



**CENTRO UNIVERSITÁRIO
SANTO AGOSTINHO**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO SANTO AGOSTINHO – UNIFSA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE NUTRIÇÃO**

PAULA LETÍCIA GARRIDO FEITOZA

**EFEITOS DO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS NA
GESTAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Teresina – PI

2025

PAULA LETÍCIA GARRIDO FEITOZA

**EFEITOS DO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS NA
GESTAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Artigo apresentado a
disciplina de Trabalho de
Conclusão de Curso- TCC, como
requisito para obtenção de nota,
sob orientação da Prof. Me. Dra.
Daniele Rodrigues Carvalho
Caldas.

Teresina -PI

2025

FICHA CATALOGRÁFICA

Centro Universitário Santo Agostinho - UNIFSA
Biblioteca Antônio de Pádua Emérito

F311e Feitoza, Paula Letícia Garrido.

Efeitos do consumo de alimentos ultraprocessados na
gestação: uma revisão integrativa / Paula Letícia Garrido Feitoza.
– 2025.

13 p.

Artigo (Bacharel em Nutrição) – Centro Universitário Santo
Agostinho - UNIFSA, Teresina, 2025.

“Orientação: Dra. Daniele Rodrigues Carvalho Caldas .”

Elaborada por Lílian Farias Pinto - CRB-3/1271

RESUMO:

Introdução: Os padrões de consumo entre gestantes no Brasil acompanham as tendências da transição nutricional. Observa-se, assim, o aumento da ingestão de açúcares e gorduras adicionados, bem como do consumo de doces e alimentos ultraprocessados. Tais padrões alimentares favorecem o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis e reduzem a qualidade da dieta (nutricional e alimentar), além de afetarem diretamente a saúde da mãe e do feto. **Objetivo:** Analisou-se as evidências que abordassem as consequências da presença de alimentos ultraprocessados na alimentação de mulheres grávidas e sua relação com o fornecimento adequado de nutrientes essenciais para esta fase da vida. **Métodos:** Revisão integrativa de literatura realizada através da busca nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (Scielo). **Resultados:** Foram selecionados 10 artigos, divididos em três categorias: Os malefícios do consumo de alimentos ultraprocessados durante a gestação; Fatores de risco associados ao alto consumo de alimentos ultraprocessados por gestantes; O consumo de alimentos ultraprocessados por gestantes brasileiras e sua associação com a qualidade nutricional. **Conclusão:** Verifica-se um elevado consumo de alimentos ultraprocessados entre gestantes. Entre os fatores de risco, destacam-se: baixa escolaridade, sedentarismo, menor idade e baixa renda familiar. Este cenário representa uma preocupação para a saúde pública, pois dietas ricas em alimentos ultraprocessados podem gerar diversos prejuízos à saúde materna e fetal, além de implicar maiores custos para os sistemas de saúde no futuro.

Palavras-chave: Ultraprocessados; nutrição; gestantes.

ABSTRACT:

Introduction: Consumption patterns among pregnant women in Brazil follow the trends of nutritional transition. Thus, there is an increase in the intake of added sugars and fats, as well as the consumption of sweets and ultra-processed foods. Such eating patterns favor the emergence of chronic non-communicable diseases and reduce the quality of the diet (nutritional and dietary), in addition to directly affecting the health of the mother and fetus. **Objective:** To analyze the evidence that addresses the consequences of the presence of ultra-processed foods in the diet of pregnant women and its relationship with the adequate supply of essential nutrients for this stage of life. **Methods:** Integrative literature review carried out by searching the Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Virtual Health Library (BVS) and Scientific Electronic Library Online (Scielo) databases. **Results:** Ten articles were selected, divided into three categories: The harms of consuming ultra-processed foods during pregnancy; Risk factors associated with high consumption of ultra-processed foods by pregnant women; Consumption of ultra-processed foods by Brazilian pregnant women and its association with nutritional quality. **Conclusion:** There is a high consumption of ultra-processed foods among pregnant women. Risk factors include low education level, sedentary lifestyle, younger age and low family income. This scenario is a concern for public health, as diets rich in ultra-processed foods can cause several harms to maternal and fetal health, in addition to implying higher costs for health systems in the future.

Keywords: Ultra-processed foods; nutrition; pregnant women.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	6
2	METODOLOGIA	7
2.1	TIPO DE ESTUDO.....	7
2.1.1	IDENTIFICAÇÃO DO TEMA E SELEÇÃO DA QUESTÃO DE PARTIDA.....	7
2.1.2	ESTABELECIMENTO DOS CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO	8
2.1.3	IDENTIFICAÇÃO DOS ESTUDOS PRÉ-SELECIONADOS E SELECIONADOS ..	9
3	RESULTADOS.....	10
4	DISCUSSÃO	14
4.1	OS MALEFÍCIOS DO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS DURANTE A GESTAÇÃO	14
4.2	FATORES DE RISCO ASSOCIADOS AO ALTO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS POR GESTANTES	15
4.3	O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS POR GESTANTES BRASILEIRAS E SUA ASSOCIAÇÃO COM A QUALIDADE NUTRICIONAL.....	16
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
	REFERÊNCIAS.....	19
	ANEXOS	21

1 INTRODUÇÃO

Os padrões de consumo entre gestantes no Brasil seguem as tendências temporais da transição nutricional, com isso, houve a diminuição do consumo de frutas e hortaliças, além do aumento da ingestão de açúcares e gorduras adicionados e o consumo de doces e alimentos ultraprocessados [1]. De acordo com Carreira et al. tais padrões alimentares, principalmente aqueles constituídos por alimentos ultraprocessados, favorecem o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis, reduzindo a qualidade geral da dieta (nutricional e alimentar), além de afetar diretamente o estado de saúde da mãe e do indivíduo no início da vida, associando-se a um maior potencial pró-inflamatório da dieta materna [2].

