



Efeitos do Manejo Dietético na Prevenção e Tratamento da Pré-Eclâmpsia em Gestantes de Alto Risco: Uma Revisão Integrativa

Miguel Fontana Pereira, Pedro Victor Alves Castro, Pedro Henrique Paes Alves, Ary Aragão Cabral Vieira, Maurício Marlon Mota de Oliveira, Sarah Sacha de Melo Lima, Júlia Teixeira Sarmiento, Luana Moura Luz Fé, Adoaldo Fernandes Gomes Neto, Laís Ferreira Silva

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

Introdução: A pré-eclâmpsia é uma complicação grave da gravidez caracterizada por pressão arterial elevada e proteína na urina após a 20ª semana de gestação. Em casos graves, pode levar a complicações sérias para a mãe e o feto, incluindo convulsões, danos aos órgãos e até mesmo morte.

Metodologia: Os descritores utilizados na busca foram selecionados para abranger amplamente o tema, incluindo termos como "pré-eclâmpsia", "gestantes de alto risco", "manejo dietético", "nutrientes", "dieta DASH", "exercício na gravidez", entre outros.

Resultado: A compreensão do papel da dieta na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia é complexa e multifacetada. Uma variedade de nutrientes e dietas específicas foram investigadas quanto ao seu potencial impacto sobre os fatores de risco e os mecanismos subjacentes à pré-eclâmpsia. Entre esses nutrientes, o cálcio tem recebido atenção especial devido à sua função na regulação da pressão arterial e na saúde vascular.

Conclusão: Em conclusão, o manejo dietético desempenha um papel importante na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. A ingestão adequada de nutrientes específicos, como cálcio, vitamina D, magnésio e ácido fólico, bem como a adoção de dietas saudáveis, como a dieta DASH, podem ajudar a reduzir o risco de desenvolver a condição.

Palavras-chave: Pré-eclâmpsia, Gestantes de Alto Risco, Manejo Dietético, Nutrientes.

Effects of Dietary Management on Prevention and Treatment of Preeclampsia in High-Risk Pregnant Women: An Integrative Review

ABSTRACT

Introduction: Preeclampsia is a serious complication of pregnancy characterized by high blood pressure and protein in the urine after the 20th week of gestation. In severe cases, it can lead to serious complications for both the mother and the fetus, including seizures, organ damage, and even death.

Methodology: The descriptors used in the search were selected to broadly cover the topic, including terms such as "preeclampsia," "high-risk pregnant women," "dietary management," "nutrients," "DASH diet," "exercise during pregnancy," among others.

Result: Understanding the role of diet in the prevention and treatment of preeclampsia is complex and multifaceted. A variety of nutrients and specific diets have been investigated for their potential impact on risk factors and underlying mechanisms of preeclampsia. Among these nutrients, calcium has received special attention due to its role in regulating blood pressure and vascular health.

Conclusion: In conclusion, dietary management plays an important role in the prevention and treatment of preeclampsia in high-risk pregnant women. Adequate intake of specific nutrients such as calcium, vitamin D, magnesium, and folic acid, as well as the adoption of healthy diets like the DASH diet, can help reduce the risk of developing the condition.

Keywords: Preeclampsia, High-Risk Pregnant Women, Dietary Management, Nutrients.

Dados da publicação: Artigo recebido em 25 de Fevereiro e publicado em 15 de Abril de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n4p1599-1608>

Autor correspondente: Miguel Fontana Pereira

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



INTRODUÇÃO

A pré-eclâmpsia é uma complicação grave da gravidez caracterizada por pressão arterial elevada e proteína na urina após a 20ª semana de gestação. Em casos graves, pode levar a complicações sérias para a mãe e o feto, incluindo convulsões, danos aos órgãos e até mesmo morte. Gestantes de alto risco, incluindo aquelas com história prévia de pré-eclâmpsia, diabetes, hipertensão ou obesidade, estão em maior risco de desenvolver a condição. O manejo dietético tem sido estudado como uma abordagem para prevenir e tratar a pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco^{1,2}.

Uma revisão integrativa recente examinou os efeitos do manejo dietético na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. A revisão analisou uma variedade de estudos, incluindo ensaios clínicos randomizados, estudos observacionais e meta-análises. Os resultados indicaram que certos aspectos da dieta podem desempenhar um papel importante na prevenção e no tratamento da pré-eclâmpsia^{3,4}.

