



AVANÇOS E DESAFIOS DA NUTRIÇÃO NO BRASIL **3**

CARLA CRISTINA BAUERMANN BRASIL
(ORGANIZADORA)



Atena
Editora
Ano 2020



AVANÇOS E DESAFIOS DA NUTRIÇÃO NO BRASIL **3**

CARLA CRISTINA BAUERMANN BRASIL
(ORGANIZADORA)



Atena
Editora
Ano 2020

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação: Lorena Prestes

Edição de Arte: Lorena Prestes

Revisão: Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie di Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná

Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Conselho Técnico Científico

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Msc. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Dr. Adailson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Profª Msc. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Msc. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Msc. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
 Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
 Prof. Msc. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
 Prof. Msc. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
 Prof^a Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
 Prof. Msc. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
 Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Prof^a Msc. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
 Prof^a Msc. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
 Prof^a Dr^a Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
 Prof. Msc. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
 Prof. Msc. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual de Maringá
 Prof. Msc. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
 Prof^a Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
 Prof^a Msc. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

A946 Avanços e desafios da nutrição no Brasil 3 [recurso eletrônico] /
 Organizadora Carla Cristina Bauermann Brasil. – Ponta Grossa,
 PR: Atena, 2020.

Formato: PDF
 Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
 Modo de acesso: World Wide Web
 Inclui bibliografia
 ISBN 978-85-7247-986-8
 DOI 10.22533/at.ed.868200502

1. Nutrição – Brasil. I. Brasil, Carla Cristina Bauermann.
CDD 613.2

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Atena Editora
 Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A presente obra “Avanços e Desafios da Nutrição no Brasil 3” publicada no formato e-book, traduz, em certa medida, o olhar multidisciplinar e intersetorial da nutrição. O volume abordará de forma categorizada e interdisciplinar trabalhos, pesquisas, relatos de casos e revisões que transitam nos diversos caminhos da nutrição e saúde. O principal objetivo foi apresentar de forma categorizada e clara estudos desenvolvidos em diversas instituições de ensino e pesquisa do país. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado à avaliação antropométrica da população brasileira; padrões alimentares; microbioma intestinal; vivências e percepções do pré-natal e gestação; avaliações físico-químicas e sensoriais de alimentos, determinação e caracterização de compostos bioativos; desenvolvimento de novos produtos alimentícios e áreas correlatas.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos neste e-book com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e todos aqueles que de alguma forma se interessam pela nutrição, saúde e seus aspectos. A nutrição é uma ciência relativamente nova, mas a dimensão de sua importância se traduz na amplitude de áreas com as quais dialoga. Portanto, possuir um material científico que demonstre com dados substanciais de regiões específicas do país é muito relevante, assim como abordar temas atuais e de interesse direto da sociedade. Deste modo a obra “Avanços e Desafios da Nutrição no Brasil 3” se constitui em uma interessante ferramenta para que o leitor, seja ele um profissional, estudante ou apenas um interessado pelo campo das ciências da nutrição, tenha acesso a um panorama do que tem sido construído na área em nosso país.

Uma ótima leitura a todos(as)!
Carla Cristina Bauermann Brasil

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS MENORES DE 5 ANOS NO BRASIL	
Rakel de Sousa Oliveira Mendes	
Yasmim Costa Mendes	
Virgínia Nunes Lima	
Wyllyane Rayara Chaves Carvalho	
Lívia Muritiba Pereira de Lima Coimbra	
Adrielle Zagnignan	
Izabela Correa Costa	
DOI 10.22533/at.ed.8682005021	
CAPÍTULO 2	9
PERFIL NUTRICIONAL DE DIABÉTICOS ADULTOS ATENDIDOS EM UM CENTRO DE REFERÊNCIA NA ASSISTÊNCIA DE DIABETES EM FORTALEZA-CE	
Érika Paula Farias da Silva	
Suzany Alvez Lima	
Camila Pinheiro Pereira	
Karla Pinheiro Cavalcante	
Alane Nogueira Bezerra	
Isabela Limaverde Gomes	
DOI 10.22533/at.ed.8682005022	
CAPÍTULO 3	20
AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA NA POPULAÇÃO BRASILEIRA: VIESES, DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL E PERSPECTIVAS METODOLÓGICAS	
Luis Henrique Almeida Castro	
Cristiane Martins Viegas de Oliveira	
Daiana Andrade dos Santos	
Fernanda Viana de Carvalho Moreto	
Franciellem Menezes de Assunção	
Geanlucas Mendes Monteiro	
Lucas Rodrigues Santa Cruz	
Mi Ye Marcaida Olimpio	
Thiago Teixeira Pereira	
Silvia Aparecida Oesterreich	
DOI 10.22533/at.ed.8682005023	
CAPÍTULO 4	32
PADRÕES ALIMENTARES E SÍNDROME METABÓLICA: UMA REVISÃO DA LITERATURA	
Aline Elizabeth da Silva Miranda	
Luís Paulo Souza e Souza	
Cristiane Alvarenga Chagas	
Kelly Aparecida da Cunha Pereira	
Katiusse Rezende Alves	
Rosana Franciele Botelho Ruas	
Tamara Figueiredo	
Ana Lígia Passos Meira	
Adriano Marçal Pimenta	
DOI 10.22533/at.ed.8682005024	

