



O IMPACTO DA OBESIDADE NA GESTAÇÃO E O PAPEL DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

ANA KAROLINE BANDEIRA DE SOUZA; ANDRESSA MARQUES SILVA

RESUMO

A obesidade gestacional é uma condição crescente que representa um sério desafio para o sistema público, afetando a saúde materno-fetal e gerando uma sequência de problemas, como diabetes gestacional, hipertensão, pré-eclâmpsia, nascimentos prematuros e a exigência de cesariana. Além dos riscos maternos, a obesidade também afeta o crescimento do feto, aumentando as chances de macrosomia, malformações congênitas e distúrbios endócrinos. Esse cenário não só compromete o bem-estar imediato da gestante, apesar disso, tem a possibilidade de ter repercussões a longo prazo, como a sobrepeso na infância e a maior incidência de enfermidades crônicas na fase adulta. Dada a magnitude do problema, é importante aprimorar estratégia de prevenção e intervenção precoce para diminuir os danos da obesidade gestacional. A adoção de programas públicos eficazes, programas de educação em saúde e mudanças no estilo de vida são fundamentais para atenuar os danos associados ao excesso de peso antes, durante e após a gestação. Nesse contexto, o papel da enfermagem é crucial, pois o enfermeiro atua de forma integral, orientando gestantes sobre alimentação saudável, incentivando a prática de atividades físicas e promovendo o autocuidado. Ademais, o acompanhamento contínuo e a identificação precoce de fatores de risco permitem encaminhamentos adequados para equipes multidisciplinares, garantindo um cuidado mais eficaz. A atuação preventiva da enfermagem, com foco na educação e no cuidado humanizado, contribui para reduzir as complicações da obesidade gestacional e assegurar um pré-natal de qualidade. Por isso, a obesidade gestacional deve ser enfrentada por meio de uma abordagem multiprofissional e integrada, com o fortalecimento das ações de saúde pública e a valorização da enfermagem, garantindo melhores condições de saúde para as próximas gerações.

Palavras-chave: Atenção à gestante; Prevenção; Sobrepeso.

1 INTRODUÇÃO

Um estado clínico amplamente difundido e preocupante, que compromete não apenas qualidade de vida, mas também acarreta diversos riscos e complicações, especialmente durante o período gestacional, é a obesidade. O excesso anormal de gordura, particularmente na gestação, configura um desafio significativo para a saúde pública, pois está diretamente relacionado a uma série de desfechos negativos para mãe e o bebê (FERREIRA, 2014).

O sobrepeso e a obesidade são caracterizados pela acumulação excessiva de gordura no organismo, resultado de um desequilíbrio entre a ingestão calórica e o gasto energético. O parâmetro universalmente adotado para essa classificação é o Índice de Massa Corporal (IMC), que permite identificar diferentes graus de sobrepeso e obesidade (Camolas J, Gregório MJ, de Sousa SM, Graça P, 2017).

No período gestacional, a obesidade tem o potencial consideravelmente de elevar a possibilidade de surgimento de complicações obstétricas e neonatais, e ainda gerar problemas futuros para mãe e para o bebê. Gestantes com sobrepeso apresentam maior tendência a desenvolver enfermidades, como eclâmpsia, restrição do crescimento fetal e diabetes

gestacional, além de pode interferir de maneira negativa o desfecho do parto, elevando a necessidade de intervenções médicas, como a cesariana (SOARES, 2021).

Além das complicações maternas, o espaço intrauterino afetado pela obesidade pode prejudicar o desenvolvimento e amadurecimento do feto. Estudos aponta que a vulnerabilidade do feto a um contexto obesogênico indica uma tendência a uma maior chance de complicações, a exemplo de macrosomia, malformações congênitas e complicações metabólicas e respiratórias após o nascimento. O aumento excessivo de peso ao longo da gestação pode gerar consequências duradouras para mãe e filho, elevando significativamente o risco de complicações metabólicas e crônicas. Entre os impactos mais preocupantes, destacam-se a maior propensão da criança ao desenvolvimento de obesidade, diabetes tipo 2 e enfermidades cardiovasculares na vida adulta, consolidando um ciclo de vulnerabilidade à saúde que pode se estender por gerações. (PINHEIRO et al., 2023).

