

Complicações nutricionais da gestação na adolescência para a saúde da mãe

Nutritional complications of adolescent pregnancy for maternal health

Elizabeth Rocha Mendonça
Antônio José de Rezende (Orientador)

Resumo

O objetivo desta pesquisa foi investigar, com base na literatura científica, as complicações nutricionais da gestação na adolescência e suas repercussões para a saúde materna e fetal. Buscou-se identificar as causas de eclâmpsia e pré-eclâmpsia em gestantes adolescentes, os principais fatores associados às complicações nutricionais e os impactos dessas intercorrências para o feto, além de comparar, por meio da literatura, a incidência de complicações entre gestantes adolescentes e mulheres em idade fértil.

Palavras-Chave: Gravidez na adolescência; Complicações nutricionais da gestação; Eclâmpsia e Pré-eclâmpsia.

Abstract

The objective of this study was to investigate, based on the scientific literature, the nutritional complications of adolescent pregnancy and their repercussions on maternal and fetal health. The study sought to identify the causes of eclampsia and preeclampsia in pregnant adolescents, the main factors associated with nutritional complications, and the impacts of these complications on the fetus, as well as to compare, through the literature, the incidence of complications between pregnant adolescents and women of reproductive age.

Keywords: Adolescent pregnancy; Nutritional complications of pregnancy; Eclampsia and Preeclampsia

1 INTRODUÇÃO

A gestação é um processo fisiológico essencial para a reprodução humana e envolve uma série de modificações no organismo materno para sustentar o crescimento e o desenvolvimento do feto. Esse período é caracterizado por uma intensificação nas necessidades nutricionais materno-infantis, o que implica na necessidade de ajustes dietéticos adequados para garantir a saúde da mãe e do bebê (DE FREITAS *et al.*, 2011, p. 81; SANTOS *et al.*, 2013, p. 791). Contudo, quando a gestação ocorre em adolescentes, as complicações nutricionais tendem a ser mais frequentes devido às particularidades dessa fase de desenvolvimento físico e emocional (DE AZEVEDO *et al.*, 2015, p.623-624).

A adolescência, fase de grande desenvolvimento físico e hormonal, impõe desafios adicionais às gestantes jovens, pois muitas ainda estão em fase de crescimento e não têm uma alimentação adequada para atender às suas próprias necessidades nutricionais, além das do feto (CAMPOS *et al.*, 2013, p. 559). Além disso, as adolescentes grávidas podem enfrentar barreiras como o acesso limitado a cuidados pré-natais, a falta de educação alimentar e dificuldades socioeconômicas, fatores que agravam ainda mais a ocorrência de complicações nutricionais (DA SILVA JÚNIOR *et al.*, 2021, p. 2618; SANTOS *et al.*, 2013, p. 790). Entre as complicações mais comuns estão a anemia ferropriva, o baixo peso ao nascer e o ganho de peso inadequado, que podem comprometer a saúde materna e fetal (KHADRA *et al.*, 2026, p.57).

Os macronutrientes e micronutrientes desempenham um papel fundamental no desenvolvimento fetal. A insuficiência de nutrientes essenciais como ferro, cálcio e ácido fólico pode resultar em graves complicações, como defeitos do tubo neural e outras malformações fetais, além de aumentar os riscos de parto prematuro (DOS SANTOS; MUNCH, 2024, p. 4-5; DE MACEDO; BRITO, 2025, p. 9). Por essa razão, o acompanhamento nutricional da gestante adolescente torna-se essencial para a prevenção de complicações e para a promoção de uma gestação saudável.

A educação sexual assume papel cada vez mais relevante, visto que a iniciação sexual ocorre de forma precoce entre os jovens, especialmente em bairros periféricos, onde o acesso a informações adequadas é limitado. A ausência de orientação adequada pode contribuir para o aumento de gestações na adolescência e suas possíveis complicações, que podem trazer prejuízos tanto à vida da mãe

quanto a vida do feto com doenças como por exemplo a pré-eclâmpsia; a síndrome hipertensiva e o baixo peso ao nascer (CHALEM *et al.*, 2007.p. 178; DE CARVALHO; MELO; ZIMMERMANN, 2008, p. 261).

Pelo fato de a gestação em adolescente ser de risco, pode aumentar as chances de uma pré-eclâmpsia, e conseqüentemente, uma necessidade de suplementação de cálcio a partir da 20ª semana de gestação, seguindo o acompanhamento de um profissional da área da nutrição garantindo a adequação das necessidades nutricionais da gestante (PINHEIRO *et al.*, 2025).

Na primeira semana de fevereiro acontece a Semana Nacional de Prevenção da Gravidez na Adolescência, que é uma iniciativa do governo intersetorial com o objetivo de orientar sobre os riscos e os cuidados da gravidez na adolescência. Os objetivos são ensinar sobre a sexualidade e a reprodução, dar apoio às adolescentes gestantes e ajuda-las a garantir seus direitos, visto que é um serviço intersetorial. (BRASIL, 2025).

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo investigar as complicações nutricionais da gestação na adolescência e suas repercussões para a saúde materna e fetal, considerando as particularidades das necessidades nutricionais dessa fase e a importância do acompanhamento nutricional na prevenção de agravos. Dessa forma, busca-se contribuir para a compreensão do papel do profissional de nutrição no cuidado integral à gestante adolescente.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O Brasil enfrenta elevados números de partos na adolescência, e o número é maior em mulheres pretas que em brancas. A gestação na adolescência atrapalha os estudos, mas também a saúde, tanto da mãe quanto do feto, pois aumenta os riscos de diabetes gestacional, aborto, hemorragias, parto prematuro, pré-eclâmpsia. Muitas mães acabam optando pela introdução da fórmula para o recém-nascido, muitas vezes por motivos estéticos, outras vezes por consumo de álcool. (BRASIL, 2024).

