



FACULDADE AGES - CAMPUS JACOBINA

HANNAH CAROLLINI OLIVEIRA LOPES

**A INFLUÊNCIA DA ALIMENTAÇÃO GESTACIONAL NA SELETIVIDADE
ALIMENTAR DA CRIANÇA**

JACOBINA - BAHIA

2023

HANNAH CAROLLINI OLIVEIRA LOPES

**A INFLUÊNCIA DA ALIMENTAÇÃO GESTACIONAL NA SELETIVIDADE
ALIMENTAR DA CRIANÇA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade de Nutrição
da AGES de Jacobina, como
exigência para aprovação em TCC.

Orientadora: Prof. Msa.
Juliana Malinovski

JACOBINA - BAHIA
2023

RESUMO

Introdução: No período gestacional, as mulheres são acompanhadas e monitoradas em relação ao ganho de peso, sendo orientadas nutricionalmente, para essa fase, que é muito importante para a saúde da mulher e do bebê. Assim, a conduta nutricional, se faz de extrema importante, para que o ambiente intrauterino, seja rico em sabores transmitidos da alimentação da mãe para o líquido amniótico e, composição do leite materno. **Objetivo:** Analisar se a alimentação da mãe, durante a gestação, influencia a seletividade alimentar do bebê e seu primeiro contato com os alimentos. **Metodologia:** Realizou-se uma pesquisa de dados bibliográficos publicados em português e inglês no período de 2018 a 2023, através das bases de dados: plataforma Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), National Library of Medicine (NLM), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizando como palavra-chave: “sabor”, “placenta”, “gestação”, “seletividade alimentar”, e em inglês “taste”, “prenatal”, “placenta”, “pregnancy” e “food selectivity”. **Resultados:** Observou-se que a boa alimentação da mãe durante a gestação pode influenciar a seletividade alimentar, consequentemente, na saúde futura do bebê. Através do feto, o mesmo é capaz de sentir sabores e odores pela placenta, pelo qual, o líquido amniótico altera de sabor de acordo com o que é ingerido pela gestante. É coerente orientar aceitar uma alimentação saudável durante toda gestação e lactação gerando diversos benefícios para a mãe e para o bebê, auxiliando na introdução correta de alimentos e impactando ao longa da vida dessa criança.

Palavras-chave: “sabor”, “placenta”, “gestação”, “seletividade alimentar”, e em inglês “taste”, “prenatal”, “placenta”, “pregnancy” e “food selectivity”.

INTRODUÇÃO

No Brasil, as mulheres durante o período gestacional e lactação são acompanhadas e monitoradas, em relação ao ganho de peso, tendo acesso a orientações nutricionais específicas para essa fase (SCHIRMER *et al.*, 2000). Pois o estado nutricional, reflete no risco de morbidade no período gestacional, podendo haver carências de nutrientes, assim como diabetes gestacional e/ou síndrome hipertensiva (ASSIS *et al.*, 2022).

Além de comorbidades, a alimentação da mulher, durante a gestação, também pode impactar nas prioridades de sabor pela criança, após o seu nascimento (LIEM,2017; BAYOL et al., 2017; LI et al., 2011). Durante a fase do último trimestre, com o bebê ainda na barriga, as papilas gustativas do feto reconhecem e transmitem informações ao Sistema Nervoso Central (SNC) (FORESTELL E MENNELLA, 2015). Porém, podem ser modificadas com os primeiros contatos com os alimentos, após o nascimento e assim, executar um papel importante nas escolhas alimentares e mais tarde, na vida dessa criança (LIEM,2017; BAYOL et al., 2017; LI et al., 2011).

Na dieta materna, as escolhas alimentares, são importantes para que o ambiente intrauterino seja rico em sabores transmitidos da alimentação da mãe direto para o líquido amniótico e composição do leite materno (MENNELLA et al., 2001; MENNELLA et al., 1995). Sendo assim, reforçando, os primeiros 1000 dias após a concepção, os períodos de pré-natal e pós-natal precoce, são essenciais, onde as alterações do estilo de vida materno podem ter consequências de longa consecução (BARKER, 2012).