Sobre essa perspectiva, configura-se, como um problema em crescimento, a obesidade na gestação, de forma a impactar a saúde materno-fetal e a Representar um obstáculo para o cuidado obstétrico e para o Sistema único de Saúde. Durante gestação, o sobrepeso está implicado em diversos problemas de saúde, incluindo o surgimento de diabetes gestacional, pressão arterial elevada e uma maior incidência de partos cesarianos. Nesse cenário, o papel do enfermeiro torna-se essencial para monitorar a saúde da gestante e incentivar a adoção de hábitos saudáveis que possam reduzir os riscos associados à obesidade (BARBOSA et al., 2018).

O enfermeiro é um profissional fundamental no contexto da saúde pública, desempenhando um papel ativo nas ações voltadas para a promoção da saúde, a prevenção de doenças e agravos, bem como na recuperação e reabilitação dos pacientes. Ele atua de maneira integral no cuidado aos indivíduos, estando em constante contato com as pessoas e suas famílias, o que permite uma compreensão profunda das condições de vida, dos fatores de risco e das necessidades específicas de cada paciente. Esse vínculo direto com a comunidade é essencial, pois permite ao enfermeiro identificar as principais barreiras à saúde e, dessa forma, colaborar para a superação dos problemas de saúde locais. Além disso, o enfermeiro tem um papel crucial no planejamento e na implementação de estratégias eficazes de prevenção e controle de condições como a obesidade, que afetam diretamente a saúde da população. Através de sua atuação na educação em saúde e no acompanhamento contínuo, o enfermeiro contribui significativamente para a conscientização sobre hábitos saudáveis, prevenindo o agravamento de doenças e promovendo a qualidade de vida (BRAGA et al., 2020).

Este estudo tem como objetivo analisar de forma detalhada o impacto da obesidade na gestação, considerando suas diversas implicações para a saúde materno-infantil. A obesidade gestacional não afeta apenas o bem-estar imediato da gestante, mas também pode gerar uma série de complicações tanto para a mãe quanto para o bebê, comprometendo a qualidade de vida e o desenvolvimento saudável durante e após a gravidez. Nesse sentido, o estudo pretende explorar os desafios que essa condição impõe ao cuidado obstétrico, abordando desde as complicações clínicas mais comuns, como diabetes gestacional, hipertensão, até os riscos de partos prematuros, cesarianas e outras intervenções médicas. Além disso, busca-se destacar o papel fundamental da enfermagem no acompanhamento das gestantes obesas, não apenas com foco no tratamento, mas também na promoção da saúde.

Portanto, a enfermagem desempenha um papel vital na educação em saúde, orientando as gestantes sobre práticas alimentares saudáveis, a importância da atividade física e a monitorização regular do estado de saúde durante a gestação. O estudo enfatiza, ainda, a relevância de medidas de prevenção, proporcionando uma abordagem integral para mitigar os riscos ligados ao excesso de peso e garantir uma gestação mais segura e saudável. O acompanhamento contínuo e personalizado realizado pelos profissionais de enfermagem, assim como o fortalecimento do vínculo entre os profissionais de saúde e as gestantes, pode ser

decisivo para prevenir complicações graves e para alcançar melhores resultados para saúde da gestante e da criança ao longo e após a gravidez.

2 MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia deste artigo foi fundamentada em uma revisão bibliográfica, em que foi feito uma análise e síntese das principais evidências e discussões sobre o impacto da obesidade na gestação e o papel da enfermagem na promoção da saúde. Para isso, foi feito uma busca nas bases de dados SciELO, Google Acadêmico e PubMed, utilizando os termos-chave "sobrepeso na gestante", "obesidade gestacional", "enfermagem obstétrica" e "promoção da saúde na gestação". O período de busca foi delimitado entre os anos de 2013 e 2025, visando garantir que as fontes utilizadas estivessem atualizadas com as práticas contemporâneas e as mais recentes discussões.

