

## **Influência de fatores socioeconômicos na ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres: implicações para a saúde coletiva: uma revisão de literatura**

*Influence of socioeconomic factors on the occurrence of micronutrient deficiencies in women: implications for public health: a literature review*

*Influencia de los factores socioeconómicos en la ocurrencia de deficiencias de micronutrientes en mujeres: implicaciones para la salud pública: una revisión de la literatura*

Marcella Cunha Oliveira Piovezan – Faculdade Ages – Bacharelado em Nutrição, email  
Prof. Msc. Juliana Malinovski  
Káren Arielle Carvalho Barreto

### **Resumo:**

**Introdução:** As deficiências de micronutrientes constituem um importante problema de saúde pública, especialmente entre mulheres em idade reprodutiva, gestantes e puérperas. A transição nutricional observada nas últimas décadas favoreceu a coexistência de diferentes formas de má nutrição, incluindo carências nutricionais, sobrepeso e obesidade. Nesse contexto, a insegurança alimentar e as desigualdades socioeconômicas contribuem para padrões alimentares inadequados, reduzida diversidade alimentar e maior vulnerabilidade nutricional feminina, com repercussões na saúde materna, na composição do leite materno e no desenvolvimento infantil. **Objetivo:** Compreender, com base nas evidências científicas disponíveis, como a insegurança alimentar e as desigualdades sociais influenciam o desenvolvimento de deficiências de micronutrientes em mulheres, especialmente durante o período reprodutivo e pós-parto. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo-exploratório, conduzida a partir da seguinte questão norteadora: “Como os fatores socioeconômicos influenciam a ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres e quais são as implicações para a saúde coletiva?”. A busca foi realizada nas bases de dados SciELO, PubMed e BVS, utilizando descritores em português e inglês combinados por operadores booleanos. Foram incluídos artigos primários publicados entre 2022 e 2026, nos idiomas português e inglês, relacionados à influência dos fatores socioeconômicos nas deficiências de micronutrientes em mulheres no pós-parto. A seleção dos estudos seguiu as recomendações do protocolo PRISMA, com posterior leitura integral e análise crítica dos artigos elegíveis. **Resultados e Discussão:** Os estudos analisados demonstraram que a insegurança alimentar, a baixa renda, o desemprego, a vulnerabilidade social e o acesso limitado aos serviços de saúde estão diretamente associados ao aumento do risco de deficiências de ferro, zinco, folato, vitaminas A e B12 e iodo. Tais condições dificultam o acesso a alimentos nutritivos e comprometem a qualidade da alimentação durante a gestação e o pós-parto. Os achados reforçam a importância de estratégias de suplementação, fortificação alimentar, educação alimentar e nutricional e fortalecimento das políticas públicas voltadas à promoção da segurança alimentar. Além disso, evidenciam a relevância do acompanhamento nutricional e da atuação multiprofissional na prevenção e no controle dessas carências. Observou-se, entretanto, escassez de estudos abordando especificamente a atuação do nutricionista nesse contexto. **Conclusão:** As deficiências de micronutrientes em mulheres estão fortemente relacionadas às condições socioeconômicas desfavoráveis e à insegurança alimentar, comprometendo a saúde materna e o desenvolvimento infantil. Os resultados reforçam a importância do acompanhamento nutricional, das ações de educação alimentar e nutricional e da ampliação das políticas públicas voltadas à promoção da saúde da mulher. Destaca-se ainda a necessidade de novas pesquisas sobre o papel do nutricionista e sobre estratégias efetivas para prevenção dessas deficiências em populações vulneráveis.

**Palavras-chave:** Atenção Primária à Saúde; Deficiência de Micronutrientes; Fatores Socioeconômicos; Mulheres Pós-parto; Nutricionista.