Um dos principais focos da revisão foi a ingestão de nutrientes específicos, como cálcio, vitamina D, magnésio e ácido fólico. Estudos sugeriram que uma ingestão adequada desses nutrientes pode ajudar a reduzir o risco de desenvolver pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. Por exemplo, o cálcio tem sido associado à redução da pressão arterial e ao aumento da função endotelial, ambos os quais podem ajudar a prevenir a pré-eclâmpsia. Da mesma forma, a vitamina D desempenha um papel crucial na regulação do sistema imunológico e na função cardiovascular, o que pode influenciar o desenvolvimento da pré-eclâmpsia^{5,6}.

Além disso, a revisão também examinou o papel das dietas específicas, como a dieta DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), na prevenção da pré-eclâmpsia. A dieta DASH é rica em frutas, vegetais, grãos integrais, laticínios com baixo teor de gordura, aves, peixes, nozes e sementes, e limita a ingestão de alimentos ricos em gordura saturada e colesterol. Estudos mostraram que seguir uma dieta DASH pode reduzir significativamente o risco de hipertensão, o que pode ter implicações importantes na prevenção da pré-eclâmpsia^{4,5}.

Além dos nutrientes e dietas específicas, a revisão também considerou o impacto



do ganho de peso durante a gravidez e da obesidade materna na ocorrência de pré-eclâmpsia. Evidências sugerem que o ganho de peso excessivo durante a gravidez e a obesidade materna estão associados a um maior risco de desenvolver pré-eclâmpsia. Portanto, estratégias para controlar o ganho de peso e promover um peso saudável antes e durante a gravidez podem desempenhar um papel importante na prevenção da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco^{5,7}.

Além do manejo dietético, a revisão também destacou a importância de outras medidas de estilo de vida, como exercícios regulares e controle do estresse, na prevenção da pré-eclâmpsia. O exercício regular tem sido associado a uma redução do risco de desenvolver pré-eclâmpsia, provavelmente devido aos seus efeitos benéficos na pressão arterial, no controle do peso e na função cardiovascular. Da mesma forma, o controle do estresse pode desempenhar um papel importante na redução do risco de pré-eclâmpsia, uma vez que o estresse crônico pode contribuir para o desenvolvimento de hipertensão e outros fatores de risco para a pré-eclâmpsia^{8,9,10}.

METODOLOGIA

A revisão integrativa é uma abordagem metodológica que permite a síntese de evidências de estudos primários para responder a questões de pesquisa complexas e multifacetadas. A revisão integrativa é uma abordagem metodológica que permite a síntese de evidências de estudos primários para responder a questões de pesquisa complexas e multifacetadas. Para investigar os efeitos do manejo dietético na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão.

Foram incluídos estudos que investigaram intervenções dietéticas em gestantes de alto risco para pré-eclâmpsia, independentemente do desenho do estudo. Os critérios de inclusão abrangiam estudos que avaliaram a ingestão de nutrientes específicos, dietas específicas, ganho de peso durante a gravidez, obesidade materna e outros aspectos relacionados ao manejo dietético na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia.

Os descritores utilizados na busca foram selecionados para abranger amplamente o tema, incluindo termos como "pré-eclâmpsia", "gestantes de alto risco", "manejo dietético", "nutrientes", "dieta DASH", "exercício na gravidez", entre outros.



Foram excluídos estudos que não estavam disponíveis em texto completo, estudos que não estavam escritos em língua portuguesa ou inglesa, e estudos que não estavam diretamente relacionados ao manejo dietético da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. Além disso, foram excluídos estudos que não forneceram dados relevantes para análise ou que não atenderam aos critérios de qualidade metodológica.

A busca pelos estudos foi realizada de forma sistemática no Google Acadêmico, sem restrições de período de publicação, abrangendo estudos disponíveis até a data limite de pesquisa.

Após a busca inicial, os estudos foram selecionados com base em seus títulos e resumos, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Os textos completos dos estudos selecionados foram então avaliados detalhadamente para verificar sua relevância e qualidade metodológica.

Os dados dos estudos selecionados foram extraídos e organizados em uma matriz de síntese, incluindo informações sobre autor(es), ano de publicação, desenho do estudo, características da população estudada, intervenção ou práticas avaliadas, resultados principais e conclusões. A síntese dos resultados foi realizada de forma descritiva, destacando as principais tendências, lacunas de conhecimento e áreas de discordância entre os estudos.

Finalmente, os resultados foram interpretados à luz dos objetivos da revisão, identificando implicações para a prática clínica, pesquisa futura e políticas de saúde. Limitações metodológicas dos estudos incluídos também foram consideradas durante a interpretação dos resultados, visando fornecer uma análise crítica e robusta das evidências disponíveis.

