sobrepeso.

MÉTODOS

Um ensaio clínico aleatório controlado foi conduzido em sete unidades básicas de saúde de Ribeirão Preto, SP, entre 2018 e 2021. Gestantes adultas com sobrepeso ($n = 350$) foram aleatoriamente alocadas nos grupos controle (GC) ou intervenção (GI). A intervenção consistiu em três sessões de aconselhamento nutricional baseadas no incentivo ao consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados, em substituição aos ultraprocessados, de acordo com a classificação NOVA, e ao incentivo à prática de atividades físicas. O desfecho primário foi a proporção de mulheres com ganho de peso semanal excessivo. Hipertensão gestacional, diabetes *mellitus* gestacional, pré-eclâmpsia, prematuridade e parto vaginal foram desfechos secundários. Modelos de regressão logística ajustados por idade materna, tabagismo na gestação, paridade, exercício de atividade remunerada na ocasião da randomização, semana gestacional de aferição do último peso e unidade de saúde de pré-natal foram empregados. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 69997717.6.0000.5414) e seguiu as diretrizes do CONSORT. Registro Brasileiro de Ensaio Clínicos (RBR-2w9bhc).

RESULTADOS

Dados completos de ganho de peso estavam disponíveis para 121 mulheres do GI e 139 do GC. Empregando-se o princípio da intenção de tratar modificado, verificou-se menor proporção de mulheres do GI com ganho de peso gestacional excessivo em relação ao GC (62,0% vs. 73,4%, $p=0,049$). Observou-se menor tendência de ganho de peso médio (DP) total entre a linha de base (≤ 16 semanas gestacionais) e 34-36 semanas gestacionais [8,9 (4,3) vs. 10,1 (4,6), $p=0,07$] e ganho de peso médio semanal no segundo e terceiro

trimestres [0,43 (0,2) vs. 0,47 (0,2), $p=0,09$] entre as gestantes do GI, porém sem diferenças estatisticamente significantes. Em modelos de regressão logística ajustados, verificou-se uma menor chance das mulheres do GI apresentarem ganho de peso excessivo [OR 0,56 (IC 95% 0,32; 0,98, $p=0,04$], quando comparadas ao GC. Não foram observadas diferenças entre os grupos de tratamento para os demais desfechos maternos de saúde investigados.

CONCLUSÃO

O presente estudo foi inédito ao demonstrar que o aconselhamento nutricional baseado na classificação NOVA de alimentos, aliado ao incentivo à prática de atividades físicas, é efetivo na prevenção do ganho de peso excessivo em gestantes com sobrepeso.

Financiamento: FAPESP (2017/15386–2, 2017/18980–2, 2021/06586-3, 2021/06486-9), CNPq (406000/2018–2, 302487/2018–2), CAPES, FAEPA.

Palavras-chave: Nutrição pré-natal|Sobrepeso|Ganho de peso na gestação|Ensaio clínico controlado aleatório|Processamento de alimentos