**Abstract:**

**Introduction:** Micronutrient deficiencies constitute a significant public health problem, especially among women of reproductive age, pregnant women, and postpartum women. The nutritional transition observed in recent decades has favored the coexistence of different forms of malnutrition, including nutritional deficiencies, overweight, and obesity. In this context, food insecurity and socioeconomic inequalities contribute to inadequate dietary patterns, reduced dietary diversity, and greater female nutritional vulnerability, with repercussions on maternal health, breast milk composition, and child development. **Objective:** To understand, based on available scientific evidence, how food insecurity and social inequalities influence the development of micronutrient deficiencies in women, especially during the reproductive and postpartum periods. **Methodology:** This is an integrative literature review, of a descriptive-exploratory nature, conducted based on the following guiding question: "How do socioeconomic factors influence the occurrence of micronutrient deficiencies in women and what are the implications for public health?". The search was conducted in the SciELO, PubMed, and BVS databases, using descriptors in Portuguese and English combined with Boolean operators. Primary articles published between 2022 and 2026, in Portuguese and English, related to the influence of socioeconomic factors on micronutrient deficiencies in postpartum women were included. The selection of studies followed the recommendations of the PRISMA protocol, with subsequent full-text reading and critical analysis of eligible articles. **Results and Discussion:** The analyzed studies demonstrated that food insecurity, low income, unemployment, social vulnerability, and limited access to health services are directly associated with an increased risk of deficiencies in iron, zinc, folate, vitamins A and B12, and iodine. These conditions hinder access to nutritious foods and compromise the quality of nutrition during pregnancy and the postpartum period. The findings reinforce the importance of supplementation strategies, food fortification, food and nutrition education, and strengthening public policies aimed at promoting food security. Furthermore, they highlight the relevance of nutritional monitoring and multidisciplinary action in the prevention and control of these deficiencies. However, a scarcity of studies specifically addressing the role of nutritionists in this context was observed. **Conclusion:** Micronutrient deficiencies in women are strongly related to unfavorable socioeconomic conditions and food insecurity, compromising maternal health and child development. The results reinforce the importance of nutritional monitoring, food and nutrition education actions, and the expansion of public policies aimed at promoting women's health. The need for further research on the role of nutritionists and on effective strategies for preventing these deficiencies in vulnerable populations is also highlighted.

**Keywords:**

Primary health care; micronutrient deficiency; socioeconomic factors; postpartum women; nutritionist.

**Resumen:**

Las deficiencias de micronutrientes constituyen un importante problema de salud pública, especialmente entre mujeres en edad reproductiva, gestantes y puérperas. La transición nutricional observada en las últimas décadas ha favorecido la coexistencia de diferentes formas de malnutrición, incluidas las carencias nutricionales, el sobrepeso y la obesidad. En este contexto, la inseguridad alimentaria y las desigualdades socioeconómicas contribuyen a patrones alimentarios inadecuados, una reducida diversidad dietética y una mayor vulnerabilidad nutricional femenina, con repercusiones en la salud materna, la composición de

la leche materna y el desarrollo infantil. Objetivo: Comprender, con base en las evidencias científicas disponibles, cómo la inseguridad alimentaria y las desigualdades sociales influyen en el desarrollo de deficiencias de micronutrientes en las mujeres, especialmente durante el período reproductivo y posparto. Metodología: Se trata de una revisión integradora de la literatura, de carácter descriptivo-exploratorio, realizada a partir de la siguiente pregunta orientadora: “¿Cómo influyen los factores socioeconómicos en la ocurrencia de deficiencias de micronutrientes en las mujeres y cuáles son las implicaciones para la salud pública?”. La búsqueda se realizó en las bases de datos SciELO, PubMed y BVS, utilizando descriptores en portugués e inglés combinados mediante operadores booleanos. Se incluyeron artículos primarios publicados entre 2022 y 2026, en portugués e inglés, relacionados con la influencia de los factores socioeconómicos en las deficiencias de micronutrientes en mujeres durante el posparto. La selección de los estudios siguió las recomendaciones del protocolo PRISMA, con posterior lectura completa y análisis crítico de los artículos elegibles. Resultados y Discusión: Los estudios analizados demostraron que la inseguridad alimentaria, los bajos ingresos, el desempleo, la vulnerabilidad social y el acceso limitado a los servicios de salud están directamente asociados con un mayor riesgo de deficiencias de hierro, zinc, folato, vitaminas A y B12, y yodo. Estas condiciones dificultan el acceso a alimentos nutritivos y comprometen la calidad de la alimentación durante el embarazo y el posparto. Los hallazgos refuerzan la importancia de las estrategias de suplementación, fortificación alimentaria, educación alimentaria y nutricional y fortalecimiento de las políticas públicas orientadas a promover la seguridad alimentaria. Además, evidencian la relevancia del seguimiento nutricional y de la actuación multidisciplinaria en la prevención y control de estas carencias. Sin embargo, se observó una escasez de estudios que abordaran específicamente el papel del nutricionista en este contexto. Conclusión: Las deficiencias de micronutrientes en las mujeres están fuertemente relacionadas con condiciones socioeconómicas desfavorables y con la inseguridad alimentaria, comprometiendo la salud materna y el desarrollo infantil. Los resultados refuerzan la importancia del seguimiento nutricional, de las acciones de educación alimentaria y nutricional y de la ampliación de las políticas públicas dirigidas a la promoción de la salud de la mujer. También se destaca la necesidad de nuevas investigaciones sobre el papel del nutricionista y sobre estrategias eficaces para prevenir estas deficiencias en poblaciones vulnerables.