Há evidências que mostram os fatores mais comuns relacionados ao consumo dos alimentos ultraprocessados durante a gestação, são eles: idade, tabagismo, raça, escolaridade, renda, estado nutricional pré-gestacional, paridade, assim como o recebimento de orientações sobre alimentação saudável durante o pré-natal [3]. Conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira, os alimentos são classificados baseados na natureza, extensão e finalidade do processamento industrial, dividindo-se em alimentos in natura e minimamente processados, ingredientes culinários, alimentos processados e alimentos ultraprocessados [4].

Os alimentos ultraprocessados consistem em produtos industrializados feitos com componentes retirados ou derivados de alimentos naturais, perdendo grande parte de suas propriedades originais [5]. Além disso, Carreira et al. [2] destacam que esses alimentos costumam conter aditivos químicos, como corantes, aromatizantes, emulsificantes, que modificam as características sensoriais do alimento. O alto consumo desses alimentos na gestação, correlaciona-se à obesidade materna, aumento de peso gestacional e da gordura corporal, tendo como consequências o maior risco para parto cesáreo, macrosomia fetal e recém-nascidos grandes para a idade gestacional [4].

Estudos têm demonstrado que uma nutrição adequada durante a gestação é fundamental para a prevenção de desfechos gestacionais negativos. Diante disso, a alimentação da gestante deve ser caracterizada pela ingestão de alimentos variados, especialmente aqueles de origem vegetal, como frutas, legumes e verduras, bem como seguir as recomendações nutricionais e orientações dietéticas vigentes, para assim, suprir as necessidades e garantir o desenvolvimento adequado do feto durante este importante período do ciclo de vida [6].

Analisou-se as evidências disponíveis que abordassem as consequências da presença de alimentos ultraprocessados na alimentação de mulheres grávidas e sua relação com o fornecimento adequado de nutrientes essenciais para esta fase da vida.

2 METODOLOGIA

2.1 Tipo de estudo

Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, utilizando pesquisa bibliográfica e análise de dados secundários de publicações e pesquisas específicas sobre o assunto: Efeitos do consumo de alimentos ultraprocessados na gestante. A revisão integrativa foi realizada por meio das seguintes etapas:

2.1.1 Identificação do tema e seleção da questão de partida

O tema do estudo determinou a estratégia PECO, consiste em uma abreviação para paciente ou população (P), exposição (E), comparação (C), e desfecho ou resultado (O). Esta estratégia foi aplicada para o desenvolvimento da questão norteadora desta revisão integrativa da literatura: Quais são as consequências do consumo dos alimentos ultraprocessados durante a gestação? Conforme o quadro 1.

Quadro 1. Elementos de estratégia PECO e descritores utilizados - Teresina, PI, Brasil, 2025.

Elementos	DeCS	MeSH
P Incidência Gestantes	Incidência Gestantes	Incidence Pregnant women
E Consumo de alimentos ultraprocessados	Consumo de alimentos ultraprocessados	Consumption of ultraprocessed foods
C -	-	-
O Doenças crônicas não transmissíveis	Doenças crônicas não transmissíveis Obesidade Diabetes Hipertensão Baixo peso ao nascer	Chronic noncommunicable diseases

Fonte: A autora segunda as bases de dados, 2025.

Os termos utilizados no processo de busca serão classificados e combinados na base de dados, resultando em estratégias específicas para cada ferramenta de busca.

Quadro 2. Estratégias de busca utilizadas nas bases de dados BVS, LILACS e Scielo - Teresina, PI, Brasil, 2025.