Os critérios de inclusão para a seleção dos artigos foram: estudos publicados em português, inglês e espanhol, entre os anos de 2013 e 2025, que abordassem diretamente as consequências da obesidade na gestação, as implicações para a saúde tanto da mãe quanto para o feto, o acompanhamento obstétrico e o papel da enfermagem na promoção de saúde. Também foram incluídos artigos, dissertações, teses, relatórios de pesquisa e estudos de caso relacionados à temática, desde que atendessem ao foco do estudo e apresentassem relevância científica.

Os critérios de exclusão aplicados foram: estudos publicados em idiomas distintos de português, inglês ou espanhol, além de artigos que apresentassem informações desatualizadas ou que não estivessem diretamente relacionados ao tema. Também foram excluídos os que não abordavam o acompanhamento obstétrico, a prevenção à obesidade gestacional ou a promoção da saúde pelas equipes de enfermagem, bem como os que apresentavam informações irrelevantes para os objetivos do estudo.

Os artigos selecionados foram lidos na íntegra, e suas informações foram organizadas conforme os seguintes temas: as implicações da obesidade durante a gestação para a saúde materno-infantil, as complicações obstétricas associadas ao excesso de peso, a atuação da enfermagem na promoção da saúde materna e neonatal, e as estratégias de prevenção e intervenção adotadas pelos profissionais de enfermagem. A análise dos artigos permitiu identificar as principais abordagens sobre o impacto da obesidade na gestação, as práticas adotadas para o acompanhamento de gestantes obesas e as barreiras enfrentadas na implementação de ações eficazes de prevenção e cuidado.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A obesidade é uma condição crônica e complexa, caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, resultando em um ganho de peso significativo. Seu desenvolvimento é influenciado por uma combinação de fatores genéticos, metabólicos, psicológicos, culturais, ambientais, sociais e comportamentais. Esse desequilíbrio energético prolongado ocorre, principalmente, devido ao consumo excessivo de calorias aliado à baixa atividade física. Como uma doença multifatorial de difícil controle, a obesidade tem se tornado um grande desafio para a saúde pública global. Nos últimos anos, sua prevalência aumentou consideravelmente, com estimativas indicando que mais de 650 milhões de adultos em todo o mundo são obesos, e essa cifra continua a crescer em todas as faixas etárias (PALMEIRA; RAMOS; MUSSI, 2021; FERREIRA et al., 2019).

O aumento do sobrepeso e da obesidade em mulheres em idade reprodutiva tem acompanhado a tendência global de crescimento desses índices, tornando-se uma preocupação significativa. Essa condição impacta negativamente a saúde reprodutiva da mulher e do bebê, gerando consequências expressivas para os serviços de maternidade. Durante a gestação, a obesidade é considerada um grave problema de saúde pública, pois está associada a

maiores taxas de morbimortalidade materna e neonatal. Além disso, influencia a saúde da criança, seus futuros hábitos alimentares, sociais e culturais, bem como o bem-estar da comunidade envolvida nesse processo de adoecimento (GARCIA, 2019; AZEVEDO et al., 2021).

O sobrepeso durante a gestação pode trazer diversas complicações, incluindo síndromes hipertensivas, caracterizadas pelo aumento da pressão arterial, alterações na função cardíaca e hemoconcentração, além de distúrbios hiperglicêmicos, com níveis elevados de glicose no sangue. Também está vinculada a um risco elevado de patologias endocrinometabólicas, como estados de hipercoagulabilidade e resistência insulínica. Além disso, representa um fator relevante para o aumento da incidência de doença tromboembólica venosa, uma vez que o excesso de peso eleva significativamente o risco desse evento (BRANDÃO; DA SILVA; DE SIQUEIRA, 2019; ALVES et al., 2019).

