

Investigação Clínica

PO - (UM16-81) - A GESTÃO DO PESO DURANTE A GRAVIDEZ: UMA QUESTÃO DE PESO

Silvia Farraposo¹; Catarina Trindade²; Tatiana Santiago²

1 - USF Luz; 2 - USF Gerações

No sentido de reduzir as complicações relacionadas com o ganho de peso gestacional inadequado, o Institute of Medicine (IOM) publicou normas de orientação, revistas em 2009 e recomendadas pela DGS. Essas normas estabelecem o aumento de peso durante a gravidez para cada classe de índice de massa corporal (IMC), com aplicabilidade nos países desenvolvidos. O ganho ponderal excessivo, aumenta o risco de complicações obstétricas, perinatais e a longo prazo de obesidade pós-parto e infantil. O aumento ponderal abaixo do recomendado, eleva o risco de recém-nascido leve para a idade gestacional e tardiamente de diabetes, doença cardiovascular e HTA na idade adulta.

Estimar o aumento ponderal de uma população de grávidas de baixo risco, de acordo com IMC no 1º trimestre.

Estudo de coorte retrospectivo da população de grávidas da USF Gerações, através da pesquisa no MedicineOne de utentes com registo ICPC-2 W78 ("Gravidez") no período 1/1/2013-21/12/2015. Critérios de inclusão: grávidas com data da última menstruação e data de parto no período referido, vigiadas na USF Gerações. Excluíram-se: mulheres com múltiplas gravidezes, gravidez gemelar, alto risco ou que resultou em abortamento e aquelas com registos incompletos. Para cada grávida registou-se o peso na primeira consulta (antes das 12 semanas) e na última consulta (após 30 semanas) e a altura. Classificou-se, o aumento de peso em categorias (normas IOM): categoria 1: aumento de peso abaixo do recomendado; categoria 2: aumento de peso de acordo com o recomendado; categoria 3: aumento de peso acima do recomendado.

Das 304 grávidas selecionadas, excluíram-se 169 (56.6%), obtendo-se uma amostra final com 135 (44.4%). A idade média da população foi 24.3 ± 8.1 anos, com IMC no 1º trimestre distribuído da seguinte forma: 11 (8.1%) com baixo peso, 84 (62.2%) com peso normal, 26 (19.3%) com excesso de peso e 14 (10.4%) com obesidade. Em média, as utentes aumentaram 11.4 Kg (1.0-29.5 Kg) durante a gravidez, com 65 (48.1%) a aumentarem de peso abaixo do recomendado (categoria 1), 41 (30.4%) de acordo com o recomendado (categoria 2) e 29 (21.5%) acima do recomendado (categoria 3).

O número de grávidas com aumento de peso acima do recomendado (21.5%) foi substancialmente inferior ao encontrado num estudo recente português (46%) e foi predominante em mulheres com excesso de peso (42%, n=26) e obesidade (36%, n=14) prévios, comparativamente a mulheres com peso normal (13%, n=84) e baixo peso (18%, n=11). Estes resultados são concordantes com estudos que referem que mulheres com excesso de peso/obesidade têm maior risco de ganho ponderal excessivo na gravidez do que mulheres com IMC normal/baixo peso. Por outro lado, o aumento de peso abaixo do recomendado foi predominante em mulheres com baixo peso (64%, n=11) e peso normal (56%, n=84), comparativamente a mulheres com excesso de peso (23%, n=11) e obesidade (36%, n=5). Concluimos que o IMC no 1º trimestre é um preditor capaz do ganho ponderal na gravidez, e que devem definir-se medidas concretas no período pré-concepcional, direcionadas especificamente às mulheres com excesso de peso/obesas e às mulheres com baixo peso/peso normal.