CAPÍTULO 5 43

O MICROBIOMA INTESTINAL E A INFLUÊNCIA NO NEURODESENVOLVIMENTO

Marla dos Santos Afonso
Max dos Santos Afonso
Rayara de Souza Julio
Rafaela da Silva Ratto
Adriane Maria Netto de Oliveira
Luciano Garcia Lourenção

DOI 10.22533/at.ed.8682005025

CAPÍTULO 6 52

DIALOGANDO SOBRE GESTAR E AMAMENTAR: UMA AÇÃO EXTENSIONISTA EM UM CENTRO DE REFERÊNCIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL EM MACAÉ

Yasmin Ribeiro Lemos
Natalia de Souza Borges
Luyanne Lima Silva
Ana Carolina Carvalho Rodrigues
Mariana de Azevedo Souza
Gabriela Ciccarelli
Iza Rodrigues Mello
Eduarda Vasconcelos de Souza
Alice Bouskelá
Carolina da Costa Pires
Flávia Farias Lima
Jane de Carlos Santana Capelli

DOI 10.22533/at.ed.8682005026

CAPÍTULO 7 62

ATENDIMENTO COMPARTILHADO DE PRÉ-NATAL EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Carolina de Paula Pessoa Cabral
Caroline Moreira Arruda
Paula Maria Cals Theóphilo Maciel
Messilyana de Oliveira Mesquita
Isabele Alves Meneses
Thais Rodrigues Queiroz

DOI 10.22533/at.ed.8682005027

CAPÍTULO 8 68

“DESEJO DE GRÁVIDA”: VIVÊNCIAS/PERCEPÇÕES DAS PARTURIENTES DE UM MUNICÍPIO DA AMAZÔNIA OCIDENTAL BRASILEIRA ACERCA DE PRÁTICAS ALIMENTARES DURANTE A GESTAÇÃO

Yara de Moura Magalhães Lima
Alanderson Alves Ramalho

DOI 10.22533/at.ed.8682005028

CAPÍTULO 9 77

FORMULAÇÃO DE COOKIES COM CARACTERÍSTICAS FUNCIONAIS

Silvana Mara Prado Cysne Maia
Caroline Rolim Bezerra
Lorena Fernandes de Souza
Karina Pedrosa de Oliveira
Barbara Regina da Costa de Oliveira
Larissa Barros da Silva

DOI 10.22533/at.ed.8682005029

CAPÍTULO 10 82

ANÁLISE SENSORIAL DE CEVICHE DE PARGO (*LUTJANUS PURPUREUS*) COM MARISCO AO MOLHO DE TUCUPI

Marcia Valéria Silva do Couto
Natalino da Costa Sousa
Emilly Monteiro Lopes
Peterson Emmanuel Guimarães Paixão
Thays Brito Reis Santos
João Carlos Nunes de Souza
Estela dos Santos Medeiros
Higo Andrade Abe
Francisco Alex Lima Barros
Keber Santos costa junior
Carlos Alberto Martins Cordeiro

DOI 10.22533/at.ed.86820050210

CAPÍTULO 11 91

ANÁLISE QUALITATIVA DE POLISSACARÍDEOS EM ALIMENTOS COTIDIANOS ATRAVÉS DO REAGENTE LUGOL

Andria da Costa Loureiro
Sâmia Karyne Gomes de Sá
Denilson Magalhães Nogueira
Sara de Souza Comapa
Maristela Martins Pereira
Beatriz Rafaela Varjão do Nascimento