**Palabras clave:**

Atención Primaria de Salud; Deficiencia de Micronutrientes; Factores Socioeconómicos; Mujeres en Posparto; Nutricionista.

## **INTRODUÇÃO**

A carência nutricional vem sendo investigada e conversada por dois caminhos variados, com foco na má nutrição, insegurança alimentar e deficiência de micronutrientes, ou quando se trata de sobrepeso, obesidade e hiperalimentação, no entanto, mediante a rápida transição nutricional global, uma proporção crescente de indivíduos é exposta a diferentes formas de subnutrição durante o curso da vida e ao desenvolvimento da chamada “Double Burden of Malnutrition”, em português Carga Dupla De Desnutrição (Wells *et al.*, 2020). De acordo com Popkin, Corvalan e Grummer-Strawn (2020), a dupla carga da má nutrição representa um

desafio crescente para a saúde pública, caracterizada pela ocorrência simultânea de desnutrição e de sobrepeso, essa condição atinge a maior parte dos países de baixa e renda média.

Em escala global, quase dois bilhões de pessoas sofrem de deficiências de micronutrientes que proporciona um grande impacto e carga para saúde coletiva, colocando as mulheres como população de risco (Melby *et al.*, 2020). A inadequação da ingestão desses nutrientes pode prejudicar não só a saúde da mãe, mas também influenciar negativamente a composição do leite materno e o desenvolvimento da criança (Marangoni *et al.*, 2016).

Dentro do contexto dos fatores importantes do consumo alimentar inadequado, a insegurança alimentar é encontrada como manifestação complexa na qual se refere ao cenário de pobreza e desigualdade social (Bezerra; Olinda; Pedraza, 2017). As mulheres são mais susceptíveis a sentir os reflexos da situação de insegurança alimentar, por saber das necessidades enfrentadas dentro das suas casas, e estarem mais vulneráveis dentro da insegurança alimentar, em decorrência da alta ingestão alimentar de alimentos mais calóricos, acessíveis e baixo valor nutricional (Franco J. G. *et al.* 2019).

A anemia ferropriva é caracterizada pela redução da hemoglobina causada pela deficiência de ferro, podendo ser gerada por baixa ingestão alimentar, alterações no comprometimento da absorção, perdas sanguíneas e aumento das necessidades fisiológicas (Belarmino *et al.*, 2025). A incidência de anemia em mulheres permanece grande e inabalável em muitos países, as desigualdades sociais são nítidas para muitas formas de desnutrição em mulheres e crianças, indicando um papel significativo para a pobreza e a baixa educação, fortalecendo a necessidade de ações de múltiplos setores para acelerar o desenvolvimento (Victora C G. *et al.* 2022).

O período pós- parto é um momento delicado e de transição na vida da mulher, a dificuldade do puerpério concedida pela interligação, causada por aspectos biológicos, psicológicos comportamentais, socioculturais, econômicas e de gênero, exacerbam-se as demandas da maternidade, abrangendo importantes mudanças no estilo de vida da mulher (Cabral & Oliveira, 2010), que muitas vezes costumam priorizar o filho em detrimento às suas necessidades, alteando seus aspectos físicos e emocionais (Mazzo *et al.*, 2018).

O estudo realizado por Lebrun *et al.* (2019), conduzido no Canadá, onde foi investigado o consumo alimentar e qualidade da dieta, onde revela uma severa redução na ingestão de Ferro, vitamina C, e do complexo B, presente nas mulheres ao longo do puerpério, foi identificado que a ingestão de micronutrientes reduziu ao longo do tempo, associado a transições quanto ao uso de suplementos.