A gestação na adolescência pode ser causada por vários fatores, como a falta de educação sexual, a imaturidade e a falta de acesso aos métodos contraceptivos (PIETRAS, 2024, p. 2). Segundo o G1 (2025), outro motivo bem preocupante é as gestações de vítimas de abuso sexual, que é um número de casos que cresceu

consideravelmente nos últimos anos no Brasil.

2.1 NECESSIDADES NUTRICIONAIS NA GESTAÇÃO

A gestação é um período de grandes transformações fisiológicas e metabólicas, que exigem da mulher um ajuste nas suas necessidades nutricionais para garantir tanto a saúde materna quanto o desenvolvimento adequado do feto. Durante a gravidez, a mulher precisa atender a demandas aumentadas de energia e nutrientes essenciais para sustentar o crescimento e o desenvolvimento do feto. O aumento das necessidades nutricionais envolve tanto os macronutrientes quanto os micronutrientes, sendo imprescindível uma ingestão adequada de ambos para evitar complicações para a saúde da mãe e do feto (BELARMINO *et al.*, 2009, p. 170; DOS SANTOS; MUNCH, 2024, p. 5).

Os macronutrientes desempenham papéis fundamentais no decorrer da gestação. As proteínas são indispensáveis para o desenvolvimento dos tecidos maternos e fetais. Os carboidratos, por sua vez, representam a principal fonte de energia para a gestante e para o feto, enquanto os lipídios são necessários para o desenvolvimento adequado do sistema nervoso central fetal. Em relação aos micronutrientes, o ferro é essencial para prevenir a anemia gestacional, uma condição comum que pode afetar tanto a saúde materna quanto a fetal, enquanto o cálcio é fundamental para a formação óssea e para a prevenção de complicações como a hipertensão gestacional (DE MACEDO; BRITO, 2025, p. 12).

Dada a alta prevalência de deficiências nutricionais durante a gestação, a suplementação de nutrientes se torna muitas vezes necessária para evitar complicações como anemia ferropriva e defeitos do tubo neural. A suplementação de ferro e ácido fólico é amplamente recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para garantir a saúde da gestante e do bebê (DE CASTRO, 1995, p. 75). A adesão a essas suplementações é crucial para prevenir doenças comuns em gestantes e promover o desenvolvimento fetal saudável.

Adolescentes grávidas enfrentam desafios adicionais relacionados à alimentação. Estudos indicam que muitas gestantes adolescentes apresentam dietas deficientes em nutrientes essenciais, como ferro e cálcio, além de frequentemente consumir alimentos processados, com baixo valor nutricional (SANTOS *et al.*, 2013, p. 797). A adolescência é uma fase marcada por mudanças hormonais e

psicológicas que dificultam a manutenção de uma alimentação equilibrada e saudável, o que torna as gestantes dessa faixa etária mais vulneráveis às deficiências nutricionais (LIMA et al., 2024, p. 5).

2.2 COMPLICAÇÃO NUTRICIONAL NA GESTAÇÃO DO ADOLESCENTE

A adolescência é uma fase de intenso desenvolvimento físico e psíquico, e, quando associada à gestação, as necessidades nutricionais tornam-se mais complexas. A gravidez na adolescência é uma situação que exige atenção especial, pois muitas vezes as jovens enfrentam dificuldades para garantir uma alimentação equilibrada, o que pode resultar em diversas complicações nutricionais. Entre as complicações mais frequentes estão a anemia ferropriva, a desnutrição e o ganho de peso inadequado (BELARMINO *et al.*, 2009, p. 173).

A anemia ferropriva é uma das complicações mais comuns entre gestantes adolescentes. A demanda por ferro aumenta durante a gestação, e, quando a ingestão desse nutriente não é suficiente, a gestante pode desenvolver anemia, o que acarreta riscos como parto prematuro e baixo peso ao nascer (KHADRA *et al.*, 2026, p.57-58). Além disso, muitas gestantes adolescentes apresentam ganho de peso inadequado, seja insuficiente, o que compromete o desenvolvimento do feto, ou excessivo, o que pode acarretar complicações como hipertensão gestacional e diabetes gestacional (CAMPOS *et al.*, 2013, p. 559).

Outro desafio significativo é a adesão ao acompanhamento nutricional. Muitas gestantes adolescentes enfrentam barreiras socioeconômicas e falta de apoio familiar, o que dificulta a realização de consultas regulares e o seguimento das recomendações dietéticas. Além disso, a falta de educação alimentar adequada e a baixa escolaridade são fatores que contribuem para o desajuste nas práticas alimentares durante a gestação (DE BARROS *et al.*, 2004, p. S127).

2.2.1 PRÉ-ECLÂMPSIA

A pré-eclâmpsia é uma condição multifatorial, relacionada a alterações placentárias. Sua causa está frequentemente relacionada à redução da perfusão placentária causando uma resposta inflamatória que favorece ao surgimento da hipertensão. Se a gestante tiver diabetes, doenças renais ou for uma gestação

gemelar, as chances de desenvolver pré-eclâmpsia são aumentadas (KAHHALE *et al.*, 2018, p. 227).

Mulheres que engravidam na adolescência apresentam um maior risco de acabarem desenvolvendo a pré-eclâmpsia, devido a imaturidade biológica que a mãe apresenta, o que não acontece com mulheres adultas pois elas apresentam ciclo menstrual regular (MAHESHWARI *et al.*, 2022, p. 3). O risco de desenvolver a pré-eclâmpsia aumenta em meninas de 13 à 15 anos, causado por vários distúrbios (BAKWA-KANYINGA *et al.*, 2017, p. 96-97).