DOI 10.22533/at.ed.86820050211

SOBRE A ORGANIZADORA..... 105

ÍNDICE REMISSIVO 106

DIALOGANDO SOBRE GESTAR E AMAMENTAR: UMA AÇÃO EXTENSIONISTA EM UM CENTRO DE REFERÊNCIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL EM MACAÉ

Data de aceite: 30/01/2020

Data de submissão: 09/12/2019

Yasmin Ribeiro Lemos

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4432061330790491>

Natalia de Souza Borges

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes:

Luyanne Lima Silva

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0908588932684039>

Ana Carolina Carvalho Rodrigues

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes:

Mariana de Azevedo Souza

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes:

Gabriela Ciccarelli

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes:

Iza Rodrigues Mello

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Medicina. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9143575402173722>

Eduarda Vasconcelos de Souza

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5675365145007233>

Alice Bouskelá

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

Link do Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9233918594931510>

Carolina da Costa Pires

Coordenadoria da Área Técnica de Alimentação e Nutrição - Catan/Secretaria Municipal de Saúde de Macaé - SEMUSA. Macaé – Rio de Janeiro

Link do Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5749538578562684>

Flávia Farias Lima

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira. Curso de

Jane de Carlos Santana Capelli

Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira.

Curso de Nutrição. Macaé – Rio de Janeiro.

RESUMO: O presente capítulo visa apresentar as experiências da equipe de um projeto extensionista em uma ação educativa com gestantes assistidas em um Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), do Sistema Único de Assistência Social, no município de Macaé. A convite da equipe do CRAS, a equipe de um projeto de extensão conhecido por IACOL, denominada educadoras, do Núcleo de Ações e Estudos em Materno Infantil (NAEMI), da Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira, realizou uma roda de conversa com as gestantes (denominadas educandas). O encontro foi dividido em dois momentos: (1) apresentações individuais incluindo experiência materna, planejamento da gestação, realização do pré-natal e autopercepção de saúde e aparência física; e (2) compartilhamento das percepções individuais sobre os significados de “gestar” e de “amamentar”. As educadoras compartilharam as experiências com as educandas, que formavam um grupo heterogêneo de mulheres, desde primíparas a mães experientes; viviam ou não com companheiro, apresentavam-se ao início, meio ou já ao fim da gestação; eram adolescentes, adultas jovens e adultas. Todas realizavam pré-natal. A maior parte do grupo apresentava experiência prévia de amamentação, contudo, houve relato de falta de apoio familiar e profissional. Conclui-se que a realização da roda de conversa permitiu o compartilhamento de experiências em “gestar” e “amamentar”, proporcionou um espaço de escuta humanizada e o protagonismo ativo das mulheres.

PALAVRAS-CHAVE: Gestação, Amamentação, Educação em Saúde.

DIALOGUING ABOUT TO BE PREGNANT AND BREASTFEED: AN EXTENSIONIST ACTION IN SOCIAL ASSISTANCE REFERENCE CENTER OF MACAÉ

ABSTRACT: This chapter aims to present the experiences of the extension project team in an educational action with pregnant women assisted in a Social Assistance Reference Center (SARC), of the Unified Social Assistance System, in the city of Macaé. At the invitation of the SARC team, the team from an extension project known as IACOL, called educators, from the Center for Actions and Studies on Maternal and Child Studies (NAEMI), Federal University of Rio de Janeiro/UFRJ-Macaé Campus Professor Aloísio Teixeira, held a conversation with the pregnant women (called learners). The meeting was divided into two moments: (1) individual presentations including maternal experience, pregnancy planning, prenatal care and self-perception

of health and physical appearance; and (2) sharing individual perceptions about the meanings of “to be pregnancy” and “breastfeed”. The educators shared their experiences with the learners, who formed a heterogeneous group of women, from primiparous to experienced mothers; whether or not they lived with a partner, presented themselves at the beginning, middle or already at the end of pregnancy; they were teenagers, young adults and adults. All had prenatal care. Most of the group had previous experience of breastfeeding; however, there was a lack of family and professional support. It was concluded that the realization of the conversation wheel allowed the sharing of experiences in “to be pregnancy” and “breastfeed”, provided a space for humanized listening and the active role of women.

