

## CASO CLÍNICO – GESTANTE COM OBESIDADE

### Identificação do paciente

RAPM, gestante, 30 anos, casada.

Encaminhada à Nutrição pelo obstetra para avaliação do consumo alimentar e adequação do peso, devido à hipercolesterolemia.

### Anamnese

**Gestações anteriores:** Gestação única. Data do último parto: 19/03/2013 (filha de 7 anos). Gestação sem complicações. Idade gestacional: 38 semanas. Estado nutricional: sobrepeso (IMC pré-gestacional: 26 kg/m<sup>2</sup>).

**Gestação atual:** DUM: 23/01/2020. Idade gestacional: 33 semanas. Data provável do parto: 29/10/2020. Gestação planejada. Gestação única. Realização de pré-natal (5 consultas até o momento). Está tomando ácido fólico e sulfato ferroso. Nega doenças crônicas. Nega uso de medicamentos. Gestação sem intercorrências.

**Sinais e sintomas:** Refere empachamento e constipação intestinal.

**Hábitos:** Gestante relata que sempre esteve um pouco acima do peso, e que em relação à gestação anterior perdeu pouco do peso adquirido no período gestacional. Não realiza atividade física por causa da correria do dia a dia. Nega uso de drogas, etilismo e tabagismo. Marido fuma fora de casa. Evacuação 1 vez a cada 2 dias, consistência endurecida. Diurese sem alterações.

**Escolaridade:** Ensino médio completo.

**Fatores socioeconômicos:** Mora com o marido na casa da sogra e cunhado. Trabalha como auxiliar de dentista e seu marido é bancário (horário comercial). A residência apresenta condições adequadas de saneamento.

**Antecedentes familiares:** Mãe obesa e hipertensa.

### Exame físico

Edema leve em tornozelos (+/++++), pele e mucosas sem alterações.

### Antropometria

**Peso pré-gestacional:** 77 kg

**Estatura:** 1,60 m

**IMC:** 30,07 kg/m<sup>2</sup>

**Peso atual:** 93 kg

**IMC atual:** 36,32 kg/m<sup>2</sup>

### **Exames bioquímicos**

**Hemoglobina (mg/dL):** 13 (11 a 14)

**Hematócrito (%):** 37 (33 a 44)

**Glicemia de jejum (mg/dL):** 90 (60 a 92)

**Proteínas totais (g/dL):** 5,5 (4,5 a 7,0)

**Albumina (g/dL):** 4,0 (2,5 a 4,5)

**Ferritina (ng/mL):** 90 (5 a 150)

**Colesterol total (mg/dL):** 300 (180 a 280)

**HDL (mg/dL):** 45 (>50)

**LDL (mg/dL):** 180 (<160)

**Triglicerídeos (mg/dL):** 240 (<260)

### **Recordatório de 24h:**

#### **Acorda 6:30**

#### **- Café da manhã (7:00) – em casa**

1/2 xícara de chá de café (já adoçado com açúcar)

1 pão francês

3 pontas de faca cheias de margarina

#### **- Almoço (11:30) – horário de almoço faz em casa**

1 escumadeira cheia de arroz branco

1 concha grande de feijão carioca

1 bife grande (carne bovina) frito com cebola

3 rodela de tomate

1 copo de 300 mL de guaraná

3 unidades de doce de leite caseiro

**- Café da tarde (15:30) – no trabalho**

1 pão francês

1 fatia de presunto

2 fatias de queijo mussarela

1 copo de 300mL de leite integral

2 colheres de sobremesa cheias de achocolatado

1 colher de sobremesa cheia de açúcar

**- Jantar (18:30) – em casa**

O mesmo do almoço + 1 copo de 300mL de suco em pó + 3 bombons de chocolate ao leite

**- Ceia (21:30) – em casa**

1 xícara de chá mate

3 colheres de sobremesa cheias de açúcar

6 unidades de bolacha de água e sal

6 pontas de faca de margarina

**Água:** 1 litro/dia

**Dorme 22:00**

**Questões:**

- 1) Considerando os dados clínicos, antropométricos, bioquímicos e de consumo alimentar, faça a avaliação do estado nutricional da gestante.**
- 2) Calcule as necessidades energéticas da gestante.**
- 3) Calcule o recordatório de 24h da gestante. Informe se a alimentação da paciente está adequada às suas necessidades energéticas, de macronutrientes e micronutrientes (cálcio, ferro, ácido fólico, vitamina A, vitamina C e vitamina B12). Caso seja detectado alguma inadequação, elabore a sugestão de adequação da dieta (conduta nutricional).**

## Material de apoio

### Tabela para classificação do IMC pré-gestacional

IMC	Classificação
18,5 a 24,9 kg/m <sup>2</sup>	Eutrofia
25,0 a 29,9 kg/m <sup>2</sup>	Sobrepeso
30,0 a 34,9 kg/m <sup>2</sup>	Obesidade grau I
35,0 a 39,9 kg/m <sup>2</sup>	Obesidade grau II
≥ 40 kg/m <sup>2</sup>	Obesidade grau III

Fonte: Adaptado de WHO, 1995.