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo analisar a alimentação da mãe, durante a gestação, e sua influência na seletividade alimentar do bebê e seu primeiro contato com os alimentos.

METODOLOGIA

Para construção e desenvolvimento do presente trabalho, foi realizada uma revisão integrativa sobre o impacto da alimentação da mulher durante a gestação sobre as preferências alimentares do bebê. Foram ponderados artigos científicos do período de 2018 a 2023, através das fontes de dados bibliográficos: Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), National Library of Medicine (NLM), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Averiguou-se a credibilidade das fontes e veracidade dos dados obtidos, considerando as incoerências que houvesse ou contrassenso que as obras poderiam apresentar.

Para a criação desse trabalho de revisão, foram utilizadas pesquisas eletrônicas de artigos sendo realizados levantamentos bibliográficos. Utilizou-se os seguintes descritores: "sabor", "placenta", "gestação", "seletividade alimentar". E em inglês "taste", "prenatal", "placenta", "pregnancy" e "food selectivity". Foram excluídos artigos que não se enquadraram no tema ou por

informações que fossem incoerentes. Desta forma, todo o processo de seleção de trabalhos escolhidos para compor o atual estudo dividiu-se em quatro etapas: Etapa I: Houve a investigação e identificação dos artigos científicos pelas fontes bibliográficas, selecionadas com base no título. Etapa II: Analisaram-se os artigos científicos de acordo com tema, tempo de publicação e método. Etapa III: Verificou a elegibilidade dos artigos lidos na íntegra, a serem utilizados. Etapa IV: Artigos incluídos para aproveitamento do conteúdo, para enriquecer o trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

GESTÇÃO E ALIMENTAÇÃO

O período gestacional é composto por 40 semanas, apresentando diversidade em seus aspectos fisiológicos, metabólicos e nutricionais (EL BEITUNE *et al.*, 2018). Durante todo esse período, a mãe e o feto passam por uma fase de rápida transformação juntos, com significativas alterações fisiológicas, anatômicas e metabólicas, tornando esse período mais suscetível a mudanças na alimentação (EL BEITUNE *et al.*, 2018).

A disponibilidade e o suprimento de nutrientes ao feto em desenvolvimento dependem do estado nutricional da mãe, que, por sua vez, é influenciado pelos seus estoques de nutrientes, ingestão alimentar e necessidades obrigatórias (SILVA *et al.*, 2021).

O estado de saúde e nutricional da mulher no início da gravidez desempenha um papel crucial na função placentária e no subsequente crescimento e desenvolvimento do feto (RUFINO *et al.*, 2018).

A placenta cumpre uma função fundamental na regulação da disponibilidade de nutrientes para o crescimento fetal e, em última instância, impacta a saúde a longo prazo do recém-nascido, além disso, a nutrição periconcepcional também pode influenciar a saúde da descendência e os resultados cognitivos, afetando o crescimento e o desenvolvimento de órgãos importantes, como o cérebro, fígado e pâncreas durante as primeiras semanas de gestação (FERRAZ *et al.*, 2021).

Devido a todas essas razões, e considerando que a gravidez é uma fase especial em que as necessidades de proteínas, energia, minerais e vitaminas aumentam, é fundamental levar em consideração a alimentação da mãe. Os

nutrientes são fornecidos ao bebê por meio da placenta, tornando a dieta materna um dos fatores externos mais prevalentes no crescimento e desenvolvimento do feto (EL BEITUNE *et al.*, 2020).

Antecipar situações de maior risco de deficiências nutricionais e corrigilas prontamente pode trazer benefícios significativos para a saúde materna e do filho, tanto a curto quanto a longo prazo, incluindo uma saúde materna ideal, bem como um desenvolvimento e crescimento fetal ideais, redução dos riscos de anomalias congênitas e ainda diminuição dos riscos de problemas crônicos de saúde para a mãe e seu filho (EL BEITUNE *et al.*, 2018).