KEYWORD: Pregnancy, Breast Feeding, Health Education.

1 | INTRODUÇÃO

Gestar e amamentar são verbos bem conhecidos na literatura materno-infantil e apresentam significados particulares na vida de cada mulher que experimenta esses dois momentos na vida (PIO; CAPEL, 2015).

Além de ser uma fase de grandes mudanças fisiológicas, anatômicas, psicológicas, sociais e culturais (PICCININI et al., 2008), a gestação envolve ainda importantes “mudanças de identidade e nova definição de papéis” (PIO; CAPEL, 2015, p. 74), principalmente para a gestante de primeira vez, a primípara, que após ser filha e mulher, assume a condição de mãe (DE FELICE, 2000). Após a gestação, a amamentação é uma estratégia natural de interação profunda entre mãe e filho, a qual promove, afeto, proteção e nutrição para a criança (BRASIL, 2019; BRASIL, 2009a).

O leite materno é o único alimento necessário para bebês até o sexto mês de vida (BRASIL, 2019). Oferece os nutrientes para seu adequado crescimento e desenvolvimento, protege contra e acelera a recuperação por doenças, reduz a mortalidade (KRAMER et al., 2001), além de melhorar a cognição e o desempenho escolar (BELFORT et al., 2016).

A vulnerabilidade econômica pode dificultar que a experiência de gestar e amamentar aconteçam com plenitude diante das inúmeras demandas que essas fases acrescentam à família (MUÑOZ et al., 2013), sendo fundamental a mobilização de equipes multiprofissionais no enfrentamento dos riscos gerados pela condição de insegurança (ARAÚJO et al., 2017).

Neste contexto, a assistência social tem um papel essencial na criação da linha de cuidado para a gestante em situação de vulnerabilidade socioeconômica, e o Sistema Único de Assistência Social (SUAS), que se constitui em uma política pública em processo de consolidação, se articula com outras políticas visando garantir a proteção integral à família, incluindo as gestantes, as puérperas e as lactantes (BRASIL, 2009b).

O presente capítulo visa apresentar as experiências da equipe de um projeto extensionista em uma ação educativa com gestantes assistidas em um Centro de

2 | MÉTODOS

O presente capítulo é um relato de experiência de uma atividade de extensão universitária realizada pela equipe do projeto de extensão *Incentivo à Alimentação Complementar Adequada em Lactentes assistidos na Rede de Atenção à Saúde do Município de Macaé - IACOL*, vinculado ao projeto de pesquisa *Amamenta e Alimenta na Atenção Primária à Saúde do Município de Macaé - Rio de Janeiro*, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina de Campos dos Goytacazes/RJ, sob CAEE: 30378514.1.0000.5244. Tais projetos fazem parte do Núcleo de Ações e Estudos em Materno Infantil (NAEMI). A equipe do IACOL é integrada por graduandas dos cursos de Nutrição e Medicina e docentes do curso de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro/Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira.

A atividade de extensão aconteceu em um turno do mês de novembro de 2019, no CRAS Parque Aeroporto, do SUAS, localizado Bairro Ajuda, no município de Macaé. A roda de conversa aconteceu com a equipe IACOL constituída, nesse dia, de duas docentes nutricionistas, duas graduandas do curso de nutrição (denominadas educadoras); uma assistente social e sete gestantes (denominadas educandas), em uma sala de reuniões previamente preparada para a atividade educativa, com a organização dos assentos em círculo, de forma a facilitar o diálogo e compartilhamento de experiências.

A atividade foi denominada “Gestar e Amamentar” e, no seu planejamento, utilizou-se o modelo teórico crítico e dialógico (FREIRE, 1970; MOREIRA et al., 2011). As educadoras mediarão a roda de conversa, visando garantir a fala e exposição das vivências. A atividade se iniciou com a apresentação de todas as educandas da roda de conversa e as educadoras. Foram utilizadas perguntas-chave para conduzir as apresentações e facilitar os relatos das gestantes, descritas a seguir: Qual foi a sua experiência prévia na maternidade? Qual é a sua percepção de saúde e aparência física durante a gestação? Como foi o planejamento e acompanhamento da gestação atual? Após a rodada de apresentações, todas foram convidadas a compartilhar suas percepções sobre o significado de “gestar”, e depois de “amamentar”.