### Tabela de ganho de peso gestacional total e por trimestre de acordo com o IMC pré-gestacional

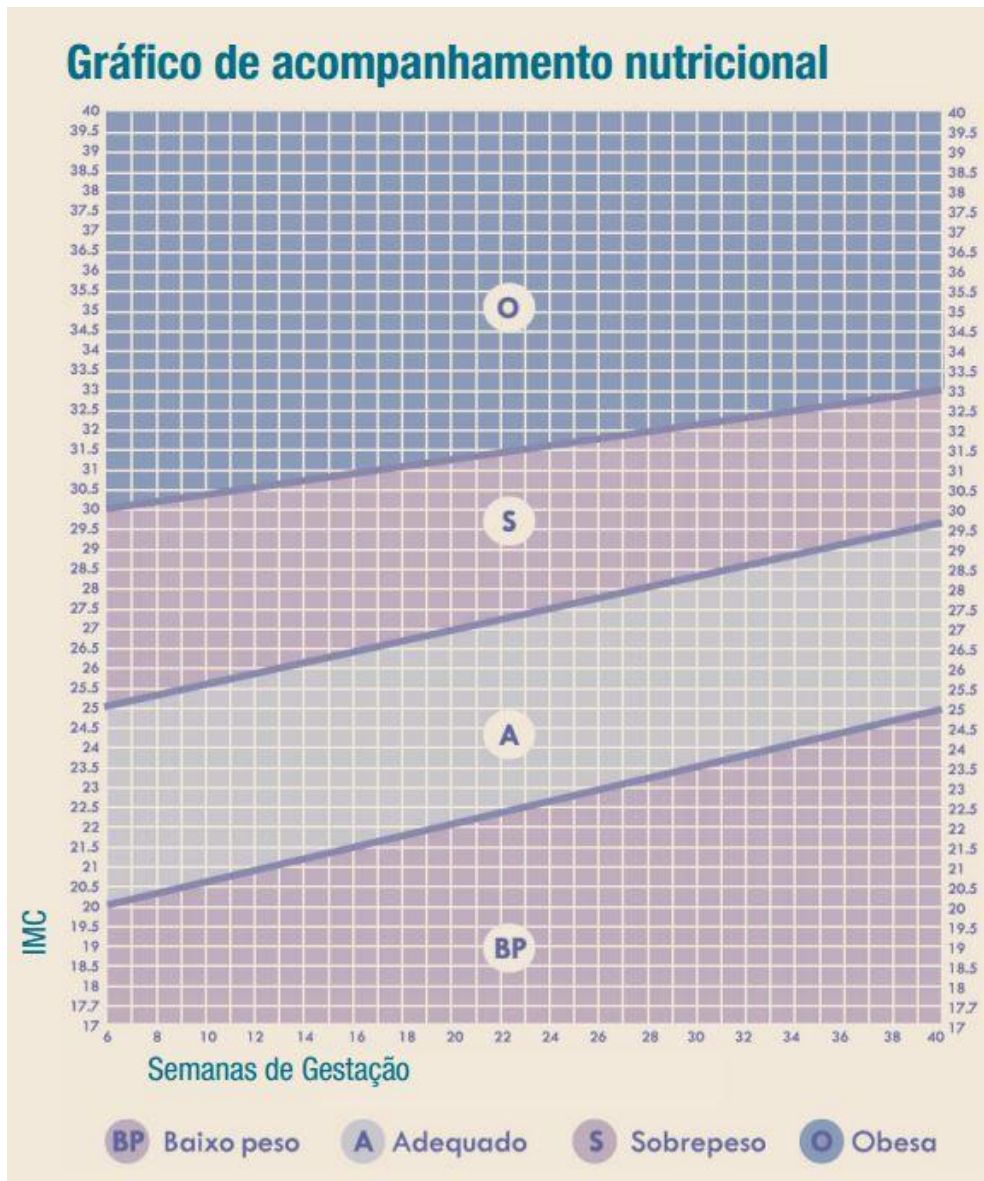


#### Quadro: Ganho de peso (kg) recomendado durante a gestação segundo EN inicial

Estado Nutricional inicial (IMC)	Ganho de peso <u>total</u> no 1º trimestre	Ganho de peso <u>semanal médio</u> no 2º e 3º trimestre	Ganho de peso <u>total</u> na gestação
<b>Baixo Peso</b>	2,3	0,5	12,5 – 18,0
<b>Adequado</b>	1,6	0,4	11,5 – 16,0
<b>Sobrepeso</b>	0,9	0,3	7,0 – 11,5
<b>Obesidade</b>	-	0,3	7,0

(Ministério da Saúde, 2006)

Gráfico de acompanhamento do estado nutricional da gestante (IMC) por semana gestacional (Curva de Atalah)



