

FATORES DE RISCO ASSOCIADOS AO CICLO GRAVÍDICO PUERPERAL E SUA RELAÇÃO COM A NUTRIÇÃO

Cristina Minuzzi Gularte, Giovana Vechi
Universidade do Vale do Itajaí, Itajaí, SC-Brasil
giovanavechi@univali.br

Introdução: A assistência pré-natal qualificada é necessária no acompanhamento de todo ciclo gravídico puerperal no sentido de orientação e diagnóstico precoce de qualquer intercorrência para a mãe e o filho no período gestacional e puerperal. Para isso, deve contar com um atendimento multiprofissional, com inclusão do nutricionista, pautado no respeito à fisiologia da gravidez e do parto bem como no diálogo e promoção da autonomia feminina. **Objetivo:** revisar os fatores de risco associados ao ciclo gravídico-puerperal relacionados com a nutrição. **Metodologia:** foi realizada uma revisão bibliográfica na qual foram incluídos como fatores de risco relacionados à nutrição: diabetes gestacional, oligodrâmio, pré-eclâmpsia, baixo peso, sobrepeso ou obesidade, depressão e ansiedade. Todos estes fatores selecionados também foram utilizados como palavras-chave para a busca nas bases de dados Pubmed, Google acadêmico e Scielo. **Resultados:** Evidenciou-se nos resultados encontrados a importância da assistência e orientação médica e nutricional individualizada durante o pré-natal, ficando explícita a grande relevância ao tratamento precoce dos fatores de riscos e suas complicações visando sempre o bem-estar materno fetal. Verificou-se que os riscos estudados podem ser evitados e tratados (de forma conjunta com medicamentos, quando necessário) com uma dieta equilibrada, baixa ingestão de produtos industrializados ricos em sódio, açúcar e gordura trans, adequada ingestão hídrica, distribuição correta de calorias e macronutrientes, adequado ganho de peso gestacional, e por fim, atividade física. **Conclusões:** Dentre os principais riscos abordados neste artigo, destaca-se aqueles que podem ser prevenidos ou tratados com dietoterapia. Conclui-se que a alimentação adequada pode ser uma grande aliada na prevenção de riscos à mãe durante a gestação e puerpério, além de prevenir complicações ao recém-nascido.

Palavras chave: Nutrição pré-natal. Gravidez de alto risco. Complicações na gravidez.