Em resumo, a revisão integrativa realizada seguiu uma abordagem sistemática e abrangente para analisar e integrar evidências sobre o manejo dietético na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. A metodologia adotada permitiu uma análise detalhada dos estudos incluídos, bem como uma síntese abrangente dos resultados, contribuindo para o avanço do conhecimento nessa área e fornecendo insights importantes para a prática clínica e pesquisa futura.

Tabela 1 – Síntese da Metodologia

Passo da Metodologia	Descrição
-----------------------------	------------------

Definição da Questão de Pesquisa	Avaliar os efeitos do manejo dietético na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco.
Estabelecimento de Critérios de Inclusão e Exclusão	Inclusão: Estudos relacionados ao manejo dietético na pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. Exclusão: Estudos sem texto completo, não em inglês ou português, não relevantes ao tema.
Definição de Descritores	Descritores incluíram "pré-eclâmpsia", "gestantes de alto risco", "manejo dietético", entre outros termos relevantes.
Fonte de Busca	Google Acadêmico
Seleção dos Estudos	Seleção com base em títulos e resumos, seguida de avaliação dos textos completos quanto à relevância e qualidade metodológica.
Extração de Dados	Dados extraídos incluíram autor(es), ano de publicação, desenho do estudo, características da população, intervenção, resultados e conclusões.
Síntese dos Resultados	Realizada de forma descritiva, destacando tendências, lacunas de conhecimento e áreas de discordância entre os estudos.
Interpretação dos Resultados	Os resultados foram interpretados à luz dos objetivos da revisão, considerando implicações para a prática clínica, pesquisa futura e políticas de saúde.

Fonte: Elaborada pelo próprio autor.

RESULTADOS

A pré-eclâmpsia permanece como uma das principais preocupações obstétricas devido à sua associação com complicações graves tanto para a mãe quanto para o feto. Caracterizada por hipertensão arterial e proteinúria após a 20ª semana de gestação, essa condição desafia os profissionais de saúde a adotarem estratégias eficazes para prevenção e tratamento, especialmente em gestantes de alto risco. Diante dessa preocupação, o manejo dietético surge como uma área de interesse significativa, oferecendo abordagens potencialmente benéficas para reduzir o risco e a gravidade da pré-eclâmpsia^{3,4}.

A compreensão do papel da dieta na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia é complexa e multifacetada. Uma variedade de nutrientes e dietas específicas foram investigadas quanto ao seu potencial impacto sobre os fatores de risco e os mecanismos subjacentes à pré-eclâmpsia. Entre esses nutrientes, o cálcio tem recebido atenção especial devido à sua função na regulação da pressão arterial e na saúde vascular. Estudos sugerem que uma ingestão adequada de cálcio pode reduzir o risco de



desenvolver pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco, possivelmente através de efeitos vasodilatadores e anti-hipertensivos^{5,6}.

Além do cálcio, outros nutrientes, como vitamina D, magnésio e ácido fólico, também foram estudados em relação à pré-eclâmpsia. A vitamina D, por exemplo, desempenha um papel crucial na regulação do sistema imunológico e na função cardiovascular, o que pode influenciar o desenvolvimento da condição. Da mesma forma, o magnésio está envolvido em processos fisiológicos importantes, incluindo a regulação da pressão arterial e a função vascular. A suplementação de ácido fólico também tem sido associada a uma redução do risco de pré-eclâmpsia, embora os mecanismos precisos ainda não estejam totalmente esclarecidos^{6,7}.

Além da ingestão de nutrientes específicos, dietas específicas também foram investigadas quanto ao seu potencial efeito na pré-eclâmpsia. A dieta DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), por exemplo, é conhecida por sua capacidade de reduzir a pressão arterial e promover a saúde cardiovascular. Estudos sugerem que seguir uma dieta DASH durante a gravidez pode reduzir o risco de desenvolver pré-eclâmpsia, possivelmente devido à sua ênfase em alimentos ricos em nutrientes e baixos em gordura saturada e colesterol^{6,8}.

Além disso, o ganho de peso durante a gravidez e a obesidade materna emergem como fatores de risco importantes para o desenvolvimento da pré-eclâmpsia. Estratégias para controlar o ganho de peso e promover um peso saudável antes e durante a gravidez podem desempenhar um papel crucial na prevenção da condição em gestantes de alto risco. Isso pode incluir a adoção de uma dieta equilibrada e a prática regular de exercícios físicos adequados para gestantes^{9,10}.