2.3 CONSEQUÊNCIAS PARA O FETO

As complicações nutricionais durante a gestação podem resultar em sérias consequências para o feto. O baixo peso ao nascer é uma das complicações mais frequentes associadas à alimentação inadequada durante a gravidez. Bebês com essa condição estão mais suscetíveis a uma série de problemas de saúde, incluindo dificuldades respiratórias, problemas de alimentação e maior risco de mortalidade neonatal (CAMPOS *et al.*, 2013, p.558).

A prematuridade também é uma complicação comum em gestantes adolescentes. A imaturidade biológica das gestantes, combinada com uma ingestão insuficiente de nutrientes, aumenta a probabilidade de parto prematuro. Os bebês prematuros enfrentam maiores riscos de complicações neonatais, como dificuldades respiratórias e problemas no desenvolvimento motor e cognitivo (DE ALMEIDA *et al.*, 2020, p. 4). Além disso, a deficiência de ácido fólico, por exemplo, pode resultar em defeitos do tubo neural, prejudicando o desenvolvimento do sistema nervoso fetal (DOS SANTOS; MUNCH, 2024, p. 4-5).

2.4 PAPEL DO PROFISSIONAL DE NUTRIÇÃO

O acompanhamento nutricional de gestantes adolescentes é de extrema importância para prevenir complicações e garantir a saúde da mãe e do feto. O nutricionista desempenha um papel fundamental nesse processo, realizando o diagnóstico nutricional e propondo intervenções adequadas, como a suplementação de nutrientes e a orientação sobre práticas alimentares saudáveis. Além disso, o profissional de nutrição deve trabalhar para promover a educação alimentar,

conscientizando as gestantes sobre a importância de adotar hábitos alimentares equilibrados para o bem-estar delas e do bebê (SANTOS *et al.*, 2013, p. 791).

O acompanhamento nutricional não deve ser realizado de forma isolada, mas sim em conjunto com uma equipe multidisciplinar que envolva médicos, enfermeiros e psicólogos. Essa abordagem integrada permite um cuidado mais abrangente, levando em consideração tanto os aspectos nutricionais quanto os fatores emocionais e sociais da gestante (PEREIRA; GASPARIN, 2006, p. 13). A educação alimentar pode ser realizada por meio de atividades práticas, como oficinas de culinária e rodas de conversa, que são formas eficazes de promover mudanças nos hábitos alimentares das adolescentes gestantes (LAPORTE-PINFILDI *et al.*, 2016, p. 113).

3 METODOLOGIA

O presente trabalho foi uma revisão integrativa da literatura, composta por artigos em português e inglês, publicados nos anos de 1995 a 2026 na base de dados *U.S. National Library of Medicine (PubMed)*, *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, *Google Acadêmico* e *Science Direct*. A partir de buscas realizadas nos descritores de busca *MeSH terms* da (NCBI) e *Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)*, Para a realização da busca bibliográfica, foram utilizadas palavras-chave relacionadas à temática do estudo, consideradas representativas do objeto de pesquisa, tais como: “*nutritional health*”, “*teenage pregnancy*”, “*preeclampsia*”, “*eclampsia*”, “*low birth weight*”, “*anemia*”, “*neonatal mortality*” e “*postpartum hemorrhage*” em inglês, combinados pelos operadores booleanos *AND* e *OR*. E em português, como “saúde nutricional”, “gravidez na adolescência”, “pré-eclâmpsia”, “eclâmpsia”, “baixo peso ao nascer”, “anemia”, “mortalidade neonatal” e “hemorragia pós-parto”, e como conectivos foi usado “E” e “OU”.

Os critérios de inclusão para a seleção dos artigos foram estudos do tipo corte, caso-controle e ensaio clínico que apresentem associação entre a gravidez na adolescência e o aumento das complicações nutricionais. Durante a busca bibliográfica, foram excluídos artigos que não apresentavam dados originais, incluindo revisões de literatura, relatos de caso, notas técnicas e editoriais.

Inicialmente, a seleção dos artigos foi realizada por meio da leitura do título, seguida da conclusão e resumo. Os estudos inicialmente selecionados foram

submetidos à leitura dos resumos e, após verificação dos critérios de inclusão previamente estabelecidos, aqueles considerados elegíveis foram selecionados para leitura na íntegra. Os artigos que não se encaixaram no delineamento da pesquisa, foram excluídos. A partir da leitura dos textos elegíveis, foi realizada uma análise qualitativa dos dados apresentados para a obtenção dos resultados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Complicações Nutricionais na Gestação Adolescente

A gestação na adolescência representa um fenômeno de saúde pública que impõe desafios nutricionais específicos e complexos. A sobreposição das demandas nutricionais do crescimento materno com as necessidades do desenvolvimento fetal cria um contexto de vulnerabilidade acentuada, conforme evidenciado por diversos estudos da literatura.

Belarmino et al. (2009) destaca que as gestantes adolescentes constituem um grupo de risco nutricional especial, pois ainda se encontram em fase de crescimento físico ativo, o que intensifica a competição por micronutrientes entre o organismo materno e o feto. Os autores identificaram a anemia ferropriva, a desnutrição e o ganho de peso inadequado como as complicações mais prevalentes nessa faixa etária, corroborando com os achados de Santos et al. (2013), que também documenta dietas deficientes em ferro, cálcio e outros micronutrientes essenciais entre gestantes adolescentes, frequentemente associadas ao consumo elevado de alimentos processados e de baixo valor nutricional.

Campos et al. (2013) acrescentam que o ganho de peso gestacional inadequado, tanto insuficiente quanto excessivo, pode comprometer diretamente a saúde materna e fetal. Enquanto o ganho insuficiente está associado à restrição do crescimento intrauterino e ao baixo peso ao nascer, o ganho excessivo predispõe a complicações como hipertensão gestacional e diabetes mellitus gestacional. Essa dualidade de riscos reforça a necessidade de monitoramento nutricional individualizado e contínuo durante o pré-natal.