A pesquisa desenvolvida por Aparício *et al.* (2020), conduzida na cidade de Réus em Tarragona (Espanha), investigou o consumo alimentar em mulheres no período de gravidez e pós-parto, onde evidência que embora as demandas nutricionais aumentem durante a gestação, muitas mulheres não elevam adequadamente a ingestão de energia e nutrientes nesse período e no pós-parto, o que as expõe a maior risco de deficiências de vitamina D, Ferro e Folato.

Segundo a Pesquisa nacional de demografia e saúde da criança e da mulher (PNDS 2006) os dados nacionais apresentam cerca de 29,4% das mulheres em idade fértil com anemia, destacando-se os índices encontrados nas regiões nordestes (39,1%) e sudeste (28,5%) (BRASIL (2009). Conforme especificado por Osório (2002) anemia por carência de ferro, decorrem de diversos fatores que agravam um grupo de indivíduos: socioculturais, socioeconômicos, do meio ambiente, alimentares, fisiológicos, patológicos e biológicos. Em sua pesquisa, Santos *et al.* (2014) apresenta resultados similares para ingestão de zinco e vitamina A em mulheres no período de gravidez e lactantes, tal como, é relatado que essa má ingestão tende a intensificar nesse período de gestação, uma vez que muitas não modificam seus hábitos alimentares.

Nesta etapa da vida da mulher, a alimentação saudável tem como objetivo garantir a oferta adequada de nutrientes, a fim de atender às recomendações nutricionais (Gila-Diaz *et al.*, 2021). Além disso, contribui para a recuperação no período pós-parto (Jouanne *et al.*, 2021) e, de forma complementar, assegura níveis adequados de nutrientes e compostos essenciais à sobrevivência e ao desenvolvimento do recém-nascido por meio do aleitamento materno (Melo; Oliveira; Pereira, 2020).

O capítulo 1 do livro Tratado de Nutrição e Dietoterapia, apresenta situações que explicam as deficiências de micronutrientes, marcadas pela transição nutricional e pelo aumento do consumo de ultraprocessados. Segundo Rossi e Poltronieri (2020), a Política de Segurança Alimentar e Nutricional, revela que um dos principais desafios foi combater as principais causas de insegurança alimentar e vulnerabilidade social.

Enfrentar a desnutrição em todas as suas formas demanda novas estratégias de planejar, direcionar e executar programas e políticas para acelerar o avanço na melhoria da nutrição em nível global (Popkin, Corvalan e Grummer-Strawn, 2020).

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo compreender, com base em evidências disponíveis na literatura, como a insegurança alimentar e as desigualdades sociais influenciam o desenvolvimento de deficiências de micronutrientes em mulheres, no contexto da saúde da mulher, especialmente durante o período reprodutivo e pós-parto.

## Metodologia

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo exploratório. A revisão foi conduzida com base na seguinte pergunta norteadora: “Como os fatores socioeconômicos influenciam a ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres e quais são as implicações para a saúde coletiva?”

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados SciELO (Scientific Electropical Library Online), PubMed (U.S. National Library of Medicine) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), por reunirem produções científicas em destaque nacional e internacional na área da saúde e nutrição. Foram empregados descritores associados por meio de operadores booleanos AND e OR, a fim de melhorar os resultados e reunir os principais conceitos sobre o tema. Os termos utilizados, foram: “nutricionista”, “deficiência de micronutrientes”, “fatores socioeconômicos”, “mulheres pós-parto”, “atenção primária à saúde”. Foram utilizados os termos em língua inglesa, com o objetivo de ampliar a busca por estudos nas bases de dados.