O Ministério da Saúde do Brasil recomenda que as mulheres grávidas reduzam o consumo de alimentos ricos em gorduras, uma vez que o consumo excessivo desses alimentos está associado ao desenvolvimento de condições como obesidade, hipertensão e doenças cardíacas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Além disso, é aconselhável diminuir a ingestão de açúcares e doces, pois o consumo frequente desses alimentos aumenta o risco de complicações, como ganho excessivo de peso, obesidade, diabetes gestacional e hipertensão (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). O consumo excessivo de sódio também deve ser evitado, pois está associado ao aumento do risco de hipertensão, doenças cardíacas, renais e edema (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Essas diretrizes destacam a importância de evitar alimentos que se enquadrem no padrão alimentar 'denso em energia', a fim de prevenir complicações durante a gestação (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

DESAFIOS ALIMENTARES DURANTE A GESTAÇÃO

A gravidez é um fenômeno natural que ocorre nas mulheres. fisiologicamente, é um evento que geralmente transcorre sem complicações significativas. Trata-se de uma fase transitória, em que a mulher passa por várias mudanças, tanto no aspecto fisiológico quanto psicológico (DA MATA OLIVEIRA, DE SENE & WATANABE, 2018).

Náusea e vômito da gravidez (NVP) é uma condição comum que afeta até 70% das mulheres grávidas podendo evoluir para hiperêmese gravídica (HG) (LIU *et al.*, 2022). A HG pode persistir durante toda a gravidez, causando desnutrição, desidratação, desequilíbrio eletrolítico e perda de peso involuntária,

exigindo internação hospitalar na maioria dos casos, levando a efeitos negativos sobre o bem-estar materno, físico e psicológico, o HG pode afetar negativamente o crescimento fetal e pode ter consequências adversas na saúde da prole (MASLIN e DEAN, 2022).

Os afetados pela HG podem apresentar deficiências de micronutrientes, aversões alimentares graves e ingestão nutricional inadequada, além de refluxo gastroesofágico e gastroparesia (MACGIBBON, 2020).

Além dos distúrbio, citados acima, das alterações físicas, hormonais, ainda existe as questões emocionais que a gravidez pode afetar, acontecendo mudanças no comportamento alimentar, como pode ser observado no estudo de Pires *et al.* (2020), onde foi percebido em associação ao aumento do apetite e à movimentação fetal, que geravam quadros de ansiedade e comprometiam a realização de atividades cotidianas, inclusive dormir (PIRES *et al.*, 2020. Assim, o acréscimo de várias refeições ao longo do dia e o ato de “comer por dois” eram justificados pela urgência de aliviar seu estado de ansiedade (PIRES *et al.*, 2020).

Em um estudo de Fernandes *et al.* (2019), observou-se que gestantes de alto risco tendem a ter uma porcentagem significativa das calorias totais de suas refeições proveniente de alimentos in natura/minimamente processados. Notouse ainda que as gestantes com obesidade grau III apresentaram consumos menores de certos nutrientes provenientes de alimentos in natura/minimamente processados em comparação com gestantes com obesidade grau II (FERNANDES *et al.*, 2019). Ou seja, as gestantes de alto risco podem ter padrões distintos de consumo de alimentos processados, destacando a importância da nutrição adequada durante a gravidez (FERNANDES *et al.*, 2019).

Já Paulino *et al.* (2020), examinaram o grau de processamento dos alimentos consumidos por gestantes de alto risco e identificaram que 25% do Valor Energético Total (VET) inverte a sigla fica entre os parênteses diário era proveniente de ultraprocessados.

Na pesquisa de Silva *et al.* (2021), onde foi avaliado o índice de qualidade da dieta de gestantes de alto risco, acompanhadas em um serviço de referência de Pernambuco, percebeu que o padrão alimentar da população estudada demonstrou baixa qualidade na maior parte das gestantes estudadas, indicando elevado consumo de alimentos industrializados e de baixa qualidade nutricional,

deficiência no consumo nutrientes essenciais como o folato, ferro, fibra, ômega 3 e baixo consumo de hortaliças e frutas frescas. Resultados semelhantes a Vieira *et al.* (2020), que encontraram baixo consumo de frutas frescas e hortaliças por gestantes adolescentes, acompanhadas em unidades básicas de saúde do Rio de Janeiro, onde apenas 19% do grupo, atingiu as recomendações nutricionais.