Da Silva Júnior et al. (2021) ampliam essa perspectiva ao apontar barreiras socioeconômicas como fator agravante das deficiências nutricionais em gestantes adolescentes. A baixa escolaridade, a insuficiência de renda e o acesso limitado a

serviços de saúde dificultam a adesão às recomendações dietéticas e à suplementação nutricional, perpetuando um ciclo de vulnerabilidade que compromete tanto a saúde materna quanto os desfechos neonatais.

4.2 Anemia Ferropriva: Prevalência e Impactos

A anemia ferropriva emerge como a complicação nutricional de maior prevalência entre gestantes adolescentes na literatura analisada. Khadra et al. (2026) demonstram que a demanda aumentada por ferro durante a gestação, aliada à ingestão insuficiente desse mineral, característica comum entre adolescentes, que estabelece condições propícias para o desenvolvimento da anemia, com consequências que incluem maior risco de parto prematuro, baixo peso ao nascer e comprometimento do desenvolvimento neurológico fetal.

De Macedo e Brito (2025) reforça que o ferro desempenha papel central na prevenção da anemia gestacional, sendo essencial para a formação da hemoglobina e para o adequado transporte de oxigênio ao feto. Os autores ressaltam que a suplementação de ferro, combinada com a suplementação de ácido fólico, amplamente recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), constitui estratégia fundamental para prevenir defeitos do tubo neural e outras malformações fetais, além de reduzir a incidência de anemia.

A convergência desses achados evidencia que a anemia ferropriva não é apenas uma complicação isolada, mas um marcador de insuficiência nutricional global que, quando não tratada, amplifica o risco de desfechos adversos tanto para a mãe quanto para o neonato. O diagnóstico precoce e a intervenção nutricional oportuna são, portanto, determinantes para a redução da morbimortalidade materna e infantil.

4.3 Prematuridade e Consequências para o Desenvolvimento Neonatal

A prematuridade figura como uma das complicações mais sérias associadas à gestação na adolescência. De Almeida et al. (2020), em estudo com dados do inquérito nacional nascer no Brasil, composto por 23.894 puérperas, demonstraram que quanto mais jovem a gestante, maior a chance de parto prematuro espontâneo. Os autores verificaram que adolescentes precoces apresentaram “odds ratio” (OR)

ou “ Razão de Chances” de 2,38 (IC95%: 1,82–3,12) para prematuridade em comparação a adultas jovens, após controle por fatores socioeconômicos e assistenciais.

Esse dado é corroborado por estudo publicado na Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, que identificou percentuais de prematuridade entre adolescentes variando de 22,9% a 32,9%, a depender da faixa etária e do contexto sociodemográfico avaliado, em contraste com 11,2% observados em gestantes adultas jovens. A imaturidade biológica caracterizada pela idade ginecológica jovem e pelo suprimento sanguíneo inadequado do colo uterino, é apontada como fator contribuinte independente para esse desfecho.

Os bebês prematuros enfrentam riscos significativamente elevados de complicações neonatais. Conforme documentado por De Almeida et al. (2020), as complicações mais frequentes incluem síndrome do desconforto respiratório, hipotermia, hipoglicemia, hiperbilirrubinemia e dificuldades de alimentação. A longo prazo, 30% a 60% dos prematuros tardios podem apresentar deficiências cognitivas, dificuldades de aprendizagem e alterações do desenvolvimento motor, comprometendo sua qualidade de vida de forma duradoura.

Khadra et al. (2026) e Da Silva Júnior et al. (2021) convergem ao apontar que a ingestão insuficiente de nutrientes especialmente ferro, cálcio e ácido fólico, que potencializa o risco de prematuridade, estabelecendo uma relação bidirecional entre deficiência nutricional e desfechos perinatais adversos. A deficiência de ácido fólico, em particular, associa-se a defeitos do tubo neural, com impacto irreversível sobre o desenvolvimento do sistema nervoso central fetal.

4.4 Pré-eclâmpsia e Suplementação de Cálcio

A pré-eclâmpsia representa uma complicação hipertensiva de origem multifatorial, cuja incidência é significativamente maior em gestantes adolescentes. Pinheiro et al. (2025) identificaram que a imaturidade biológica do sistema reprodutivo adolescente manifestada pela irregularidade do ciclo menstrual e pela menor estabilidade do trofoblasto, predispõe ao desenvolvimento de alterações na perfusão placentária que caracterizam a fisiopatologia da pré-eclâmpsia. Os autores apontam que o risco é ainda mais elevado em meninas entre 13 e 15 anos.

Diante desse cenário, a suplementação de cálcio a partir da 20^a semana de

gestação tem sido amplamente recomendada como estratégia preventiva. Evidências científicas demonstram que a suplementação com 1 g/dia de carbonato de cálcio pode reduzir a incidência de pré-eclâmpsia em até 55% em populações de alto risco, com impacto positivo também sobre a redução da mortalidade materna e dos desfechos perinatais adversos. Essa recomendação foi formalizada no Brasil por meio da Nota Técnica Conjunta nº 251/2024 do Ministério da Saúde, que preconiza a suplementação universal de cálcio para gestantes acompanhadas na Atenção Primária à Saúde.

A atuação do nutricionista no pré-natal mostra-se, portanto, indispensável para a identificação precoce das deficiências nutricionais que elevam o risco de pré-eclâmpsia e para a orientação sobre a suplementação adequada, integrando uma abordagem multiprofissional que inclua médicos, enfermeiros e psicólogos, conforme preconizam Santos et al. (2013) e Pereira e Gasparin (2006).