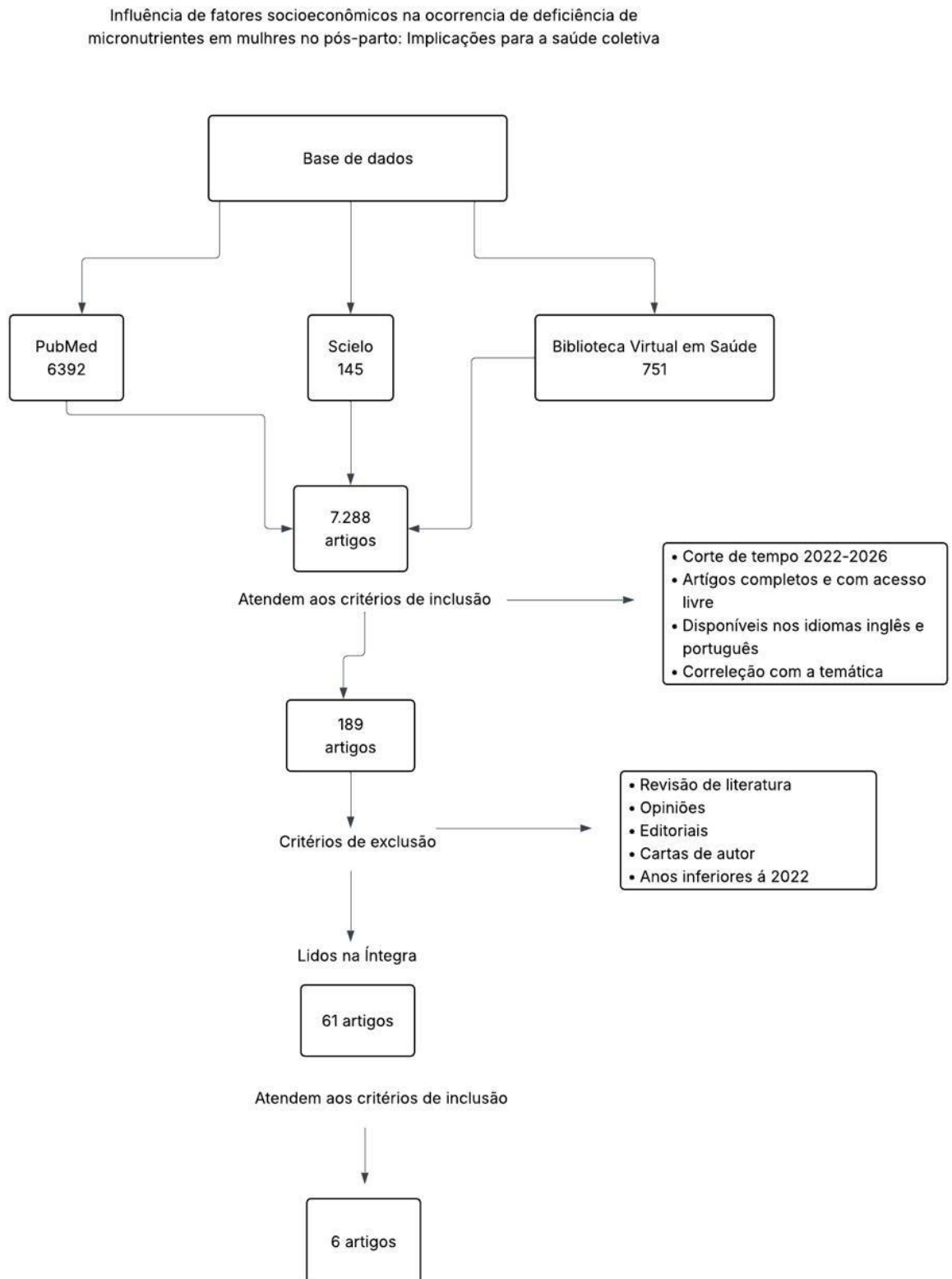
Foram determinados como critérios de inclusão: artigos primários publicados entre 2022 e 2026, redigidos em português e inglês, que abordassem como fatores socioeconômicos influenciam a ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres no pós-parto, especialmente no contexto de saúde coletiva. Foram removidos estudos duplicados nas bases de dados, bem como monografias, trabalho sem revisões, editoriais, textos opinativos, dissertações, resumos de eventos, e aqueles que não abordavam diretamente com o tema central. O período analisado (2022-2026) foi aderido para garantir atualizações acadêmicas, considerando deficiência de micronutrientes em mulheres no pós-parto.

A captação de dados foi realizada pelas seguintes etapas. Em um primeiro momento, realizou-se a pesquisa dos estudos nas bases escolhidas utilizando os descritores definidos. Posteriormente, foi feita a leitura dos títulos e resumos com o objetivo de selecionar os artigos que se enquadravam nos critérios de inclusão. Após essa avaliação inicial, procedeu-se a leitura integral dos textos, possibilitando a identificação de que fatores socioeconômicos influenciam a ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres no pós-parto, especialmente no contexto de saúde coletiva.

Os seis estudos selecionados foram avaliados de maneira crítica e descritiva, levando em consideração seus objetivos, metodologias, características da amostra e principais achados, sendo posteriormente organizados em uma tabela-síntese. Tal processo de seleção foi conduzido de acordo com o modelo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and

Meta-Analyses), conforme ilustrado no fluxograma a seguir, o qual apresenta de forma resumida as etapas e os critérios aplicados durante a triagem dos artigos.