Portanto a ingestão dos alimentos ultraprocessados está presente entre a população brasileira e consequentemente entre a maior parte das gestantes principalmente as de alto risco, o que torna indispensável a criação de ações de educação nutricional e o fortalecimento das políticas públicas vigentes na área materno-infantil, a fim de conscientizar as mulheres sobre o quanto seu consumo alimentar e seus hábitos podem refletir sobre a vida de seus filhos a curto e a longo prazo.

ALIMENTAÇÃO NA GESTAÇÃO E A SELETIVIDADE ALIMENTAR DO BEBÊ

Antes do nascimento, aprendemos a ouvir, cheirar, saborear e comer (BUCHANAN E BOHÓRQUEZ, 2018). A primeira refeição que um ser humano consome não é o leite ou fórmula de sua mãe, mas sim o líquido amniótico ingerido pelo feto ainda no ambiente uterino (BUCHANAN E BOHÓRQUEZ, 2018). Esse primeiro contato do feto com o líquido amniótico, introduz o início da relação cérebro/intestino, estabelecendo uma comunicação que será mantida ao longo de sua vida (BUCHANAN E BOHÓRQUEZ, 2018).

Um estudo feito em para detectar se os fetos são realmente capazes de perceber no pré-natal informações quimiossensoriais transmitidas por compostos de sabor originários da dieta materna (USTUN *et al.*, 2022). Através de ultrassonografia em 4D, foi possível, capturar reações faciais fetais após a exposição ao sabor de cenoura ou couve (USTUN *et al.*, 2022). Podendo-se concluir que exposições repetidas ao sabor pré-natal podem levar a preferências por certos perfis de sabor, que são consistentes com o sabor experimentado pós-natal em contextos muito diferentes (USTUN *et al.*, 2022).

Delahunt *et al.* (2022), explorou as associações entre a qualidade da dieta materna no início, meio, final da gravidez e as características apetitivas da criança aos 5 anos de idade. Observando que pontuações mais altas no Índice

Alternativo de Alimentação Saudável, modificado para a gravidez (AHEI-P) no início e meio da gravidez foram associadas a pontuações médias mais baixas para o desejo de beber bebidas açucaradas em crianças de 5 anos de idade. Além de que, uma dieta materna de alta qualidade principalmente no início e meio da gravidez, pode ter um papel importante no estabelecimento das bases de como a prole responderá ao consumo de alimentos e bebidas (DELAHUNT *et al.*, 2022).

Menzei *et al.* (2020), confirma e amplia observações anteriores mostrando programação de desenvolvimento de gosto e preferências alimentares na prole devido à dieta materna rica em gorduras. Mostrando que uma dieta rica em gorduras na gestação e lactação tem efeitos marcadamente diferentes nas preferências por soluções doces e gordurosas palatáveis em ratos adultos e sugerimos que tal programação de desenvolvimento pode afetar principalmente os mecanismos gustativos (MENZEI *et al.*, 2020).

Outra pesquisa examinou as associações entre a ingestão materna (prénatal e pós-natal) e infantil de vegetais em 696 mães com dados dietéticos elegíveis do Estudo longitudinal de práticas de alimentação infantil dos Estados Unidos da América (EUA). Foi observado que a ingestão consistentemente alta de vegetais, durante os períodos pré-natal e pós-natal, foi mais fortemente associada à ingestão infantil de vegetais (PERRAUD *et al.*, 2021).

Esses resultados confirmam o que Spahn *et al.* (2019), encontraram em seu artigo, no qual examinou a relação entre a dieta materna durante a gravidez e lactação, o sabor do líquido amniótico, o sabor do leite materno e a aceitabilidade dos alimentos das crianças e a ingestão dietética geral. Obtendo evidências de que os sabores da dieta materna estão presentes no líquido amniótico e no leite materno e são detectados pelo bebê.

