

Universidade de São Paulo
Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto

Programa de Pós-Graduação em Saúde Pública

Ana Laura Fogaça

**Adesão à dieta *Dietary Approaches to Stop Hypertension* durante a gestação e sua
relação com o peso ao nascer**

Ribeirão Preto, SP

2023

Ana Laura Fogaça

**Adesão à dieta *Dietary Approaches to Stop Hypertension* durante a gestação e sua
relação com o peso ao nascer**

Dissertação apresentada à Faculdade de Medicina de
Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo como
requisito para obtenção do Título de Mestre.

Área de Concentração: Saúde Pública

Orientadora: Profa. Dra. Daniela Saes Sartorelli

Ribeirão Preto, SP

2023

Resumo

Fogaça, Ana Laura. Adesão à dieta *Dietary Approaches to Stop Hypertension* durante a gestação e sua relação com o peso ao nascer. Ribeirão Preto, SP: Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto; 2023.

A adoção de uma alimentação saudável durante a gestação é um relevante fator protetor de desvios do peso ao nascer. Estudos prévios sugerem que uma maior adesão materna à dieta *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH), caracterizado pelo alto consumo de frutas, vegetais, cereais integrais, laticínios pobres em gordura e carnes magras, além de um baixo consumo de alimentos ricos em açúcar e sódio, reduz o risco de desfechos deletérios à saúde materna e fetal. O objetivo do presente estudo foi avaliar a relação entre a adesão à dieta DASH durante a gestação e a classificação do peso ao nascer segundo idade gestacional. Trata-se de uma análise secundária de uma coorte prospectiva de 601 pares de mães e filhos atendidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS) de Ribeirão Preto – SP. Dados sociodemográficos e de estilo de vida foram obtidos durante a gestação por meio de questionários estruturados. As mulheres foram submetidas à avaliação antropométrica e o consumo alimentar foi avaliado por meio de dois inquéritos recordatórios de 24 horas e um questionário de frequência alimentar previamente validado. A dieta usual foi estimada por meio do *Multiple Source Method*. Dados secundários de peso ao nascer, sexo do recém-nascido e idade gestacional no parto foram obtidos do Sistema de Informações sobre Nascidos Vivos. A relação entre a adesão à dieta DASH e as categorias de peso ao nascer foi investigada empregando-se modelos de regressão logística ajustados por fatores de confusão. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro de Saúde Escola da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto. A média (\pm DP) de idade observada entre as mulheres foi de 27 (\pm 5) anos. No total, 43,7% das mulheres estavam com excesso de peso durante a gestação e 67,4% delas pertenciam à classe socioeconômica C. Em relação a classificação de peso para idade gestacional dos recém-nascidos, 62 (10.3%) foram classificados em pequenos para a idade gestacional (PIG) e 80 (13.3%) grandes para a idade gestacional (GIG). Verificou-se que as mulheres que tiveram filhos GIG reportaram uma menor ingestão de castanhas e leguminosas, quando comparadas às demais mulheres. Em modelos de regressão logística ajustados por fatores de confusão, observou-se que as gestantes classificadas no terceiro tercil da pontuação da dieta DASH apresentaram menor chance de terem filhos

GIG [OR 0,51 (IC95% 0,28; 0,94), $p=0,03$]. No presente estudo não houve associação entre a adesão à dieta DASH e recém-nascidos PIG [OR 0,87 (IC95% 0,42; 1,84), $p=0,65$]. Os dados do presente estudo sugerem que a maior adesão à dieta DASH na gestação reduz a chance de recém-nascidos GIG, o que deverá ser considerado no planejamento de ações de promoção da saúde materno-infantil.

Palavras-chave: Dieta DASH; Peso ao nascer; Gestantes; Pequeno para Idade Gestacional; Grande para Idade Gestacional; Nutrição pré-natal.

Abstract

Fogaça, Ana Laura. Adherence to the Dietary Approaches to Stop Hypertension diet during pregnancy and its relationship with birth weight. Ribeirão Preto, SP: Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto; 2023.

Adopting a healthy diet during pregnancy protects against birth weight deviations. Previous studies suggest that greater maternal adherence to the Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet, characterized by a high intake of fruits, vegetables, whole grains, low-fat dairy products, and lean meats, in addition to a low intake of foods rich in sugar and sodium, reduces the risk of harmful outcomes to maternal and fetal health. The aim of the present study was to investigate the relationship between adherence to the DASH diet during pregnancy and birth weight classification according to gestational age. This is a secondary analysis of a prospective cohort of 601 mother-child pairs assisted by the Brazilian Unified Health System (SUS) in Ribeirão Preto - SP. Sociodemographic and lifestyle data were obtained during pregnancy by means of structured questionnaires. The women were submitted to an anthropometric evaluation, and food intake was assessed through two 24-hour dietary recalls and a previously validated food frequency questionnaire. The usual diet was estimated using the Multiple Source Method. Secondary data on birth weight, infant sex, and gestational age at delivery were obtained from the Live Births Information System. The relationship between adherence to the DASH diet and birth weight categories was investigated using logistic regression models adjusted for confounding factors. This study was approved by the Research Ethics Committee of the *Centro de Saúde Escola da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto*. The mean (\pm SD) age of the women was 27 (\pm 5) years. In total, 43.7% of women were overweight during pregnancy, and 67.4% belonged to socioeconomic class C. In relation to the birth weight classification according to gestational age, 62 (10.3%) newborns were identified as small for gestational age (SGA), and 80 (13.3%) as large for gestational age (LGA). Women who had LGA infants reported a lower intake of nuts and legumes than other women. In logistic regression models adjusted for confounding factors, it was observed that pregnant women classified in the third tertile of the DASH diet score had a lower chance of having LGA children [OR 0,51 (IC95% 0,28; 0,94), $p=0,03$]. In the present study, there was no association between DASH diet adherence and SGA newborns [OR 0,87 (IC95% 0,42; 1,84), $p=0,65$]. The data from the present

study suggest that greater adherence to the DASH diet in pregnancy reduces the chance of LGA newborns, which should be considered in the planning of actions to promote maternal and child health.

Keywords: DASH diet; Birth weight; Pregnant women; Small for gestational age; Large for gestational age; Prenatal nutrition.