**Figura 1 - Fluxograma representativo das etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos selecionados para a atual pesquisa**



**Fonte:** desenvolvido pelos autores, 2026.

No quadro 1, apresentado a seguir, estão reunidos os resultados obtidos dos seis artigos incluídos nesta revisão integrativa, de acordo com os critérios definidos no percurso metodológico. A síntese reúne as principais informações de cada estudo, incluindo autores, ano de publicação, título, delineamento, objetivos e resultou mais relevantes, permitindo uma análise comparativa das evidências científicas sobre os fatores socioeconômicos na ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres no pós-parto dentro da saúde coletiva.

**Quadro 1.** Resumo dos artigos analisados para revisão

<b>Artigos</b>	<b>Autor, ano de publicação, local do estudo</b>	<b>Delineamento, tipo de estudo e N</b>	<b>Objetivos do estudo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Principais achados</b>
1	Freire, J. K. S. 2022 Maceió	Estudo observacional e longitudinal N= 240 mulheres acompanhadas no (período de 3,6 e 12 meses).	O estudo tem como objetivo avaliar o consumo de micronutrientes, a prevalência de inadequação e os fatores associados em mulheres no período pós-parto.	Trata-se de um estudo com acompanhamento de mulheres no pós-parto ao longo de um ano, no qual o consumo de micronutrientes foi avaliado por meio de recordatório alimentar de 24 horas, com análise estatística para identificar fatores associados.	O estudo evidenciou grande proporção de inadequação no consumo de micronutrientes em mulheres no pós-parto, com tendência de piora ao longo do tempo, sendo essa inadequação relacionada a fatores socioeconômicos e a insegurança alimentar, além do aumento no consumo de ultraprocessados.

2	Deshpan de <i>et al.</i>  2024  India	Estudo trans- versal e ob- servacion al  N= 454 gestantes	Descrever a ingestão de macro e mi- cronutrient es, descrever di- versidade ali- mentar  e in- gestão de ali- mentos não saudáveis	A coleta foi feita por in- formações só- cio demográ- ficas , estilo de vida e hábitos alimentares por meio de entrevistas e	Alta prevalência de insegurança alimentar entre gestantes resi- dentes em áreas de favela, asso- ciadas a fatores socioeconômicos desfavoráveis e relacionados a pior qualidade da dieta e maior risco à saúde matern, reforçando a necessidade de políticas públi- cas.
			investigar de- terminante s sócio demográfico s e de estilo de vida.	recordatórios alimentares.	
3	Rosenth al J <i>et al.</i>  2025  Belize	Estudo observacion al e transversal  N= 937 mulheres não grávidas	Estimar fração atribuível a popu- lação nacional e regi- onal e o nú- mero potencial de casos de anemia evitáveis para três fato- res de risco nutricio- nal e deficiên- cia entre mu- lheres.	Pesquisa naci- onal baseada em probabilidades de domicílio e micronutrient es, captando informações sócio demo- gráficas e de saúde.	O estudo evidenciou que a ane- mia em mulheres em idade re- produtiva em Belize está forte- mente associada as deficiências de ferro, folato, e vitamina B12, fatos relevantes poderiam ser evitados com a correção dessas deficiências, destacando a forti- ficação de alimentos como es- tratégia eficaz de saúde pública.
4	Carboo <i>et</i> <i>al.</i>  2026  África do Sul	Observacio nal e transversal.  N= 681 gestantes	Avaliar a diversidade alimentar de mulheres grá- vidas na Pro- víncia do Estado Livre e identificar fa- tores associa- dos a ela.	A coleta de da- dos foi feita por meio de questionários estruturados, incluindo in- formações só- cio demográficas .	Os estudos demonstram que a maioria das gestantes apresen- tou baixa diversidade alimentar. Com pequena proporção atin- gindo o mínimo recomendado . Além disso, fatores socioeconô- micos e insegurança alimentar estiveram associados a pior qua- lidade da alimentação.