Em termos práticos, as primeiras estimulações das papilas gustativas iniciam-se no útero através do líquido amniótico e depois continuam através do leite materno que, como dito, mudam de composição em função da alimentação da mãe. Portanto, as mães devem ter uma dieta balanceada que inclua todas as principais classes de nutrientes para estimular o paladar do feto. Isso instiga a curiosidade do futuro bebê por todos os tipos de alimentos, favorecendo escolhas alimentares saudáveis no que diz respeito ao sabor doce e salgado.

DIETA ADEQUADA PARA O PERÍODO DE GESTAÇÃO

Estudos têm indicado que uma alimentação adequada durante a gravidez é essencial para evitar complicações gestacionais negativas. No entanto, o consumo de alimentos altamente processados está relacionado à obesidade materna, ganho excessivo de peso durante a gravidez e maior quantidade de gordura corporal no recém-nascido, o que aumenta o risco de parto cesáreo, macrossomia fetal e nascimentos de recém-nascidos Grandes para Idade Gestacional (GIG) (GRACILIANO *et al.*, 2021). Portanto, é crucial monitorar o estado nutricional e os padrões alimentares das gestantes como uma estratégia prioritária para promover a saúde materno-infantil (GRACILIANO *et al.*, 2021).

É importante garantir uma alimentação adequada para as gestantes, a fim de garantir a saúde da mãe e do bebê. É altamente recomendado seguir as recomendações de suplementação de vitaminas e minerais, como ácido fólico na dose de 400 mcg/dia a 1 mg/dia no período periconcepcional e durante as 12 primeiras semanas de gestação, para prevenir defeitos do tubo neural (EL BEITUNE *et al.*, 2020). Além disso, a suplementação de folato na dose de 4.000 mcg/dia durante toda a gestação, ferro elementar (30 mg/dia para mulheres não anêmicas, 60 mg/dia para mulheres com anemia) e cálcio ≥ 1 g/dia durante a gestação em mulheres com baixo consumo de laticínios e seus derivados reduz o risco de pré-eclâmpsia e complicações graves (EL BEITUNE, *et al.*, 2020).

Durante a gestação, é especialmente importante cuidar da alimentação. Recomenda-se o consumo de uma ampla variedade de alimentos naturais e minimamente processados, além de ingestão adequada de água, para suprir as necessidades de nutrientes essenciais, como ferro, ácido fólico, cálcio e vitaminas A e D (BRASIL, 2021). Uma alimentação saudável durante a gravidez promove o bom desenvolvimento do feto, a saúde e o bem-estar da gestante, além de prevenir complicações como diabetes gestacional, hipertensão e ganho excessivo de peso (BRASIL, 2021).

CONCLUSÃO

Com a quantidade de pessoas obesas no mundo aumentando e o quanto que a obesidade afeta a saúde da população e sendo a alimentação inadequada

um dos principais causadores da obesidade. Se faz de suma importância, os cuidados com a alimentação o mais cedo possível.

Assim, através desse trabalho foi possível identificar a importância de uma boa alimentação durante a gestação e como essas escolhas, podem influenciar na seletividade alimentar e consequentemente na saúde futura do bebê.

Foi observado, através dos estudos selecionados na atual pesquisa, que o feto é capaz de sentir sabores e odores através da placenta, no qual o líquido amniótico altera de sabor de acordo o que é ingerido pela gestante. Dessa forma como esses sabores ficam armazenados no sistema nervoso central, os mesmos podem ser armazenados no sistema nervoso do feto.

Salientamos que, se faz necessário, mais pesquisas sobre o tema, de qualquer forma, fica evidente que seguir uma alimentação saudável ao longo de toda a gestação trará inúmeros benefícios para a mãe e principalmente ao longo da vida da criança que irá nascer.

REFERÊNCIAS

ASSIS, A. M. O. et al. O Programa Saúde da Família: contribuições para uma reflexão sobre inserção do nutricionista da equipe multidisciplinar. Revista de Nutrição, v. 15, n. 3, p. 255-266, 2002.