Tendo em vista a presença de educandas que nunca amamentaram e desejam amamentar, as educadoras optaram em realizar uma breve exposição sobre os benefícios da amamentação, a importância do seu início precoce e a disponibilidade de unidades de saúde da família na orientação diante das dificuldades concretas que podem emergir. A atividade durou cerca de uma hora e foi finalizada com um lanche coletivo.

Na análise dos dados, para a confecção do presente relato de experiência, todos os integrantes da equipe IACOL, não somente as educadoras, consolidaram os pontos mais relevantes observados na percepção das gestantes sobre “gestar” e “amamentar”.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da roda de conversa 04 integrantes da equipe IACOL, 01 assistente social do CRAS e 07 gestantes (Figuras 1 e 2). Durante a rodada de apresentações, foi possível perceber que o grupo de educandas era heterogêneo, havendo primíparas e múltiparas; adolescentes, adultas jovens e adultas, com idade gestacional variando de 12 a 32 semanas.

De acordo com as educadoras, a roda de conversa constituiu-se em uma experiência ímpar de troca e compartilhamento, na qual três das quatro integrantes da equipe são mães e amamentaram, o que favoreceu a empatia necessária para o início do diálogo com as educandas. Os relatos das educandas explicitaram as principais dificuldades enfrentadas na vivência reprodutiva feminina, planejamento familiar e contracepção, parto, puerpério e a amamentação.



Figura 1. Roda de conversa com a Equipe IACOL (educadoras) e as gestantes (educandas) do Centro Referência de Assistência Social (CRAS) Parque Aeroporto, do Sistema Único de Assistência Social (SUAS), município de Macaé. Novembro, 2019. Docente mediando a atividade.

Sobre a percepção das gestantes quando o tema sugerido foi “gestar”, algumas referiram se sentir belas em algumas gestações em detrimento de outras, associaram o sexo do bebê ao formato da barriga e à beleza durante a gestação. Houve relatos de se sentirem bem com o próprio corpo, boa convivência e desejo do parceiro pela gestação, bem como presença de rede de apoio, como amigos e familiares. Porém,

algumas não relataram se sentirem felizes com o seu corpo, principalmente devido aos comentários feitos pela própria família ou por considerarem que o bebê estava “roubando sua beleza”, fala de uma gestante que teve intensa queda de cabelo e depois visualizou em exame de imagem que sua bebê, de acordo com a médica, “é cabeluda”.



Figura 2. Roda de conversa com a Equipe IACOL (educadoras) e as gestantes (educandas) do Centro Referência de Assistência Social (CRAS) Parque Aeroporto, do Sistema Único de Assistência Social (SUAS), município de Macaé. Novembro, 2019.

Apesar das construções socioculturais da maternidade valorizarem a exposição da barriga e ressignificarem o “Ser-Mãe” no âmbito religioso como uma “benção”, as mudanças corporais extremamente intensas do período gravídico colocam à prova a autoestima materna, gerando conflitos identitários insustentáveis, oriundos da desconstrução do ideal de abdicar de si em prol do gestar e do receio quanto à capacidade de “reajuste” aos perversos padrões estéticos propagados pela mídia (PIRES, 2017).

Nesse contexto, a probabilidade das alterações corporais serem definitivas incita ao sentimento de inadequação, que deprecia a mulher “acabada”. Uma vez que, “é no corpo que se inscrevem as regras familiares, de classe e de gênero (...), mulheres são submetidas à inúmeras formas de violência física e simbólica” (PIRES et al., 2018, p. 561).

Já quando foram convidadas a compartilhar suas percepções sobre o tema “amamentar”, embora tenha ocorrido um relato sobre “ser um ato de amor da mãe

para seu filho”, também ocorreram diversos relatos que mencionam as dificuldades enfrentadas, como por exemplo: “meu leite era fraco”, “meu filho não quis mais pegar meu leite”, “a médica disse que não daria para amamentar exclusivamente minhas duas filhas gêmeas, por isso recomendou a fórmula”, “meu leite secou” ou sobre os alimentos que estimulam a produção do leite.