No entanto, apesar do crescente interesse no manejo dietético da pré-eclâmpsia, ainda existem lacunas significativas no conhecimento. Muitas questões permanecem sem resposta, incluindo a dosagem ideal de nutrientes, a eficácia de diferentes dietas e estratégias de intervenção, e os mecanismos subjacentes aos efeitos observados. Além disso, a complexidade da pré-eclâmpsia como uma condição multifatorial requer uma abordagem multidisciplinar e integrada para a pesquisa e prática clínica^{3,5}.

A interpretação dos resultados dos estudos sobre manejo dietético na pré-



eclâmpsia requer uma análise cuidadosa dos dados disponíveis, levando em consideração a qualidade metodológica dos estudos, a consistência dos resultados e as limitações potenciais. Além disso, é importante considerar a aplicabilidade dos resultados à prática clínica, bem como suas implicações para políticas de saúde e diretrizes de cuidados obstétricos^{7,8}.

Em conclusão, o manejo dietético representa uma área promissora de pesquisa e intervenção na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. Estudos sugerem que uma ingestão adequada de nutrientes e a adoção de dietas saudáveis podem desempenhar um papel importante na redução do risco e da gravidade da condição. No entanto, mais pesquisas são necessárias para elucidar completamente os efeitos da dieta na pré-eclâmpsia e desenvolver estratégias eficazes para sua prevenção e tratamento^{9,10}.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em conclusão, o manejo dietético desempenha um papel importante na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. A ingestão adequada de nutrientes específicos, como cálcio, vitamina D, magnésio e ácido fólico, bem como a adoção de dietas saudáveis, como a dieta DASH, podem ajudar a reduzir o risco de desenvolver a condição.

Além disso, outras medidas de estilo de vida, como exercícios regulares e controle do estresse, também são importantes para prevenir a pré-eclâmpsia em gestantes de alto risco. No entanto, mais pesquisas são necessárias para entender completamente o papel do manejo dietético na prevenção e tratamento da pré-eclâmpsia e para desenvolver diretrizes específicas para gestantes de alto risco.

.REFERÊNCIAS

1. DE OLIVEIRA, Alane Cabral Menezes et al. Ingestão e coeficiente de variabilidade de nutrientes antioxidantes por gestantes com pré-eclâmpsia. **Revista Portuguesa de Cardiologia**, v. 35, n. 9, p. 469-476, 2016. Disponível: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0870255116300993>
2. SILVA, Ana Carolina Alves de Andrade. Suplementação de cálcio na prevenção da pré-eclâmpsia: revisão de literatura. 2022. Disponível: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1413495>



3. DANTAS, Maryze Valéria Lima; NASCIMENTO, Fransoaine Graviel do; ROCHA, Vivianne de Sousa. La ingesta de calcio, magnesio y zinc en mujeres con pre-eclampsia y diabetes gestacional. **Nutr. clín. diet. hosp**, p. 130-137, 2016. Disponível: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-155465>
4. VÍTOLO, Márcia Regina; BUENO, Michele Soares Fraga; GAMA, Cíntia Mendes. Impacto de um programa de orientação dietética sobre a velocidade de ganho de peso de gestantes atendidas em unidades de saúde. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 33, p. 13-19, 2011. Disponível: <https://www.scielo.br/j/rbgo/a/hJSrXmFCyz6ZsLRwt8bWxPm/>
5. MAI, Camila Mayara; KRATZER, Pamela Mireli; MARTINS, Wesley. Assistência de enfermagem em mulheres com pré-eclâmpsia e/ou eclâmpsia: uma revisão integrativa da literatura. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 8, n. 23, p. 28-39, 2021. Disponível: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/487>
6. ROSA, Fernanda Brunacci Della. **Avaliação do status em ferro na pré-eclâmpsia**. 2013. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/9/9132/tde-10042017-102637/pt-br.php>
7. SILVA, William Pinheiro da et al. Pré-eclâmpsia-síndrome hipertensiva gestacional-uma revisão. 2023. Disponível: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/38263>
8. KAPPES, Simone. Consumo alimentar de cálcio em gestantes hipertensas e a sua associação com fatores de risco para pré-eclâmpsia. 2019. Disponível: <https://rd.uffs.edu.br/handle/prefix/4852>
9. MOURA, Escolástica Rejane Ferreira et al. Fatores de risco para síndrome hipertensiva específica da gestação entre mulheres hospitalizadas com pré-eclâmpsia. **Cogitare Enfermagem**, v. 15, n. 2, p. 250-255, 2010. Disponível: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/50468>
10. SILVA, Quéren Gabriele Cunha et al. Assistência de enfermagem í s mulheres com pré-eclâmpsia: revisão integrativa. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 11, n. 61, p. 4930-4941, 2021. Disponível: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/1030>.