**Tabela de acompanhamento do estado nutricional da gestante (IMC) por semana gestacional.**

<b>Semana gestacional</b>	<b>Baixo peso IMC ≤</b>	<b>Adequado IMC entre</b>	<b>Sobrepeso IMC entre</b>	<b>Obesidade IMC ≥</b>
6	19,9	20,0 – 24,9	25,0 - 30,0	30,1
7	20,0	20,1 – 25,0	25,1 – 30,1	30,2
8	20,1	20,2 – 25,0	25,1 – 30,1	30,2
9	20,2	20,3 – 25,1	25,2 – 30,2	30,3
10	20,2	20,3 – 25,2	25,3 – 30,2	30,3
11	20,3	20,4 – 25,3	25,4 – 30,3	30,4
12	20,4	20,5 – 25,4	25,5 – 30,3	30,4
13	20,6	20,7 – 25,6	25,7 – 30,4	30,5
14	20,7	20,8 – 25,7	25,8 – 30,5	30,6
15	20,8	20,9 – 25,8	25,9 – 30,6	30,7
16	21,0	21,1 – 25,9	26,0 – 30,7	30,8
17	21,1	21,2 – 26,0	26,1 – 30,8	30,9
18	21,2	21,3 – 26,1	26,2 – 30,9	31,0
19	21,4	21,5 – 26,2	26,3 – 30,9	31,0
20	21,5	21,6 – 26,3	26,4 – 31,0	31,1
21	21,7	21,8 – 26,4	26,5 – 31,1	31,2
22	21,8	21,9 – 26,6	26,7 – 31,2	31,3
23	22,0	22,1 – 26,8	26,9 – 31,3	31,4
24	22,2	22,3 – 26,9	27,0 – 31,5	31,6
25	22,4	22,5 – 27,0	27,1 – 31,6	31,7
26	22,6	22,7 – 27,2	27,3 – 31,7	31,8
27	22,7	22,8 – 27,3	27,4 – 31,8	31,9
28	22,9	23,0 – 27,5	27,6 – 31,9	32,0
29	23,1	23,2 – 27,6	27,7 – 32,0	32,1
30	23,3	23,4 – 27,8	27,9 – 32,1	32,2
31	23,4	23,5 – 27,9	28,0 – 32,2	32,3
32	23,6	23,7 – 28,0	28,1 – 32,3	32,4
33	23,8	23,9 – 28,1	28,2 – 32,4	32,5
34	23,9	24,0 – 28,3	28,4 – 32,5	32,6
35	24,1	24,2 – 28,4	28,5 – 32,6	32,7
36	24,2	24,3 – 28,5	28,6 – 32,7	32,8
37	24,3	24,5 – 28,7	28,8 – 32,8	32,9
38	24,5	24,6 – 28,8	28,9 – 32,9	33,0
39	24,7	24,8 – 28,9	29,0 – 33,0	33,1
40	24,9	25,0 – 29,1	29,2 – 33,1	33,2
41	25,0	25,1 – 29,2	29,3 – 33,2	33,3
42	25,0	25,1 – 29,2	29,3 – 33,2	33,3

**Fonte: Adaptado de Atalah, 1997.**

## Equações para cálculo da necessidade energética

### Equações para o cálculo do GEB:

#### 1) **FAO/OMS (2004):**

10 a 18 anos:  $GEB = 13,384 \times P \text{ (kg)} + 692,6$

18 a 30 anos:  $GEB = 14,818 \times P \text{ (kg)} + 486,6$

30 a 60 anos:  $GEB = 8,126 \times P \text{ (kg)} + 845,6$

#### 2) **DRIs (2002):**

9 a 18 anos:  $EER = 135,3 - 30,8 \times \text{idade (anos)} + AF \times [10 \times \text{Peso (kg)} + 934 \times \text{altura (m)}] + 25$

**FA: 1 (leve); 1,16 (pouco ativa); 1,31 (ativa); 1,56 (muito ativa)**

19 anos ou mais:  $EER = 354 - 6,91 \times \text{idade (anos)} + AF \times [9,36 \times \text{Peso (kg)} + 726 \times \text{altura (m)}]$

**FA: 1 (leve); 1,12 (pouco ativa); 1,27 (ativa); 1,45 (muito ativa)**

### Equações para o cálculo do GET:

#### 1) **FAO/OMS (2004):**

**GET = GEB x AF**

**FA: 1,53 (leve ou sedentária); 1,76 (moderada); 2,25 (vigorosa)**

#### 2) **DRIs (2002):**

1º trimestre:  $GET = EER + 0$

2º trimestre:  $GET = EER + (8 \text{ kcal} \times \text{semana gestacional})$

3º trimestre:  $GET = EER + (8 \text{ kcal} \times \text{semana gestacional})$

#### 3) **Fórmula de bolso (RDA, 1989)**

Adultas: 25-30 kcal/kg/dia