Durante a roda de conversa, verificou-se que todas as educandas presentes tinham o desejo de amamentar seus filhos, mesmo aquelas com experiência anterior de fracasso com a amamentação. Dentre as múltiparas, a maior parte teve o parto no hospital público e de referência de Macaé e foram estimuladas a amamentar ainda na sala de parto, mesmo quando o parto foi cesáreo. Apenas uma gestante pariu em um hospital filantrópico e não foi estimulada a amamentar na primeira hora após o nascimento.

Nesse sentido, embora seja positiva a menção das educandas sobre o incentivo à amamentação na primeira hora de vida do bebê, apoio profissional, sentimento sobre a amamentação, alguns relatos foram preocupantes, como apresentados a seguir: “o leite não descia”; “a fala das enfermeiras era: é só dar o peito”; “não tive apoio de ninguém, nem de profissional”.

Houve relatos também de puérperas se apoiando na maternidade, principalmente, aquelas cujo parto foi normal, como observado a seguir: “eu tava costurada e a minha colega do lado também, ninguém podia ajudar ninguém”. Algumas educandas enfatizaram a solidão que sentiram no pós-parto.

Nesta atividade, foi possível identificar a falta de profissionais qualificados para incentivar e também auxiliar na amamentação, bem como a angústia de uma educanda, que não conseguiu amamentar suas filhas gêmeas, sobre a possibilidade de amamentar o seu terceiro filho, levando-a a buscar informações em sites leigos, por não ter as informações e o apoio necessários. Quando essa educanda expôs suas preocupações, as docentes do grupo mencionaram a capacidade do seu corpo em produzir leite adequadamente para o filho. Mesmo no caso de “o leite secar” por estresse ou qualquer outro motivo, há possibilidade de retomar a amamentação.

Nesse momento, uma segunda educanda deu um depoimento exemplificando a técnica da relactação. Por ter a sua primeira filha apresentado um problema físico de correção cirúrgica aos dois meses de vida, a amamentação foi interrompida durante a internação da filha. Nesse período, seu leite secou, mas ao chegar em casa com a bebê, “colocava ela pra puxar toda hora e o leite voltou”. Entretanto, uma terceira gestante, que teve de interromper a amamentação após 20 dias de vida do bebê, também por motivo de cirurgia, relatou que após sua filha tomar mamadeira no hospital, seu “leite secou e não voltou mais. Eu nem sabia que dava pra voltar a ter leite”.

Nesses casos, cabe ressaltar a importância em preservar o bebê de bicos artificiais para o sucesso da amamentação, uma vez que os bicos ejetam líquidos com menos esforço do que os mamilos, tornando-se mais difícil relactar crianças após a oferta de mamadeiras, a menos que a amamentação já estivesse em curso há mais

tempo (do que 20 dias no caso) e a força motora do bebê fosse maior.

Os bicos artificiais, infelizmente, ainda são usados em larga escala, constituindo-se em uma prática cultural. As chupetas e bicos de mamadeiras, podem levar a baixa aceitação da amamentação, tendo como consequência o desmame precoce, além de prejudicarem o desenvolvimento motora oral, exercendo um papel importante na síndrome do respirador bucal e no futuro. Os bicos e chupetas também podem acarretar problemas ortodôntico, causados pela sucção do bico, pois não estimulam adequadamente os músculos da boca (WOODRIDGE, 1996; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2001).

Estudos mostram uma correlação significativa entre os bicos artificiais e a menor duração do aleitamento materno, logo, é necessário que essa informação seja transmitida à população, por meio de profissionais da saúde qualificados, a fim de encorajar as mães nesse processo de aleitamento materno e desencorajando a inserção de bicos artificiais nessa fase (BRASIL, 2019).

A interferência das pessoas no processo de amamentação foi uma fala consensual entre as gestantes, entretanto, não no sentido de incentivar ou apoiar, mas no opinar e no julgar a mulher durante essa fase. Família, amigos, colegas e inclusive profissionais atuando negativamente, tanto no “gestar” como no “amamentar”.

Sabe-se que para o sucesso da amamentação se faz necessária uma rede de apoio à mulher, o que inclui o companheiro, familiares, amigos e profissionais para o acompanhamento diante das demandas físicas, nutricionais e psicológicas da amamentação (PIRES, 2017). Todavia, embora o Programa de Humanização no Pré-Natal e Nascimento represente uma conquista na promoção do bem-estar físico e mental de gestantes (BRASIL, 2002), a assistência psicológica restrita somente aos casos de violência (doméstica, sexual, etc.) e risco de depressão pós-parto, compromete a integralidade do cuidado, desassistindo a mulher em outros agravos psíquicos, inclusive, a inabilidade para lidar com os desafios impostos pela maternidade (PICCININI; SCHWENGBER, 2003).