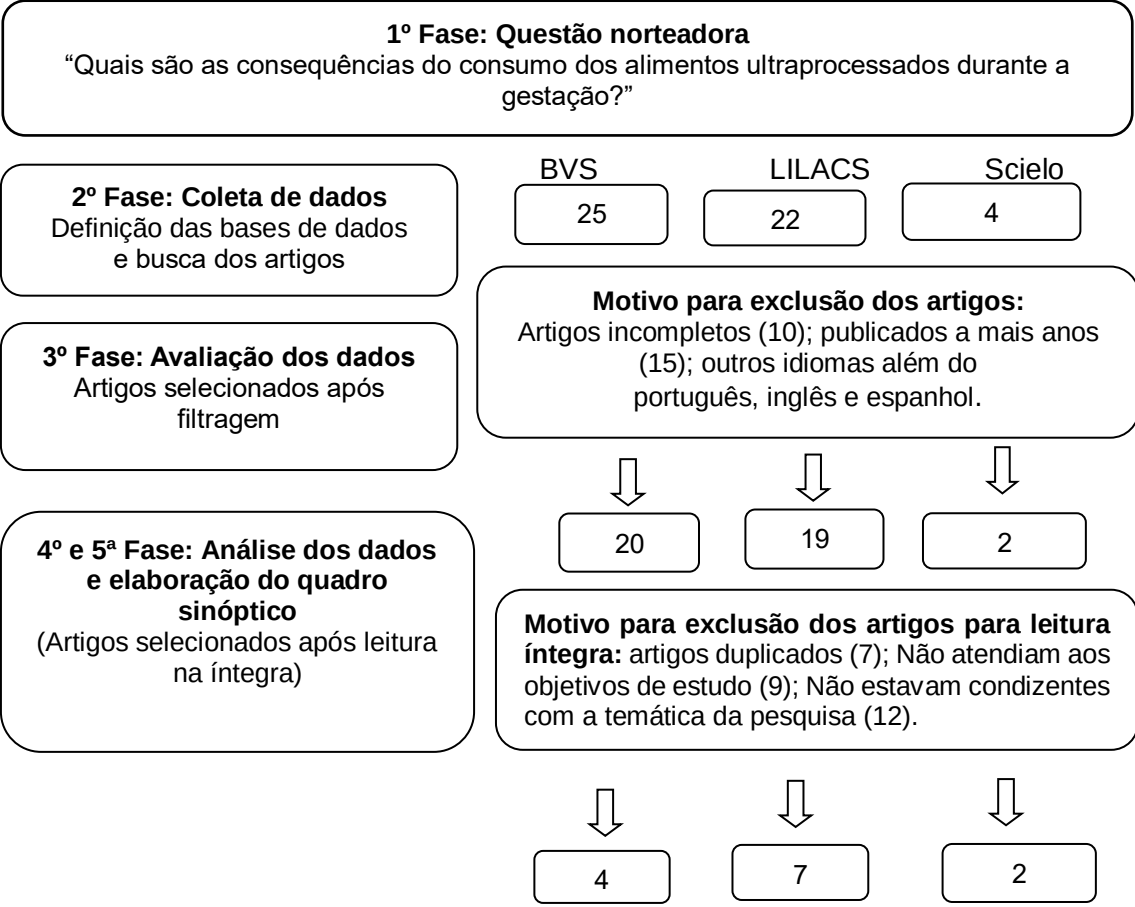
Base de Dados	Estratégia de busca	Achados	Filtrados	Selecionados
BVS	consumo de alimentos ultraprocessados AND gestantes AND nutrição AND (type:("article")) AND (year_cluster:[2020 TO 2025])	25	20	4
LILACS	(Consumo de alimentos ultraprocessados) AND (Gestante)	22	19	7
Scielo	(Consumo de alimentos ultraprocessados) AND (Nutrição da Gestante)	4	2	2

Fonte: Dados da Pesquisa, 2025.

2.1.2 Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão

Os critérios de inclusão do presente estudo foram artigos disponíveis na íntegra, online e em português, inglês e/ou espanhol, publicados entre os anos 2020 à 2025; bem como outras pesquisas de forma atemporal nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (Scielo). A estratégia de busca por artigos publicados nas bases de dados citadas foi a utilização dos descritores: Consumo de alimentos ultraprocessados e gestantes.. Os critérios de exclusão foram: artigos não originais, que não atendessem à temática da pesquisa, artigos que não estivessem disponíveis na íntegra, artigos incompletos e com teor duvidoso.

Figura 1. Fluxograma de identificação, seleção e inclusão dos estudos da revisão integrativa.



Fonte: Autoria própria segundo as bases de dados, 2025.

2.1.3 Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados

A análise da seleção dos estudos foi realizada em duas fases. Na primeira etapa, os artigos foram pré-selecionados conforme os critérios de inclusão e exclusão, bem como a estratégia de operação e busca de cada base de dados. Na segunda etapa, os artigos foram selecionados após a filtragem; em seguida, os dados passaram por uma análise, assim como pela elaboração de uma tabela que resumisse os artigos para a leitura na íntegra.

3 RESULTADOS

A partir dos estudos levantados, estabeleceram-se variáveis pertinentes para a observação das produções científicas referentes à pesquisa, conforme apresentado na Tabela 1.

Tabela 1. Distribuição das produções científicas segundo o ano de publicação, abordagem metodológica e bases de dados, Teresina, 2025.

VARIÁVEIS	N	%
ANO DE PUBLICAÇÃO		
2024	01	11,11
2023	05	55,55
2022	01	11,11
2021	01	11,11
2020	03	33,33
Total	11	100,00
ABORDAGEM METODOLÓGICA		
Quantitativa	06	77,77
Qualitativa	04	44,44
Quanti-quali	01	11,11
Total	11	100,00
BASES DE DADOS		
SCIELO	02	22,22
LILACS	06	66,66
BVS	04	44,44
TOTAL	11	100,00

Fonte: Banco de dados da BVS, 2025.