4.5 Quadro Comparativo: Complicações Nutricionais segundo Diferentes Autores

O Quadro 1 apresenta uma síntese comparativa das principais complicações nutricionais identificadas pelos autores incluídos nesta revisão, permitindo visualizar os pontos de convergência e as ênfases particulares de cada estudo.

Quadro 1 – Comparativo de complicações nutricionais na gestação adolescente segundo autores

Autor / Ano	Anemia Ferropriva	Desnutrição	Parto Prematuro	Baixo Peso ao Nascer	Pré-eclâmpsia
Belarmino <i>et al.</i> (2009)	✓	✓	▲	✓	–
Campos <i>et al.</i> (2013)	✓	▲	✓	✓	▲
Santos <i>et al.</i> (2013)	✓	✓	✓	✓	–
De Almeida <i>et al.</i> (2020)	▲	✓	✓	✓	▲
Khadra <i>et al.</i> (2026)	✓	▲	✓	✓	▲
Da Silva Jr. <i>et al.</i> (2021)	✓	✓	✓	✓	✓
Pinheiro <i>et al.</i> (2025)	–	–	▲	✓	✓
De Macedo; Brito (2025)	✓	✓	✓	✓	▲

Legenda: ✓ Complicação identificada e discutida pelo autor | ▲ Complicação citada de forma secundária | – Não abordada

A análise comparativa do Quadro 1 revela uma marcante convergência na literatura quanto às complicações nutricionais mais frequentes na gestação adolescente. A anemia ferropriva e o baixo peso ao nascer são reconhecidos pela totalidade dos autores que abordam diretamente aspectos nutricionais, sendo

destacados como os desfechos de maior impacto sobre a saúde materno-fetal. O parto prematuro também é amplamente documentado, com nuances quanto à sua atribuição a fatores biológicos ou socioeconômicos, debate ainda não encerrado na literatura.

Por outro lado, observam-se divergências quanto à ênfase dada à pré-eclâmpsia: enquanto Pinheiro et al. (2025) e Da Silva Júnior et al. (2021) a posicionam como complicação central é consequência direta da imaturidade biológica adolescente, Belarmino et al. (2009) e Santos et al. (2013) centram suas análises predominantemente nas deficiências nutricionais de micronutrientes, tratando as síndromes hipertensivas de forma secundária. Essa diferença de abordagem reflete, em parte, a evolução temporal dos estudos e o aprimoramento do conhecimento sobre a fisiopatologia da pré-eclâmpsia nas últimas décadas.

A desnutrição materna, embora presente em grande parte dos estudos, é frequentemente abordada como consequência de um contexto mais amplo de insegurança alimentar e vulnerabilidade socioeconômica, e não como fenômeno isolado. Essa perspectiva é especialmente evidente nos trabalhos de Da Silva Júnior et al. (2021) e De Macedo e Brito (2025), que situam as deficiências nutricionais como produto das condições estruturais nas quais vivem as adolescentes gestantes.

4.6 Papel do Nutricionista no Cuidado Integral à Gestante Adolescente

Diante do panorama de vulnerabilidade nutricional descrito, o acompanhamento por profissional de nutrição configura-se como elemento estratégico na prevenção de complicações e na promoção de desfechos gestacionais favoráveis. Santos et al. (2013) ressaltam que o nutricionista desempenha função essencial no diagnóstico nutricional individualizado, na prescrição de suplementos e na orientação alimentar culturalmente sensível, adaptada à realidade socioeconômica das adolescentes.

Pereira e Gasparin (2006) argumentam que essa atuação deve ocorrer no âmbito de equipes multiprofissionais, integrando as dimensões clínica, psicológica e social do cuidado. A abordagem isolada das questões nutricionais, desconectada do contexto emocional e social da gestante adolescente, tende a ser pouco eficaz na promoção de mudanças comportamentais sustentáveis.

Azevedo e Sampaio (2003), em estudo clássico sobre o consumo alimentar

de gestantes adolescentes atendidas em serviço de assistência pré-natal, identificaram inadequações expressivas na ingestão de energia, proteínas, ferro e cálcio, demonstrando que os déficits nutricionais se manifestam já no início do acompanhamento pré-natal. Os autores destacam que a orientação nutricional individualizada, sensível às preferências e limitações socioeconômicas das adolescentes, é condição indispensável para a adesão às recomendações dietéticas. Em consonância, Camargo et al. (2012) verificaram que gestantes atendidas em ambulatórios de pré-natal da rede pública apresentaram consumo alimentar predominantemente inadequado, com baixa ingestão de frutas, verduras, legumes e proteínas de alto valor biológico, reforçando a necessidade de intervenções educativas contínuas e contextualizadas durante todo o período gestacional.

Em síntese, os estudos analisados convergem para a compreensão de que o cuidado nutricional na gestação adolescente não pode prescindir de uma abordagem integrativa, que articule o saber técnico do nutricionista com as dimensões sociais, emocionais e culturais que permeiam a experiência da maternidade na adolescência.

5 CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo investigar as complicações nutricionais da gestação na adolescência e suas repercussões para a saúde materna e fetal, considerando as particularidades das necessidades nutricionais dessa fase e a importância do acompanhamento nutricional na prevenção de agravos. A análise da literatura científica permitiu confirmar que a gestação na adolescência configura-se como um período de vulnerabilidade nutricional amplificada, no qual a sobreposição das demandas do crescimento materno com as necessidades do desenvolvimento fetal cria um contexto de risco que exige intervenção especializada, precoce e contínua.