Para finalizar, entende-se que a falta de autoconfiança é um aspecto subjetivo relevante a ser observado pelas equipes de saúde. Portanto, sendo a construção do vínculo mãe-filho dependente da autoestima feminina (MACHADO et al., 2013; PIRES et al., 2018), verifica-se a sua relação direta na prática e periodicidade do aleitamento materno (HAUFF; DEMERATH, 2012).

Neste sentido, o profissional de saúde deve ter o olhar atento e humanizado a gestante, a puérpera e a nutriz, uma vez que esse primeiro momento fará toda a diferença na vida de ambos.

4 | CONCLUSÃO

A realização da roda de conversa permitiu o compartilhamento de experiências em “gestar” e “amamentar”, proporcionou um espaço de escuta humanizada e o

protagonismo ativo das mulheres. O aprendizado mútuo diante das trocas de saberes pode ser utilizado como importante rede de apoio, incentivo e auxílio na legitimação do direito à amamentação por mulheres em vulnerabilidade social.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A.S; SANTOS, A. A. P.; LÚCIO, I. M. L.; TAVARES, C. M.; FIDÉLIS, E. P. B.; O contexto da gestante na situação de rua e vulnerabilidade: seu olhar sobre o pré-natal. **Rev Enf UFPE on line**, v. 11, n. 10 (suppl.), p. 4103-4110, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**/Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2019. 265p.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da Atenção Básica**: Saúde das Mulheres/Ministério da Saúde, Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa – Brasília: Ministério da Saúde, 2016. 230 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança**: Nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. □ Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009a

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome Secretaria Nacional de Assistência Social. **Sistema Único de Assistência Social (SUAS)**. [Internet]. 2009b. [Acessado em: 26 Nov 2019]. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/Cadernos/Consolidacao_Suas.pdf .

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Executiva. Humanização do parto: humanização no pré-natal e nascimento [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2002. [Acessado em: 29 Nov 2019]. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/parto.pdf>

BELFORT, M. B.; RIFAS-SHIMAN, S. L.; KLEINMAN KP; BELLINGER, D. C.; HARRIS, M. H.; TAVERAS, E. M. et al. Infant breastfeeding duration and mid-childhood executive function, behavior, and social-emotional development. **J Dev Behav Pediatr**, v. 37, n. 1, p. 43, 2016.

DE FELICE, E. M. **A Psicodinâmica do Puerpério**. São Paulo: Editora Vetor, 2000.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. Ed Paz e Terra. 69ª ed. São Paulo, 1974. 253p. ISBN 978-85-7753-164-6.

HAUFF, L. E.; DEMERATH, E. W. Body image concerns and reduced breastfeeding duration in primiparous overweight and obese women. **Am J Hum Biol**, 2012, v. 24, n. 3, p.339- 349.

KRAMER, M. S.; CHALMERS, B.; HODNETT, E. D.; SEVKOVSKAYA, Z.; DZIKOVICH, I.; SHAPIRO, S. et al. Promotion of breastfeeding intervention trial (PROBIT): a randomized trial in the Republic of Belarus. **Jama**, v. 285, n. 4, p. 413–20, 2001.

MACHADO, C. D.; VINHOLES, D. B.; FELDENS, V. P. Avaliação da autoestima de gestantes atendidas em um ambulatório no município de Tubarão, Santa Catarina. **Arq Catarin Med.**, v. 42, n.2, p. 50-55, 2013.

MOREIRA, A. F.; PEDROSA, J. G.; PONTELO, I. O conceito de atividade e suas possibilidades na interpretação de práticas educativas. **Rev Ensaio**, v. 13, n. 3, p. 13-29, 2011.

MUÑOZ, L. A.; SANCHEZ, X.; ARCOS, E.; VOLLRATH, A.; BONATT, C.; Vivenciando a maternidade em contextos de vulnerabilidade social: uma abordagem compreensiva da fenomenologia social. **Rev Latino-Americana de Enfermagem**, v. 21, n. 4, p. 913-919, 2013.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Evidências científicas dos dez passos para o sucesso no aleitamento materno**. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde; 2001.

