



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
Av. Dr. Arnaldo, 715 - CEP: 01246-904 - São Paulo.

HNT 208 – Nutrição Humana – Noturno 2018
Professora : Marly Augusto Cardoso

Aluna : Júlia E. Stocco n°USP :10372471

Sinopse II

Status de zinco em vegetarianas durante a gravidez: uma revisão sistemática de estudos observacionais e meta-análise de ingestão de zinco .

Zinc Status of Vegetarians during Pregnancy: A Systematic Review of Observational Studies and Meta-Analysis of Zinc Intake.

Foster M, Herulah UN, Prasad A, Petocz P, Samman S.. Junho 2015.

Objetivo : Comparar e relacionar as dietas vegetarianas habituais em relação ao níveis de zinco durante o período gestacional.

Metodologia : busca literária nos bancos de dados : MEDLINE, PubMed, Embase, the Cochrane Library, Web of Science, and Scopus. Para tanto foi indexada as palavras: (zinc' OR 'Zn') AND ('pregnant' OR 'pregnanc*') AND ('plant-based' OR 'vegetarian*' OR 'vegan*') a partir de Setembro de 2014.

As buscas cobriram estudos observacionais que usavam o modelo humano para comparar status e consumo de zinco em grávidas vegetarianas e não vegetarianas. Todos os artigos selecionados foram revisados cada um por três revisores, com o intuito de determinar se os estudos se enquadravam no critério supracitado. Após tal análise os estudos foram categorizados em planilha Excel por dois pesquisadores seguido de discussão com terceiro pesquisador para legitimar as informações. Os grupos de dieta foram definidas com base no relatório anterior acerca de adultas vegetarianas ou não, saudáveis divididas em: lacto-vegetarianos (V-L), ovo-lacto vegetarianos (V-OL), vegetarianos indefinidos (VU), Grupo de baixa ingestão de carne (LoM) e não vegetarianos (NV).

Dois pesquisadores separadamente atestaram a qualidade metodológica dos estudos em epígrafe com base no : American Dietetic Association (ADA) Quality Criteria Checklist for Primary Research (modificado para estudos observacionais).

Do espaço amostral selecionado foram restringidos seis estudo.

Resultado: Todos os seis estudos compram mulher grávidas vegetarianas com grupos controles onívoros permitindo a realização de meta-análise. Três estudos do conjunto foram feitos pelo mesmo grupo de pesquisadores sendo um deles excluído.

A comparação da ingestão de zinco em mulher grávidas vegetariana e onívoras demonstra ser menor a ingestão do mineral zinco no grupo de mulher grávidas vegetarianas. (-1.38 ± 0.35 mg/day, $p < 0.001$). Com a exclusão do grupo de baixa ingestão de carne, obteve diferença ainda maior nesses valores (-1.53 ± 0.44 mg/day; $p = 0.001$). Nenhum dos grupos : vegetarianas

e onívoras , conseguiu atingir os parâmetros de recomendações nutricionais dispostos na RDA, para o grande grupo : gestantes em relação a necessidade do mineral Zinco.

Conclusão: A meta-análise demonstra que as mulheres gestantes vegetarianas obtém menor aporte do mineral zinco em suas dietas quando o comparadas às adquiridas por mulheres grávidas onívoras. Importante salientar que não houve diferenças significativas no que tange os escores relacionados aos biomarcadores de zinco (concentração de zinco sérica, urinária e presentes no cabelo), assim como nos parâmetros geracionais e de peso dos recém nascidos. Entretanto, nenhum grupo de grávidas conseguiu atingir as concentrações de zinco recomendadas na dieta deste grupo do ciclo devido.

Fonte:

Foster M, Herulah UN, Prasad A, Petocz P, Samman S. Zinc Status of Vegetarians during Pregnancy: A Systematic Review of Observational Studies and Meta-Analysis of Zinc Intake. *Nutrients*. 2015 Jun 5;7(6):4512-25.