Conforme a Tabela 1, foi possível observar que o ano de 2023 se destacou com a maioria das publicações, e que a abordagem metodológica predominante foi a quantitativa.

Os onze artigos foram organizados segundo o ano de publicação, o título, a revista, a base de dados e o tipo de estudo, como pode ser observado no Quadro 3.

Quadro 3. Caracterização dos artigos segundo o ano, autor, título e principais resultados. Teresina- Pi, 2025.

Autor/ Ano	Título	Tipo de Estudo	Principais resultados
SCHUBBE <i>et al.</i> , 2024	Ultra-processed food consumption during pregnancy and newborn	Estudo prospectivo, quantitativo	Os resultados demonstram uma tendência de associação positiva entre o peso de recém-nascidos

	weight		grandes para idade gestacional e o consumo de alimentos ultraprocessados durante a gestação, sendo que o maior consumo de alimentos ultraprocessados está associado à renda familiar entre R\$ 1.000 e R\$ 3.000.
FRAGA; THEME; BASTOS, 2023	Factors associated with ultra-processed foods consumption in a cohort of Brazilian pregnant women.	Estudo de coorte prospectivo, quantitativo	A prática de atividade física no lazer antes e durante a gestação é um fator potencialmente modificável associado ao menor consumo desses alimentos. Uma alimentação pouco saudável antes e durante a gestação pode ter consequências negativas para a saúde da mãe e do feto.
OLIVEIRA <i>et al.</i> , 2023	Impacto do consumo de alimentos ultraprocessados na qualidade da alimentação de gestantes brasileiras atendidas na atenção primária à saúde	Estudo transversal, qualitativo	Uma maior ingestão de alimentos ultraprocessados impacta negativamente a qualidade nutricional da dieta e empobrece a ingestão de nutrientes por gestantes. A redução do consumo de alimentos ultraprocessados pode melhorar amplamente a adesão às diretrizes alimentares em gestantes e promover a saúde materna e neonatal.
MARIANO <i>et al.</i> , 2023	Alimentos ultraprocessados e a qualidade nutricional da dieta de gestantes brasileiras	Estudo transversal, qualitativo	Os resultados mostram que o maior consumo de alimentos ultraprocessados está associado à redução da qualidade nutricional da dieta de gestantes brasileiras.
AMARAL <i>et al.</i> , 2023	Associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e imagem corporal, estado nutricional e atividade física de gestantes na Atenção Primária à Saúde	Estudo transversal qualitativo	As gestantes apresentaram alto consumo de alimentos ultraprocessados. Ter imagem corporal negativa, menor nível de atividade física, estado nutricional pré-gestacional elevado são condições que influenciaram o consumo desses alimentos.
OLIVEIRA <i>et</i>	Consumo de	Estudo de	Neste estudo, foi

<i>al.</i> , 2023	alimentos in natura, processados e ultraprocessados de gestantes atendidas pela Estratégia Saúde da Família no oeste da Bahia	coorte, transversal, quantitativo	possível compreender que o consumo da maioria dos nutrientes analisados foi inadequado segundo as recomendações para gestantes, destacando-se o elevado consumo de sódio proveniente dos alimentos processados e, em segundo lugar, de ultraprocessados.
PACHECO <i>et al.</i> , 2022	Estado nutricional e hábitos alimentares de gestantes de uma comunidade socialmente vulnerável	Pesquisa de campo, transversal, quantitativo	Entre as gestantes, houve alto consumo de alimentos açucarados, industrializados e ricos em gordura saturada, o que pode ser preocupante, pois esses alimentos quando consumidos em excesso podem ser prejudiciais para a saúde materna-fetal.
GRACILIANO; SILVEIRA; OLIVEIRA, 2021	Consumo de alimentos ultraprocessados reduz a qualidade global da dieta de gestantes.	Estudo transversal, quanti-qualitativo	Este trabalho fornece evidências de que a proporção de 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 para a população
PEREIRA <i>et al.</i> , 2020	Maternal and Sociodemographic Factors Influence the Consumption of Ultraprocessed and Minimally-Processed Foods in Pregnant Women.	Estudo transversal, analítico e descritivo, qualitativo	Os resultados do presente estudo sugerem que ser a gravidez na adolescência e ter fumado durante a gestação influenciam no aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, o que, consequentemente, pode impactar na qualidade das escolhas alimentares das gestantes.
BECKER <i>et al.</i> , 2020	Can the pregnant woman's food intake be influenced by her clinical condition	Estudo transversal, aninhado em estudo de coorte,	Apesar do alto consumo energético, observamos que as gestantes com diagnóstico de diabetes apresentaram padrão

	during pregnancy?	quantitativo	alimentar mais saudável.
CAMPOS <i>et al.</i> , 2020	Consumo de processados e ultraprocessados por gestantes De um município do tocanins	Estudo transversal, quantitativo	O consumo de alimentos ultraprocessados por gestantes, mostrou elevadas prevalências de inadequações de consumo dietético de ferro (86,7%) e ácido fólico (96,7%), sendo que a maioria das gestantes não alcançou os níveis de ingestões recomendados na gestação.