Entre as complicações nutricionais mais frequentemente identificadas na literatura estão a anemia ferropriva, a desnutrição e o ganho de peso gestacional inadequado. Conforme demonstrado por Belarmino et al. (2009), Khadra et al. (2026) e Santos et al. (2013), essas condições decorrem, em grande medida, de dietas deficientes em ferro, cálcio e ácido fólico, agravadas por hábitos alimentares

inadequados, pelo consumo elevado de alimentos ultraprocessados e por barreiras socioeconômicas que limitam o acesso a uma alimentação de qualidade. Campos et al. (2013) acrescentam que tanto o ganho de peso insuficiente quanto o excessivo trazem riscos distintos: enquanto o primeiro compromete o crescimento intrauterino, o segundo predispõe à hipertensão gestacional e ao diabetes mellitus gestacional, evidenciando a necessidade de monitoramento individualizado ao longo de todo o pré-natal.

A prematuridade revelou-se um dos desfechos de maior gravidade associados à gestação adolescente. De Almeida et al. (2020), com base no inquérito nacional Nascer no Brasil, demonstraram que adolescentes precoces apresentam risco 2,38 vezes maior de parto prematuro espontâneo em comparação a adultas jovens, risco que se mostrou independente de fatores socioeconômicos e assistenciais. Os recém-nascidos prematuros enfrentam maiores probabilidades de complicações neonatais imediatas — como síndrome do desconforto respiratório, hipoglicemia e hiperbilirrubinemia — e, a longo prazo, de déficits cognitivos, dificuldades de aprendizagem e alterações no desenvolvimento motor, comprometendo sua qualidade de vida de forma duradoura. A deficiência de ácido fólico, identificada por Dos Santos e Munch (2024) como uma das mais prevalentes entre gestantes adolescentes, associa-se ainda a defeitos do tubo neural com consequências irreversíveis sobre o desenvolvimento do sistema nervoso central fetal.

A pré-eclâmpsia emergiu como uma complicação de especial relevância nessa população. Pinheiro et al. (2025), Maheshwari et al. (2022) e Bakwa-Kanyinga et al. (2017) convergem ao apontar que a imaturidade biológica do sistema reprodutivo adolescente, com ciclos menstruais irregulares e menor estabilidade trofoblástica, predispõe ao desenvolvimento de alterações na perfusão placentária que caracterizam a fisiopatologia desta condição, com risco ainda mais elevado em meninas entre 13 e 15 anos. A suplementação de cálcio a partir da 20ª semana de gestação, recomendada pelo Ministério da Saúde por meio da Nota Técnica Conjunta nº 251/2024 e respaldada por evidências que apontam redução de até 55% na incidência da pré-eclâmpsia, consolida-se como uma das estratégias preventivas de maior custo-efetividade disponíveis para a atenção pré-natal.

O papel do profissional de nutrição no cuidado integral à gestante adolescente mostrou-se determinante ao longo de toda a revisão. Santos et al. (2013), Pereira e Gasparin (2006), Azevedo e Sampaio (2003) e Camargo et al. (2012) evidenciam

que a intervenção nutricional individualizada, sensível às condições socioeconômicas e culturais das adolescentes, é condição indispensável para a adesão às recomendações dietéticas e para a prevenção de desfechos adversos. Da Silva Júnior et al. (2021) reforçam que essa atuação deve se dar necessariamente no contexto de equipes multiprofissionais que integrem médicos, enfermeiros e psicólogos, reconhecendo que as dificuldades alimentares dessas jovens não decorrem apenas de escolhas individuais, mas refletem condicionantes estruturais que precisam ser enfrentados de forma intersetorial.

Os resultados obtidos neste estudo contribuem para a compreensão aprofundada de um problema de saúde pública de elevada magnitude no Brasil e no mundo, e reforçam a urgência da inclusão da educação alimentar e nutricional nos programas de atenção básica à saúde como estratégia de prevenção às complicações gestacionais. Entretanto, a literatura analisada aponta lacunas que merecem ser exploradas em estudos futuros. Entre elas, destacam-se: a escassez de ensaios clínicos randomizados que avaliem intervenções nutricionais específicas para gestantes adolescentes em contextos de alta vulnerabilidade social no Brasil; a necessidade de investigações longitudinais que acompanhem os desfechos de saúde dos filhos de mães adolescentes ao longo da infância e adolescência; e a ausência de protocolos padronizados de assistência nutricional no pré-natal adolescente na rede pública de saúde. Abre-se, assim, caminho para que novos pesquisadores se debruçam sobre o desenvolvimento de tecnologias de cuidado, modelos de educação nutricional participativa e políticas de saúde que reconheçam a gestante adolescente como sujeito de direitos, contribuindo para a redução das iniquidades que perpetuam o ciclo de vulnerabilidade materno-infantil.

REFERÊNCIAS

BAKWA-KANYINGA, Felly; VALÉRIO, Edimárlei Gonsales; BOSA, , Vera Lúcia; ALFAMA, Cecília Ogando; SPERB, Marianna; CAPP, Edison; VETTORAZZI, Janete. Adolescent pregnancy: Maternal and fetal outcomes in patients with and without preeclampsia. **Pregnancy hypertension**, v. 10, p. 96-100, 2017.

BELARMINO, Glayriann Oliveira; MOURA, Escolástica Rejane Ferreira; DE OLIVEIRA, Nancy Costa; DE FEITAS, Giselle Lima. Risco nutricional entre gestantes adolescentes. **Acta Paulista de Enfermagem**, Fortaleza - CE, v. 22, n. 2, p. 169-175, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Ministério da Saúde orienta boas práticas para prevenção da gravidez na adolescência.** Brasília: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/fevereiro/ministerio-da-saude-orienta-boas-praticas-para-prevencao-da-gravidez-na-adolescencia>. Acesso em: 20 junho 2026.

BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. **Proteção: lei brasileira visa prevenir gravidez na adolescência no país; somente em 2020, 380 mil partos foram realizados por jovens com até 19 anos.** Brasília: Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, 2024. Disponível em: <https://bibliotecadigital.mdh.gov.br/jspui/handle/192/11812>. Acesso em: 24 junho 2025.

CAMARGO, Rosangela Maria Souza; PEREIRA, Rosangela Alves; YOKOO, Edna Massae; SACHS, Anita; SCHIRMER, Janine. Consumo alimentar de gestantes atendidas em ambulatório de pré-natal da rede pública. **Ciência, Cuidado e Saúde**, Maringá, v. 11, n. 3, p. 489–496, 2012.

CAMPOS, Aline Bull Ferreira; PEREIRA, Rosangela Alves; QUEIROZ, Juliana; SAUNDERS, Claudia. Ingestão de energia e de nutrientes e baixo peso ao nascer: estudo de coorte com gestantes adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 26, n. 5, p. 551-561, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/9zKNp4NGZsrFPtBKYC7F6Gj/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 13 de março de 2025.

CHALEM, Elisa; MITSUHIRO, Sandro Sendin; FERRI, Cleusa P.; BARROS, Marina Carvalho Moraes; GUINSBURG, Ruth; LARANJEIRA, Ronaldo. Gravidez na adolescência: perfil sócio-demográfico e comportamental de uma população da periferia de São Paulo, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 23, n. 1, p. 177-186, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/qt5Jht57ybzGndpC5ZxNHnL/?lang=pt>. Acesso em: 20 de maio de 2025.

DE ALMEIDA, André Henrique do Vale; DA GAMA, Silvana Granado Nogueira; COSTA, Maria Conceição Oliveira; DO CARMO, Cleber Nascimento; PACHECO, Vanessa Eufrauzino; MARTINELLI, Katrini Guidolini; LEAL, Maria do Carmo. Prematuridade e gravidez na adolescência no Brasil, 2011-2012. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 12, p. 1-13, 2020.

DE AZEVEDO, Daniela Vasconcelos; SAMPAIO, Helena Alves de Carvalho. Consumo alimentar de gestantes adolescentes atendidas em serviço de assistência pré-natal. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 16, n. 3, p. 273–280, 2003.

DE BARROS, Denise Cavalcante; PEREIRA, Rosângela Alves; DA GAMA, Silvana Granado Nogueira; LEAL, Maria do Carmo. O consumo alimentar de gestantes adolescentes no Município do Rio de Janeiro. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. S121-S129, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/cNrHMLTdNpPShSMWV7nCLvg/?lang=pt>. Acesso em: 15 fevereiro 2025.

DA SILVA JÚNIOR, André Eduardo; MACENA, Mateus de Lima; VASCONCELOS, Laís Gomes Lessa; ALMEIDA, Nykholle Bezerra; PRAXEDES, Dafiny Rodrigues Silva; PUREZA, Isabele Rejane de Oliveira Maranhão; BUENO, Nassib Bezerra; CLEMENTE, Ana Paula Grotti. Tendência do estado nutricional de gestantes adolescentes beneficiárias do programa de transferência condicionada de renda brasileiro Bolsa Família no período 2008–2018. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 26, n. 7, p. 2613-2624, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2021.v26n7/2613-2624/pt/#>. Acesso em: 14 de março de 2026.

DE AZEVEDO, Walter Fernandes; DINIZ, Michele Baffi; DA FONSECA, Eduardo Sérgio Valério Borges; DE AZEVEDO, Lícia Maria Ricarte; EVANGELISTA, Carla Braz. Complicações da gravidez na adolescência: revisão sistemática da literatura. **Einstein**, São Paulo, v. 13, n. 4, p. 618-626, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ffgXwmQK9dsV5yz5KMrBwhk/?lang=pt>. Acesso em: 12 de março de 2025.

DE CARVALHO, Marco Aurélio Bernardes; MELO, Victor Hugo; ZIMMERMANN, Juliana Barroso. Resultados perinatais de gestantes com síndrome hipertensiva da Santa Casa de Misericórdia de Barbacena, Minas Gerais: estudo controlado. **Revista Médica de Minas Gerais**, v. 18, n. 4, p. 260-266, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ffgXwmQK9dsV5yz5KMrBwhk/?lang=pt>. Acesso em: 19 de maio de 2025.

DE CASTRO, Inês Rugani R. **Vigilância alimentar e nutricional**: limitações e interfaces com a rede de saúde. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 1995.

DE FREITAS, Elisângela da Silva; DAL BOSCO, Simone Morelo; SIPPEL, Crislene Aschebrock; LAZZARETTI, Rosmeri Kuhmmer. RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS NA GESTAÇÃO. **Revista Destaques Acadêmicos**, Lajeado, RS, v. 2, n. 3, p. 81-95, 2011. Disponível em: <https://www.univates.br/revistas/index.php/destaques/article/view/80>. Acesso em: 12 de março de 2025.

DE MACEDO, Giovana Oliveira; BRITO, Luisa Mara Souza. **A influência da alimentação da gestante no desenvolvimento fetal e cognitivo fetal**: uma revisão

interativa literária. Orientador: Pollyanna Ayub Ferreira. 2025. 24f. TCC (Centro Universitário de Brasília) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Brasília, 2025.

DOS SANTOS, Victoria Miranda Muzulon; MUNCH, Vanessa. Análise da interferência alimentar na gestação: uma revisão bibliográfica. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.10, n.12, p.01-21, 2024. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/75795>. Acesso em: 03 de abril de 2026.