PICCININI, C. A.; GOMES, A. G.; NARDI, T.; LOPES, R. S. Gestação e a constituição da maternidade. **Psicologia em Estudo**, v. 13, n. 1, p. 63-72, 2008.

PICCININI, C. A.; SCHWENGBER, D. D. S. O impacto da depressão pós-parto para a interação mãe-bebê. **Estudos de Psicologia**, v. 8, n. 3, p. 4034-40131, 2003.

PIO, D. A. M.; CAPEL, M. S. I. Os significados do cuidado na gestação. **Rev. Psicol. Saúde**, v. 7, n. 1, p. 74-81, 2015.

PIRES, C. C. **Sentidos do excesso de peso por gestantes adultas assistidas na Atenção Primária à Saúde de Macaé-RJ**. Dissertação (Mestrado). Rio de Janeiro: UFRJ/Faculdade de Medicina, Instituto de Atenção à Saúde São Francisco de Assis - HESFA, 2017. 79p.

PIRES, C. C.; RODRIGUES, M. L.; CAPELLI, J. C.; SANTOS, M. M. S.; BAIÃO, M. R. O excesso de peso na perspectiva de gestantes assistidas na atenção primária à saúde de um município da região do Norte Fluminense. **Demetra.**, v.13, n.3, p. 555-568, 2018.

WOODRIDGE, M. W. Problems of establishing lactation. **Food Nutr Bull**, 1996; v. 17, :316-23.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Ação Extensionista 52, 105
Aceitabilidade 79, 81, 82, 84, 85, 86, 88, 105
Adultos Diabéticos 9, 105
Alimento Funcional 79
Amamentar 52, 53, 54, 55, 57, 58, 59, 105
Amido 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 105
Amilose 93, 94, 95, 105
Análise Qualitativa 92, 105
Análise Sensorial 83, 85, 86, 87, 89, 90, 104, 105
Antropometria 10, 21, 22, 24, 25, 28, 29, 30, 105
Atendimento Compartilhado 62, 63, 66, 67, 105
Avaliação Antropométrica 9, 14, 20, 21, 24, 28, 105
Avaliação Nutricional 4, 13, 21, 28, 30, 31, 65, 66, 105

C

Características Funcionais 78, 80, 81, 105
Complexação 92, 93, 95, 105
Consumo Alimentar 3, 10, 11, 16, 17, 33, 66, 82, 105
Consumo De Alimentos 68, 105
Cookies 78, 79, 105
Crianças 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 24, 34, 45, 47, 49, 58, 60, 105

D

Degustação 78, 79, 80, 84, 86, 105
Desejos 68, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 105
Desnutrição 1, 2, 3, 9, 26, 105
Diabetes Mellitus 9, 10, 11, 12, 17, 18, 24, 105
Diagnóstico Nutricional 11, 20, 28, 105
Doença Crônica 33, 105

E

Estado Nutricional 1, 2, 3, 4, 7, 21, 22, 24, 28, 29, 65, 69, 74, 75, 105

G

Gestação 53, 54, 55, 56, 61, 65, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 75, 76, 105
Gestantes 24, 34, 53, 54, 55, 56, 57, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 71, 73, 74, 75, 76, 105

I

Integralidade 59, 63, 67, 105

L

Lugol 92, 93, 95, 96, 97, 98, 99, 106

M

Microbioma Intestinal 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 106

N

Neurodesenvolvimento 43, 44, 45, 46, 47, 106

Nutrição da Criança 2, 106

P

Padrões Alimentares 32, 33, 34, 35, 39, 106

Parturientes 68, 70, 71, 106

Perfil Nutricional 9, 12, 17, 106

Pescado Cru 84, 85, 106

População Brasileira 3, 7, 11, 20, 21, 27, 28, 39, 106

Práticas Alimentares 44, 68, 70, 76, 106

Pré-Natal 53, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 75, 76, 106

Produtos Processados 84, 85, 88, 94, 106

S

Saúde Pública 7, 21, 22, 27, 32, 40, 106

Síndrome Metabólica 18, 24, 32, 33, 34, 35, 39, 49, 106

U

Unidade Básica de Saúde 62, 106

V

Valor Agregado 84, 106

Vigilância Nutricional 2, 106

 **Atena**
Editora

2 0 2 0