Fonte: Autoria própria segundo as bases de dados, 2025.

4 DISCUSSÃO

Após a leitura e análise profunda dos artigos selecionados para a discussão da pesquisa, destacaram-se três categorias por similaridade semântica, sendo elas: os malefícios do consumo de alimentos ultraprocessados durante a gestação; fatores de risco associados ao alto consumo de alimentos ultraprocessados por gestantes; e o consumo de alimentos ultraprocessados por gestantes brasileiras e sua associação com a qualidade nutricional.

4.1 Os malefícios do consumo de alimentos ultraprocessados durante a gestação

Mariano et al. [7] afirmam que uma alimentação saudável é de extrema importância para o desenvolvimento de uma gestação segura e saudável, além de melhorar a qualidade de vida da gestante. Por isso, o acompanhamento e planejamento nutricional são primordiais durante essa fase tão importante e delicada. De acordo com o Guia alimentar para a população brasileira a base da alimentação, em qualquer fase da vida, deve ser composta por alimentos in natura ou minimamente processados. Pois, esses grupos possuem um maior valor nutricional.

Contudo, os achados de Oliveira et al. [8] mostram que as gestantes que participaram da pesquisa têm uma menor proporção desses alimentos na sua dieta quando comparado com alimentos processados e ultraprocessados. Corroboram os achados de Pacheco et al. [9] ao mostrarem que as gestantes possuem um elevado consumo de alimentos industrializados e açucarados e ricos em gorduras saturadas. Os dados são preocupantes, uma vez que o alto consumo desses alimentos podem afetar negativamente a saúde da mãe do bebê.

Ademais, os autores evidenciaram que as participantes possuem um elevado consumo de sódio proveniente de alimentos processados e ultraprocessados. Tal fato chama a atenção, uma vez que o consumo excessivo ou insuficiente de sódio está relacionado a problemas hipertensivos na gestação [8].

Mariano et al. [7] afirmam que entre as diversas consequências do elevado consumo de alimentos ultraprocessados está o desenvolvimento de diabetes mellitus gestacional. Além disso, a alta ingestão de alimentos ultraprocessados pode desenvolver processos inflamatórios na dieta enquanto os alimentos in natura e minimamente processados tem uma ação anti-inflamatória [10]. Os autores também trazem a obesidade e aumento da gordura corporal do bebê como consequências de um consumo elevado desses alimentos.

Baseado no exposto, Pereira et al. [11] afirmam que as gestantes que não tiveram acompanhamento nutricional ou não receberam orientações sobre nutrição na

gestação tiveram menos chances de desenvolver hábitos saudáveis. Nesse sentido, é de suma importância que durante o pré-natal os profissionais desenvolvam ações de educação em saúde, palestras educativas e campanhas de conscientização sobre hábitos saudáveis na gestação.

A atuação do profissional da saúde ao repassar conhecimento e orientações para a gestante sobre hábitos nutricionais adequados e saudáveis durante as consultas de pré-natal é fundamental, pois pode proporcionar mudanças positivas na vida das gestantes e do bebê [11].

4.2 Fatores de risco associados ao alto consumo de alimentos ultraprocessados por gestantes

A pesquisa de Fraga, Theme e Bastos [12] analisou um conjunto de fatores que contribuem para um elevado consumo de alimentos ultraprocessados pelas gestantes. Os autores evidenciaram que gestantes com baixa escolaridade, maior paridade e que não possuem práticas regulares antes da gestação são mais propensas a consumirem alimentos ultraprocessados. Além disso, o estudo destaca a idade como um fator protetor, pois mulheres mais velhas tendem a optar por alimentos in natura e minimamente processados.

Corroborando com os achados acima, Becker et al. [13] destacam em suas pesquisas que gestantes com maior escolaridade e renda tendem a ter uma alimentação mais saudável durante a gestação e puerpério. Ademais, esse grupo é mais suscetível a rejeitar alimentos ultraprocessados e pobres em nutrientes. O estudo também mostra a importância da orientação e aconselhamento nutricional para a gestante desenvolver hábitos saudáveis.

Nesse sentido, é importante que o profissional esteja atento ao perfil alimentar e sociodemográfico das gestantes atendidas, com o objetivo de elaborar intervenções e aconselhamentos que atendam às necessidades das gestantes de forma individual. Dessa forma, para gestantes de baixa renda, sugere-se a elaboração de dietas que se encaixem no orçamento familiar dessa gestante, além de orientações em uma linguagem mais simples e direta [13].

No que concerne à idade, o estudo de Pereira et al. [11] evidencia que mulheres mais velhas tendem a reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados e possuem uma “consciência nutricional” maior do que mulheres mais jovens. As gestantes mais jovens que participaram da pesquisa possuem um consumo elevado de refrigerante, salgadinhos, pizza e batata frita, o que infere em um hábito alimentar prejudicial para o binômio materno-fetal.

Outro quesito analisado por Fraga, Theme e Bastos [12] foi que as gestantes que não praticavam atividades físicas regulares antes da gravidez são mais propensas a consumirem alimentos ultraprocessados. O estudo constatou que a prática regular de atividade física antes da gravidez é um importante preditor de atividade física durante a gestação. Corrobora-se o estudo de Amaral et al. [14] ao destacar um consumo maior desses alimentos por gestantes que não praticavam atividades físicas.