G1. Denúncias de abuso e exploração sexual infantil crescem 195% nos últimos 4 anos. [S.l.]: Globo Comunicações e Participações, 18 maio 2025. Disponível em: <https://g1.globo.com/politica/noticia/2025/05/18/denuncias-de-abuso-e-exploracao-sexual-infantil-crescem-195percent-nos-ultimos-4-anos.ghtml>. Acesso em: 20 maio 2026.

GASPARINI, A. V.; GASPARIN, F. V. Gestação na adolescência: a importância da nutrição. *Iniciação Científica Cesumar*, v. 14, n. 1, p. 61-68, 2012.

KAHHALE, Soubhi; FRANCISCO, Rossana Pulcineli Vieira; ZUGAIB, Marcelo. Pré-eclampsia. **Revista de Medicina**, São Paulo, v. 97, n. 2, p. 226–234, 2018. Disponível em: <https://revistas.usp.br/revistadc/article/view/143203>. Acesso em: 21 maio 2026.

KHADRA, Lara; NUNES, Douglas da Luz; DA SILVA, Gabriela Pereira; MOREIRA, William da Costa. Anemia Ferropriva na Gestação, Fatores Associados, Repercussões Materno-Fetais e Estratégias de Prevenção: Revisão Integrativa. **Revista Pleiade**, v. 20, n. 50, p. 56-65, 2026. Disponível em: <https://pleiade.uniamerica.br/index.php/pleiade/article/view/1226>. Acesso em: 16 de abril de 2026.

LAPORTE-PINFILDI, Anna Sylvia de Campos; ZANGIROLANI, Lia Thieme Oikawa; SPINA, Natália; MARTINS, Paula Andrea; DE MEDEIROS, Maria Angélica Tavares. Atenção nutricional no pré-natal e no puerpério: percepção dos gestores da Atenção Básica à Saúde. **Revista de Nutrição**, v. 29, n. 1, p. 109-123, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/ZBsCsMrBDWMQG5NjHngskXc/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 05 de agosto de 2025.

LIMA, Joseilson Araújo de Oliveira; MARTINS, Nicole Rodrigues; DA CUNHA, Rosana Borges; RODRIGUES, Leandro da Cunha; ÁVILLA, Ingrid Jayme. Efeitos fisiológicos sobre o comportamento alimentar de adolescentes: uma revisão de literatura. **Journal Archives of Health**, Curitiba, v. 5, n. 3, p. 01-06, 2024. Disponível em: <https://ojs.latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/ah/article/view/2341>. Acesso em: 28 junho 2025.

MAHESHWARI, Marvi V.; KHALID, Nabeeha; PATEL, Pragnesh D.; ALGHAREEB, Rahmah; HUSSAIN, Afshan. Resultados maternos e neonatais da gravidez na adolescência: uma revisão narrativa. **Cureus**, v. 14, n. 6, p. 1-10, 2022.

PEREIRA, Andréa Vieira; GASPARIN, F. V. Gestação na adolescência: a importância da nutrição. **Iniciação Científica Cesumar**, Maringá, v. 8, n. 1, p. 11-15, 2006.

PINHEIRO, Ana Paula; BEATTO, Gabriell Henrique Riedi; LUCAS, João Victor Barbosa; FERREIRA, Millena Marcela Gomes. Pré-eclâmpsia: uma revisão sistemática sobre a incidência e a assinatura dos fatores de risco no cenário atual. **Revista FT**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 152, 2025. ISSN 1678-0817. DOI: 10.69849/revistaft/cl10202511151528. Disponível em: <https://revistaft.com.br/pre-eclampsia-uma-revisao-sistematica-sobre-a-incidencia-e-a-assinatura-dos-fatores-de-risco-no-cenario-atual/>. Acesso em: 06 janeiro 2026.

SANTOS, Marta Maria Antonieta de Souza; DE BARROS, Denise Cavalcante; BAIÃO, Mirian Ribeiro; SAUNDERS, Claudia. Atenção nutricional e ganho de peso gestacional em adolescentes: uma abordagem quantitativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 3, p. 780-802, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2013.v18n3/780-802/pt>. Acesso em: 13 de março de 2026.

<https://agenciagov.ebc.com.br/noticias/202401/protecao-lei-brasileira-visa-prevenir-gravidez-na-adolescencia-no-pais-somente-em-2020-380-mil-partos-foram-realizados-por-maes-com-ate-19-anos>

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/fevereiro/ministerio-da-saude-orienta-boas-praticas-para-prevencao-da-gravidez-na-adolescencia>

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/fevereiro/ministerio-da-saude-orienta-boas-praticas-para-prevencao-da-gravidez-na-adolescencia>

<https://agenciagov.ebc.com.br/noticias/202401/protecao-lei-brasileira-visa-prevenir-gravidez-na-adolescencia-no-pais-somente-em-2020-380-mil-partos-foram-realizados-por-maes-com-ate-19-anos>

PIETRAS, Joanna; JARZABEK-BIELECKAB, Grażyna; MIZGIER, Małgorzata; MARKOWSKA, Anna. Adolescent pregnancy—medical, legal and social issues. **The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine**, Poznań, Polônia, v. 37, n. 1, p. 1-5, 2024. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14767058.2024.2391490>. Acesso em: 02 julho 2025.

<https://g1.globo.com/politica/noticia/2025/05/18/denuncias-de-abuso-e-exploracao-sexual-infantil-crescem-195percent-nos-ultimos-4-anos.ghtml>

Bakwa-Kanyinga F, Valério EG, Bosa VL, Alfama CO, Sperb M, Capp E, Vettorazzi J. Adolescent pregnancy: Maternal and fetal outcomes in patients with and without preeclampsia. *Pregnancy Hypertens.* 2017 Oct;10:96-100. doi: 10.1016/j.preghy.2017.06.009. Epub 2017 Jun 30. PMID: 29153698.