Os efeitos da obesidade na gestação também afetam o feto, pois um ambiente intrauterino obesogênico está associado a um risco aumentado de macrosomia fetal, malformações congênitas, distúrbios metabólicos e respiratórias após o nascimento. Outrossim, O aumento excessivo de peso na gravidez eleva as chances de parto cesáreo, partos prematuros e internações prolongadas na UTI neonatal, comprometendo o início da vida extrauterina da criança e elevando os custos associados ao cuidado neonatal (TAVARES; FERRARI SCHIAVETTO, 2018).

Nesse contexto, a atuação do enfermeiro é fundamental para o incentivo à saúde da gestante e prevenção de complicações causadas pela obesidade gestacional. O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) destaca a importância do acompanhamento contínuo e integral das gestantes, incluindo a realização de consultas de enfermagem, a promoção de hábitos alimentares saudáveis, o incentivo à prática de atividades físicas seguras e a educação para o autocuidado. Essas medidas são fundamentais para assegurar um pré-natal de excelência e reduzir os riscos relacionados à obesidade durante a gravidez (MARTINS et al., 2021).

A consulta de enfermagem desempenha um papel decisivo no acompanhamento pré-natal, pois possibilita a orientação adequada à gestante e à sua família sobre a importância da adesão ao cuidado perinatal, amamentação, vacinação e monitoramento de exames laboratoriais. Durante essa assistência, o enfermeiro também é responsável por solicitar exames complementares, realizar testes rápidos para doenças infecciosas, promover atividades educativas e encaminhar a gestante para outros profissionais, como nutricionistas e endocrinologistas, quando necessário (MELO et al., 2020).

O planejamento reprodutivo e a classificação de risco da gestante também estão entre as principais competências do enfermeiro atuante na Estratégia Saúde da Família (ESF). Esse profissional tem a responsabilidade de identificar gestantes que necessitam de acompanhamento especializado devido à obesidade, garantindo o encaminhamento adequado para equipes multidisciplinares compostas por cardiologistas, psicólogos, nutricionistas e assistentes sociais. Essa abordagem integrada permite um cuidado mais efetivo, reduzindo as complicações materno-fetais e promovendo melhores desfechos (JORGE; SILVA; MAKUCH, 2020).

4 CONCLUSÃO

Diante desse panorama, configura-se, como um sério problema, a obesidade na gestação para o sistema público, impactando significativamente a saúde materno-fetal e elevando as taxas de morbimortalidade materna e neonatal. As consequências ligadas incluem uns maiores riscos de hiperglicemia gestacional, aumentos pressóricos arterial, eclâmpsia, tromboembolismo venoso, partos prematuros e cesarianas, além de comprometer o a formação do feto e ampliar a frequência de macrosomia e doenças metabólicas futuras. Esses impactos não se restringem ao período gestacional, pois nesse contexto obesogênico eleva as chances da

criança desenvolver tanto a obesidade, como outras enfermidades crônicas.

Nesse sentido, há a necessidade de evidenciar políticas de prevenção e intervenção precoce para mitigar os prejuízos gerados pelas o excesso de peso na gestante. A adoção de medidas governamentais eficazes, aliada a programas de educação em saúde e mudanças para hábitos saudáveis, é fundamental para reduzir causas predisponentes, durante e após a gestação. A identificação precoce dessa condição nas gestantes, por meio do acompanhamento contínuo nos serviços de assistência básica de saúde, possibilita as atividades de ações preventivas, promovendo uma gestação mais segura e com melhores desfechos para mãe e bebê.

Dessa forma, o papel da enfermagem se destaca como fundamental na promoção da saúde materno-infantil. O enfermeiro atua de forma integral na assistência pré-natal, orientando gestantes sobre práticas alimentares saudáveis, incentivando a movimentação corporal segura e promovendo o autocuidado. Ademais, a consulta de enfermagem permite a identificação precoce de fatores de risco, possibilitando o encaminhamento para equipes multidisciplinares e garantindo um acompanhamento mais abrangente. A atuação preventiva da enfermagem, baseada em um cuidado humanizado e na educação em saúde, reduz as complicações da obesidade gestacional, assegurando um pré-natal de qualidade.