Schubbe et al. [10] relataram que gestantes menos escolarizadas a relatam um maior consumo de alimentos ultraprocessados. Nesse sentido, compreende-se que uma alimentação inadequada pode estar relacionada à falta de conhecimento sobre a importância de hábitos alimentares saudáveis e acesso a essas informações. Dessa forma, reforçar a importância do consumo de alimentos in natura, minimamente processados, com baixas calorias como carnes, frutas, fibras, verduras e grãos ao invés de alimentos ultraprocessados como salsinha e frios é primordial para a adesão de hábitos alimentares saudáveis [9].

Em síntese, Amaral et al. [14] reforçam a importância de um acompanhamento nutricional adequado durante todo o pré-natal. Esse acompanhamento permite que o profissional identifique os fatores de risco para uma alimentação inadequada e a partir disso, desenvolva medidas de intervenção e oriente mudanças nos hábitos da gestante, incluindo dieta e prática de exercícios físicos. Ademais, a identificação dos fatores de risco também é importante no desenvolvimento de medidas de controle e incentivo a práticas saudáveis durante o pré-natal.

4.3 O consumo de alimentos ultraprocessados por gestantes brasileiras e sua associação com a qualidade nutricional

A pesquisa de Oliveira et al. [8] mostra que o aumento excessivo de peso e a dificuldade de perder peso no pós-parto estão relacionados ao alto consumo de alimentos ultraprocessados. Ademais, o excessivo consumo desses alimentos está associado ao surgimento de inúmeras patologias durante a gestação como doenças hipertensivas e diabetes mellitus. Assim, nota-se a urgência do desenvolvimento de ações de educação em saúde voltadas para o ensino e orientação nutricional desse público.

Somado a isso, a pesquisa de Graciliano, Silveira e Oliveira [15] analisou o perfil nutricional de gestantes de uma UBS do nordeste brasileiro e evidenciou um menor consumo de comidas tradicionais (arroz, feijão, raízes e vegetais) e um aumento excessivo do consumo de alimentos ultraprocessados. Esse padrão alimentar traz preocupações para a comunidade da saúde, pois uma alimentação inadequada durante

o período gestacional pode provocar mudanças no ambiente intrauterino e comprometer contrariamente negativamente o desenvolvimento fetal.

A pesquisa de Oliveira et al. [16] também destaca uma relação inversa do elevado consumo de alimentos ultraprocessados pelas gestantes e a qualidade da dieta e saúde do binômio materno-fetal. Além do aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, o estudo verificou uma redução significativa de alimentos frescos e minimamente processados. Entre esses alimentos, destaca-se frutas, legumes, vegetais, sementes, alimentos ricos em fibras, feijão e carne, que ofertam nutrientes essenciais para a gestante e o bebê.

Ademais, Campos et al. [17] observaram uma alta prevalência em suas pesquisas de ganho de peso gestacional insuficiente, que se relacionou diretamente com o elevado consumo de proteínas e lipídios oriundos de alimentos ultraprocessados. Outra constatação da pesquisa foi que as gestantes tiveram um declínio no estado nutricional, tendenciando para um baixo peso. Somado a isso, Becker et al. [13] evidenciaram que a contribuição energética dos alimentos ultraprocessados é menor, quando comparado à alimentos saudáveis.

As limitações desta pesquisa estão relacionadas à escassez de publicações que abordem os efeitos do consumo de alimentos ultraprocessados durante a gestação, bem como à limitada combinação de descritores que contemplem essa temática. Diante disso, recomenda-se a realização de novos estudos científicos sobre o tema, com o objetivo de investigar os principais efeitos do consumo desses alimentos em gestantes, assim como os fatores de risco associados.

O aprofundamento do conhecimento científico sobre o assunto pode subsidiar orientações mais eficazes quanto à importância da alimentação saudável no período pré-natal, com um enfoque não apenas nutricional, mas também multiprofissional. Além disso, contribuirá para o rastreamento dos principais fatores de risco relacionados ao consumo elevado de alimentos ultraprocessados por gestantes, fortalecendo a base para futuras investigações científicas na área.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos revelaram que o elevado consumo de alimentos ultraprocessados se relaciona de forma inversa com o consumo de alimentos que são fontes de nutrientes essenciais para as gestantes, aumentando o risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, tanto para as gestantes quanto para seus filhos. Nesse sentido, é de suma importância o desenvolvimento de políticas públicas que englobem essas gestantes, oferecendo suporte, facilidade para acessar os serviços de saúde e, bem como o desenvolvimento de ações que alertem a população em geral sobre os malefícios do consumo de alimentos ultraprocessados e incentivem a população a consumir produtos in natura e minimamente processados. Sugere-se também o desenvolvimento de novas pesquisas com base populacional e que foquem em evidências relacionadas à situação nutricional, dieta e consumo de alimentos ultraprocessados pelas gestantes.