BARKER, D. J. P. Sir Richard Doll Lecture. Developmental origins of chronic disease. Public Health, 126(3), 185–189, 2012.

BAYOL, S. A.; FARRINGTON, S. J.; STICKLAND, N. C. A maternal 'junk food' diet in pregnancy and lactation promotes an exacerbated taste for 'junk food' and a greater propensity for obesity in rat offspring. BJN, 98(4), 843–851, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Fascículo 3 Protocolos de uso do Guia Alimentar para a população brasileira na orientação alimentar de gestantes. Ministério da Saúde, Universidade de São Paulo, 2021.

BUCHANAN, K. L.; BOHÓRQUEZ, D. V. You Are What You (First) Eat. Front Hum Neurosci, v. 12, p. 323, 2018.

DA MATA OLIVEIRA, A. C. P.; DE SENE, L. B.; WATANABE, L. A. R. Percepção de dor no parto normal em gestantes. Scire Salutis, v. 8, n. 2, p. 32-42, 2018.

DELAHUNT, A.; CONWAY, M. C.; CALLAGHAN, S. L.; O'BRIEN, E. C.; GERAGHTY, A. A.; O'REILLY, S. L.; MCDONNELL, C. M.; MEHEGAN, J.;

MCAULIFFE, F. M. Maternal dietary quality during pregnancy and child appetitive traits at 5-years-old: Findings from the ROLO longitudinal birth cohort study. *Appetite*, v. 179, p. 106291, Dec. 2022.

EL BEITUNE, P.; JIMÉNEZ, M. F.; SALCEDO, M. M.; AYUB, A. C.; CAVALLI, R. C.; DUARTE, G. *Nutrição durante a gravidez*. São Paulo: Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo), 2018. (Protocolo Febrasgo - Obstetrícia, nº 14/Comissão Nacional Especializada em Assistência Pré-Natal).

FERNANDES, D. C. et al. Relationship between pregestational nutritional status and type of processing of foods consumed by high-risk pregnant women. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 19, n. 2, p. 351–361, abr. 2019.

FERRAZ, L.; ALBIERO, C.; BOECHAT, S. G.; FONSECA, I. P.; DE FARIAS, V. P.; BRAGA, A.; DE FÁTIMA LOPES, P. Micronutrientes e sua importância no período gestacional. *Saber Científico*, v. 7, n. 1, p. 68-82, 2021.

FORESTELL, C. A.; MENNELLA, J. A. The ontogeny of taste perception and preference throughout childhood. In: DOTY, R. L. (Ed.). *Handbook of Olfaction and Gustation*. Marcel Dekker, 2015. p. 795-828.

GRACILIANO, N. G.; SILVEIRA, J. A. C. da; OLIVEIRA, A. C. M. de. Consumo de alimentos ultraprocessados reduz a qualidade global da dieta de gestantes. *Cadernos De Saúde Pública*, v. 37, n. 2, e00030120, 2021.

LI, M.; SLOBODA, D. M.; VICKERS, M. H. Maternal obesity and developmental programming of metabolic disorders in offspring: evidence from animal models. *Exp Diabetes Res*, 2011, 592408, 2011.

LIEM, D. G. Infants' and children's salt taste perception and liking: a review. *Nutrients*, 9(9), 1011, 2017.

LIU, C. et al. Emerging Progress in Nausea and Vomiting of Pregnancy and Hyperemesis Gravidarum: Challenges and Opportunities. *Front Med (Lausanne)*, v. 8, p. 809270, 2022.

MACGIBBON, K. W. Hyperemesis Gravidarum: Strategies to Improve Outcomes. *J Infus Nurs*, v. 43, n. 2, p. 78-96, mar./abr. 2020.

MASLIN, K.; DEAN, C. Nutritional consequences and management of hyperemesis gravidarum: a narrative review. *Nutr Res Rev*, v. 35, n. 2, p. 308318, 2022.

