

FORMAÇÃO PRECOCE DAS PREFERÊNCIAS ALIMENTARES – CONHECIMENTOS DA GRÁVIDA

Vigário MA^I, Poínhos R^{II}, Correia F^{III}

Comunicação oral 17

As escolhas alimentares da grávida e da aleitante influenciam as características olfativas e gustativas do líquido amniótico e do leite materno. Através da alimentação materna, o feto pode ser exposto a alguns paladares de rejeição inata (como o ácido e o amargo), familiarizando-se com eles, e, conseqüentemente, reduzindo a aversão a alimentos cuja introdução deve ocorrer ao longo do primeiro ano de vida. Também durante a complementaridade ao aleitamento, a escolha do tipo, consistência e momento em que ocorre a introdução dos alimentos interfere na sua aceitação. Foi objetivo deste trabalho estudar os conhecimentos de grávidas sobre a possibilidade de uma influência precoce nas preferências alimentares dos filhos. Para tal, aplicou-se a uma amostra de 254 grávidas um questionário com questões fechadas (estas constaram de interrogações/ afirmações, com respostas “sim”/ “verdadeiro”, “não”/ “falso” e “não sei”) agrupadas em 3 temas: Alimentação saudável na gravidez; Influência da alimentação da grávida e da aleitante na formação das preferências alimentares da criança; e Introdução dos alimentos complementares.

O tema Alimentação saudável na gravidez foi aquele em que se verificou maior proporção média de respostas corretas. As gestantes com partos anteriores obtiveram maior pontuação média às questões sobre a complementaridade alimentar. A formação das preferências alimentares foi o tema que apresentou a mais baixa proporção média de respostas corretas.

Os resultados mostram a necessidade de melhorar os conhecimentos da grávida sobre a oportunidade e responsabilidade de proceder a escolhas alimentares, enquanto grávida e aleitante, que propiciem a aquisição de hábitos alimentares saudáveis do seu filho. Este trabalho permitiu identificar temas fundamentais a incluir na informação a disponibilizar às grávidas.

^I Centro Hospitalar Médio Ave, E.P.E.

^{II} Faculdade de Ciências de Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.

^{III} Centro Hospitalar de São João, E.P.E.