REFERÊNCIAS

1.
Gomes CB, Vasconcelos LG, Cintra RMG de C, Dias LC, Carvalhaes MA. Hábitos alimentares das gestantes brasileiras: revisão integrativa da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva* [Internet]. 2019 Jun;24(6):2293–306. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018246.14702017>.
2.
Natalia PC, Carolina M, Travieso GS, Sartorelli DS, Crivellenti CL. Fatores maternos associados ao consumo usual de alimentos ultraprocessados na gestação. *PubMed*. [Internet]. 2024 Jan 1;29(1). Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024291.16302022>.
3.
Santos NH, Eshriqui I, Franco AB, Cocate PG, Vilela AA, Benaim C, et al. Dietary intake variations from pre-conception to gestational period according to the degree of industrial processing: A Brazilian cohort. [Internet]. 2016 Out 1; 105:164–71. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666316302112>
4.
Moraes S, Nascimento S, Miranda AG, Kasawara K, Surita F. Body Mass Index Changes during Pregnancy and Perinatal Outcomes - A Cross-Sectional Study. *RBGO Gynecology and Obstetrics*. [Internet]. 2017 Dez 18;40(01):011–9. Available from: <https://doi.org/10.1055/s-0037-1608885>.
5.
Sartorelli DS, Crivellenti LC, Zuccolotto DC, Franco LJ. Relationship between minimally and ultra-processed food intake during pregnancy with obesity and gestational diabetes mellitus. *Cadernos de Saúde Pública*. [Internet]. 2019;35(4). Available from: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00049318>.
6.
Morrison J, Regnault T. Nutrition in Pregnancy: Optimising Maternal Diet and Fetal Adaptations to Altered Nutrient Supply. *Nutrients* [Internet]. 2016 Jun 4;8(6):342. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4924183/>
7.
Mariano KR, Andrade GC, Louzada MLC, Nakamura MU, Araujo EJ, Souza E. Ultra-processed foods and the nutritional quality of the diet of Brazilian pregnant women. *Revista da Associação Médica Brasileira*. [Internet] 2023 Jan 9; Available from: <https://doi.org/10.1590/1806-9282.20221230>.
8.
Oliveira EA, Gomes DR, Oliveira DS, Campos HMN. Consumo de alimentos in natura, processados e ultraprocessados de gestantes atendidas pela Estratégia Saúde da Família no oeste da Bahia. *Revista Baiana de Saúde Pública* [Internet]. 2023 Ago 8;47(2):123–43. Available from: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/09/1451801/rbsp_v47n2_08_3898.pdf
9.
Pacheco JR, Correia V, Dantas W, Silva, L Medeiros N, et al. Estado nutricional e hábitos alimentares de gestantes de uma comunidade socialmente vulnerável / Nutritional states and eating habits of pregnant women from a socially vulnerable community. [Internet].

2022 Jul 8;8(7):50253–66. Available from: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/09/1451801/rbsp_v47n2_08_3898.pdf

10.

Schrubbe V, Silva DL, Almeida CC, Taconeli CA, Elias CV, Macedo MS, et al. Ultra-processed food consumption during pregnancy and newborn weight. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil* [Internet]. 2024 Jan 1;24. Available from: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202400000189-en>

11.

Pereira MT, Cattafesta M, Santos Neto ET dos, Salaroli LB. Maternal and Sociodemographic Factors Influence the Consumption of Ultraprocessed and Minimally-Processed Foods in Pregnant Women. *RBGO Gynecology and Obstetrics*. [Internet]. 2020 Jun 19;42(07):380–9. Available from: <https://doi.org/10.1055/s-0040-1712996>

12.

Fraga AC, Theme MM, Bastos MP. Factors associated with ultra-processed foods consumption in a cohort of Brazilian pregnant women. *Cadernos de Saúde Pública* [Internet]. 2023 Jul 10;39:e00177022. Available from: <https://www.scielo.org/article/csp/2023.v39n6/e00177022/>.

13.

Becker PC, Mariot MD, Kretzer DC, Bosa VL, Goldani MZ, Silva CH, et al. Can the pregnant woman's food intake be influenced by her clinical condition during pregnancy? *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil* [Internet]. 2020 Jun;20(2):515–24. Available from: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/tkBbmKS6vyvjGDhCVyLNff/?format=pdf&lang=p>

14.

Amaral C, Mara G, Emanuele R, Silveira FR, Crivellenti LC, Silveira MF, et al. Associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e imagem corporal, estado nutricional e atividade física de gestantes na Atenção Primária à Saúde. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil* [Internet]. 2023 Jan 1; 23. Available from: <https://doi.org/10.22278/2318-2660.2023.v47.n2.a3898>

15.

Graciliano NG, Silveira JA, Oliveira AC. Consumo de alimentos ultraprocessados reduz a qualidade global da dieta de gestantes. *Cadernos de Saúde Pública* [Internet]. 2021;37(2). Available from: <https://www.scielo.br/j/csp/a/5rLSjsXRWn9cvDYJNmgwrTv/?format=pdf&lang=en>

16.