MENNELLA, J. A.; JAGNOW, C. P.; BEAUCHAMP, G. K. Prenatal and postnatal flavor learning by human infants. *Pediatrics*, 107(6), E88, 2001.

- MENNELLA, J. A.; JOHNSON, A.; BEAUCHAMP, G. K. Garlic ingestion by pregnant women alters the odor of amniotic fluid. *Chem Senses*, 20(2), 207–209, 1995.
- MEZEI, G. C.; URAL, S. H.; HAJNAL, A. Differential Effects of Maternal High Fat Diet During Pregnancy and Lactation on Taste Preferences in Rats. *Nutrients*, v. 12, n. 11, p. 3553, Nov. 2020.
- MEZEI, G. C.; URAL, S. H.; HAJNAL, A. Differential Effects of Maternal High Fat Diet During Pregnancy and Lactation on Taste Preferences in Rats. *Nutrients*, v. 12, n. 11, p. 3553, Nov 2020.
- Ministério da Saúde. (2018). *Guia Alimentar para a População Brasileira*. Brasília: Ministério da Saúde.
- Ministério da Saúde. (2020). *Caderno de Atenção Primária à Saúde: Saúde da Mulher*. Brasília: Ministério da Saúde.
- PAULINO, D. S. M.; PINHO-POMPEU, M.; ASSUMPÇÃO, D.; KASAWARA, K. T.; SURITA, F. G. Dietary intake profile in high-risk pregnant women according to the degree of food processing. *The Journal Of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, p. 1-7, 2020.
- PERRAUD, E.; PARKER, H. W.; TOVAR, A.; KAAR, J.; VADIVELOO, M. The relationship between maternal prenatal and postnatal vegetable intake and repeated measures of infant vegetable intake frequency in a national U.S. sample. *Appetite*, v. 168, p. 105781, Jan. 2022.
- PIRES, C. C. et al. Atenção nutricional e práticas alimentares na perspectiva de gestantes com excesso de peso. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, v. 15, p. e40566, maio 2020.
- RUFINO, M. P. R.; PRADO, L. S.; DIAS, L. T.; SOUSA, J. O.; FROTA, M. C. Q. A.; CARNEIRO, J. K. R.; OLIVEIRA, M. A. S. Avaliação do estado nutricional e do ganho de peso das gestantes atendidas em um Centro de Saúde da Família do interior norte do estado do Ceará/Brasil. *Revista Interdisciplinar*, v. 11, n. 4, p. 11-20, 2018.
- SCHIRMER, Janine et al. **Pré-natal: Manual técnico**. 3ª ed. Brasília: Secretaria de Políticas de Saúde - SPS/Ministério da Saúde, 66 p, 2000.
- SILVA, T. V. N. da; NERIS, V. A.; ALBUQUERQUE, M. N. de L.; GOMES, A. C. B.; AUGUSTO, F. D. R.; CAVALCANTI, R. de A. S.; MAIO, R.; BURGOS, M. G. P. de A. Food consumption of high-risk pregnant women through an adapted diet quality index. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 3, p. e39310313566, 2021.
- SPAHN, J. M.; CALLAHAN, E. H.; SPILL, M. K.; WONG, Y. P.; BENJAMINNEELON, S. E.; BIRCH, L.; BLACK, M. M.; COOK, J. T.; FAITH, M.

S.; MENNELLA, J. A.; CASAVALLE, K. O. Influence of maternal diet on flavor transfer to amniotic fluid and breast milk and children's responses: a systematic review. *The American Journal of Clinical Nutrition*, v. 109, Suppl_7, p. 1003S-1026S, 2019.

USTUN, B. et al. Flavor Sensing in Utero and Emerging Discriminative Behaviors in the Human Fetus. *Psychol Sci*, v. 33, n. 10, p. 1651-1663, 2022.

VIEIRA, M. A.; SALLY, E. O. F.; BARBOSA, R. M. S.; FERREIRA, D. M. Qualidade da dieta de gestantes adolescentes assistidas na Rede Básica de Saúde. *Saúde e Pesquisa*, v. 13, n. 3, p. 515-522, 2020.