Portanto, obesidade gestacional deve ser enfrentada através de uma abordagem multiprofissional e integrada, com foco na prevenção e no cuidado precoce. O fortalecimento das ações do Sistema Único de Saúde e da valorização da enfermagem nesse processo são determinantes para atenuar os impactos negativos da obesidade e garantir melhores condições de vida.

REFERÊNCIAS

ALVES, P. et al. Risks of Maternal Obesity in Pregnancy: A Case-control Study in a Portuguese Obstetrical Population. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 41, n. 12, p. 682-687, dez. 2019.

AZEVEDO, C. V. et al. Padrões alimentares estão associados à obesidade pré-gravídica em gestantes. *Revista Saúde e Pesquisa: Promoção da Saúde*, v. 14, n. 3, p. 509-519, 2021.

BARBOSA, R. S.; SANTOS, T. D. Acompanhamento e monitoramento de gestantes com obesidade: atribuições do enfermeiro. *Cadernos de Enfermagem*, 2018.

BRAGA, V. A. S. et al. Atuação de enfermeiros voltada para a obesidade na Unidade Básica de Saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 2, p. e20180404, 2020.

BRANDÃO, P. Z.; DA SILVA, T. B.; DE SIQUEIRA, E. C. Obesidade e gestação: a importância da correlação na avaliação dos riscos materno-fetais. *Revista Pró-UniverSUS*, v. 10, n. 2, dez. 2019.

CAMOLAS, J.; GREGÓRIO, M. J.; DE SOUSA, S. M.; GRAÇA, P. *Obesidade: Optimização da abordagem terapêutica no Serviço Nacional de Saúde*. Lisboa, Portugal: Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, Direção-Geral da Saúde, 2017. Disponível em: <https://www.dgs.pt/em-destaque/dia-mundial-do-combate-a-obesidade-11-de-outubro.aspx>.

FERREIRA, Maria Cláudia Henrique da Silva. *Obesidade na gravidez e seus fatores de riscos*. Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Linhas de Cuidado em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina, 2014.

FERREIRA, Maria João Pontes. A obesidade como fator de risco para a infertilidade e complicações da gravidez. 3 jul. 2019.

GARCIA, R. A.; SANTOS, L. P. G. S.; BERALDO, M.; TORRES, P. L.; MELÃO, R. *Protocolo de enfermagem na atenção primária à saúde. Módulo 1: Saúde da Mulher*. [S.l.], 2019. p. 260.

JORGE, H. M. F.; SILVA, R. M.; MAKUCH, M. Y. Assistência humanizada no pré-natal de alto risco: percepções de enfermeiros. *Revista Rene*, v. 21, p. e44521, 2020.

MARTINS, A. C.; CAVALCANTE, C. O impacto da assistência de enfermagem na saúde da gestante obesa. *Revista de Enfermagem e Saúde Coletiva*, 2021.

MELO, D. E. B. et al. Consulta de enfermagem no pré-natal: representações sociais de gestantes. *Revista Enfermagem UFSM*, Santa Maria, v. 10, p. 1-18, 2020.

PALMEIRA, C. S.; RAMOS, G. A.; MUSSI, F. C. Avaliação da experiência do telemonitoramento de enfermagem por mulheres com excesso de peso. *Escola Anna Nery*, v. 25, n. 1, p. e20200090, 2021.

PINHEIRO, Lilian Garlini Viana et al. Obesidade, gestação e complicações maternas e neonatais: uma revisão sistemática. *Scientific Electronic Archives*, v. 16, n. 4, mar. 2023.

TAVARES, B. B.; FERRARI SCHIAVETTO, P. C. Índice de masa corporal en embarazadas en la unidad de salud de la familia. *Enfermería Global*, v. 17, n. 4, p. 137-165, 2018. DOI: <https://doi.org/10.6018/eglobal.17.4.299971>.

TRIGUEIRO, T. H. et al. Experiência de gestantes na consulta de Enfermagem com a construção do plano de parto. *Escola Anna Nery*, v. 26, p. e20210036, 2022.