Paula WO, Gonçalves VS, Patriota ES, Franceschini SC, Pizato N. Impact of Ultra-Processed Food Consumption on Quality of Diet among Brazilian Pregnant Women Assisted in Primary Health Care. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2023 Jan 5;20(2):1015. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36673771/>

17.

Campos L, Castro M, Pinheiro B, Anjos F, Pereira R. Consumo de processados e ultraprocessados por gestantes de um município do tocantins. *Enciclopédia Biosfera* [Internet]. 2020 Mar 30;17(30). Available from: http://doi.org/10.18677/encibio_2020a5

FICHA CATALOGRÁFICA

Centro Universitário Santo Agostinho - UNIFSA
Biblioteca Antônio de Pádua Emérito

F311e Feitoza, Paula Letícia Garrido.

Efeitos do consumo de alimentos ultraprocessados na
gestação: uma revisão integrativa / Paula Letícia Garrido Feitoza.
– 2025.

13 p.

Artigo (Bacharel em Nutrição) – Centro Universitário Santo
Agostinho - UNIFSA, Teresina, 2025.

“Orientação: Dra. Daniele Rodrigues Carvalho Caldas .”

1. Ultraprocessados. 2. Nutrição. 3. Gestantes. I. Título.

CDD 664.028

Elaborado

a por Lílian Farias Pinto - CRB-3/1271



ASSOCIAÇÃO TERESINENSE DE ENSINO - ATE
CENTRO UNIVERSITÁRIO SANTO AGOSTINHO –
UNIFSA PRÓ-REITORIA DE ENSINO
NÚCLEO DE APOIO PEDAGÓGICO – NUAPE
COORDENAÇÃO DO CURSO DE NUTRIÇÃO

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO ELETRÔNICA NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL – RI/ UNIFSA

1. Identificação do material bibliográfico:

() Tese () Dissertação () Monografia (x) TCC Artigo () Livro
() Capítulo de Livro () Material Cartográfico ou Visual () Música
() Obra de Arte () Partitura () Peça de Teatro () Relatório de Pesquisa
() Comunicação e Conferência () Artigo de Periódico () Publicação Seriada
() Publicação de Anais de Evento.

2. Identificação do Trabalho Científico:

Curso de Graduação: Nutrição

Autor(a): Paula Leticia Garrido Feitoza

E-mail: paula-garrido09@hotmail.com

Orientador(a): Daniele Rodrigues Carvalho Caldas

Instituição: Centro Universitario Santo Agostinho

Titulação obtido: Efeitos do Consumo de Alimentos Ultraprocessados na Gestação: Uma Revisão Integrativa

Datada defesa: 11 / 06 / 2025

Titulo do trabalho: Efeitos do Consumo de Alimentos Ultraprocessados na Gestação: Uma Revisão Integrativa

(Em caso de dispensa de banca não preencher abaixo)

Membro da banca: _____

Instituição: _____

Membro da banca: _____

Instituição: _____

Membro da banca: _____

Instituição: _____

1. Informações de acesso ao documento no formato eletrônico:

Liberação para publicação:

Total: (x)

Parcial: () Em caso de publicação parcial especifique a(s) parte(s) ou o(s) capítulo(s) a serem publicados:_____

TERMO DE AUTORIZAÇÃO

Em atendimento ao Artigo 6º da Resolução do CONSUP nº 83/2017, autorizo o Centro Universitário Santo Agostinho – UNIFSA, a disponibilizar gratuitamente sem ressarcimento dos direitos autorais, o texto integral ou parcial da publicação supracitada, da minha autoria, em meio eletrônico, no Repositório Institucional (RI/UNIFSA), no formato especificado*para fins de leitura, impressa e/ou *download* pela *internet*, a título de divulgação da produção científica gerado pelo Centro Universitário Santo Agostinho a partir desta data.

Local: Teresina Data: 14 / 06 / 2025



Documento assinado digitalmente

PAULA LETICIA GARRIDO FEITOZA

Data: 14/06/2025 12:24:12-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Assinatura do(a)autor(a):_____

***Texto** (PDF); **imagem** (JPG ou GIF); **som** (WAV, MPEG, MP3); **vídeo** (AVI,QT)



Atlântica Editora
Praça Ramos Azevedo, 206/1910 Centro
01037-010 São Paulo SP
www.atlanticaeditora.com.br
sac@atlanticaeditora.com.br
tel: (11) 3129-0040

São Paulo, 22 de maio de 2025.

DECLARAÇÃO

É com grande satisfação que comunicamos que o artigo intitulado "[Efeitos do consumo de alimentos ultraprocessados na gestação: uma revisão integrativa](https://doi.org/10.62827/nb.v24i1.3058)", de autoria das autoras, Paula Letícia Garrido Feitoza, Daniele Rodrigues Carvalho Caldas, foi aceito pelo conselho editorial da Revista Nutrição Brasil, e foi publicado na edição v24n1 2025, doi: <https://doi.org/10.62827/nb.v24i1.3058> ISSN eletrônico: 2526-7779, ISSN impresso: 1677-0234.

Atenciosamente,

Rosilene Bernardino Alves

Rosilene Bernardino Alves
Editora Executiva
rose@atlanticaeditora.com.br