5	Lopes <i>et al.</i> 2022 Portugal	C Transversal.  N= 203 mulheres grávidas	O estudo procurou investigar os efeitos da suplementação de iodo durante a gestação, especialmente e sobre o estado nutricional de iodo materno.	Foi Lizardo como um ensaio clínico randomizado, realizado em um único centro de pesquisa. Durante o acompanhamento foram avaliados parâmetros relacionados ao estado nutricional iodo e a função tireoide materna.	Demonstraram que a suplementação de iodo durante a gestação contribuiu para melhorar o estado nutricional de iodo das gestantes, pelo aumento da concentração urinária de iodo nas mulheres suplementadas.
6	Sauer <i>et. Al.</i> 2026 Camboja	C, Randomizado, experimental e controlado.  N= 36 mulheres grávidas	Desenvolver pesquisas anteriores testando e três intervenções distintas, apoio familiar, um calendário de rastreamento e vídeos educacionais e comparando sua aceitabilidade e, viabilidade e utilidade.	Foi investigado a aceitabilidade e a viabilidade do uso de suplementos múltiplos de micronutrientes por gestantes, avaliando a experiência das participantes com diferentes intervenções relacionadas ao consumo do suplemento.	O estudo mostrou que a adesão a suplementação com múltiplos micronutrientes depende de fatores comportamentais, com benefícios percebidos, favorecendo o uso e barreira dificultando, destacando a importância de estratégias para melhor adesão e os desfechos em saúde.

Fonte: desenvolvido pelos autores, 2026

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados demonstram diferentes delineamentos metodológicos quanto a insegurança alimentar e as desigualdades sociais influenciam o desenvolvimento de deficiência de micronutrientes em mulheres, no contexto da saúde da mulher, especialmente durante o

período do pós-parto, o que possibilitou uma compreensão ampla sobre como é necessária a abordagem nutricional, trazendo desafios quanto a prática nutricional no campo da saúde coletiva na qual se refere a promoção da saúde.

De modo geral, os resultados evidenciam que os autores compartilham a percepção de que fatores socioeconômicos, condições de acesso a alimentação adequada e assistência em saúde exercem um papel fundamental no controle das deficiências nutricionais. Influenciado não apenas pelos hábitos alimentares, mas também pelas desigualdades sociais, insegurança alimentar e limitações no acesso aos serviços de saúde. Contudo, os estudos pontuam importantes fragilidades relacionadas a condição de vulnerabilidade social, acesso à uma alimentação nutricional de qualidade e educação em saúde voltada a mulheres gestantes.

O estudo de Deshpande *et al.* (2024), conduzido em favelas urbanas em Pune na Índia, analisou a associação entre deficiência de micronutrientes e a baixa diversidade alimentar entre mulheres grávidas vivendo em áreas de vulnerabilidades. A pesquisa evidenciou que a carência na ingestão inadequada de nutrientes importantes, como ferro, zinco, folato, riboflavina e tiamina, eleva a prevalência de insegurança alimentar associadas a condições socioeconômicas, alimentação de baixa qualidade e ao aumento de riscos para saúde materna, mostrando a importância do fortalecimento de políticas públicas voltadas à acompanhamento nutricional e suporte social.

Rosenthal J *et al.* (2024) notou em seu estudo realizado em Belize, desenvolvido através de uma pesquisa nacional e regional, onde considerou que cerca de um terço dos casos de anemia na população, podem ser atribuídos a deficiência de ferro, vitamina B12 e folato. Nesse contexto, a fortificação alimentar aparece como uma abordagem promissora para diminuição do impacto da anemia, sobretudo em populações vulneráveis. Contudo, os autores destacam que os benefícios dessa intervenção dependem da disponibilidade e do acesso contínuo aos alimentos fortificados, evidenciando desigualdades regionais e sociais que podem interferir nos resultados das políticas nutricionais.

O estudo de Carboo *et al.* (2026), realizado na África do Sul, constatou que durante a gravidez a necessidade nutricional da mãe aumenta devido a necessidade que se dá por gerar o feto. Revelou-se, por meio dessa pesquisa, que a diversidade alimentar entre gestantes está associada a fatores como insegurança alimentar, desemprego, baixa renda familiar, todos ligados a causas socioeconômicas. O estudo evidenciou o uso contínuo de alimentos ricos em carboidratos e baixa ingestão de alimentos fontes de micronutrientes essenciais, como leguminosas, folhosos e oleaginosas, tais limitações podem comprometer a saúde materna, favorecendo deficiências nutricionais importantes na gestação.

Os achados do estudo de Lopes *et al.* (2022), realizado em Portugal, em que analisou a suplementação de iodo em gestantes de uma região com deficiência desse micronutriente, evidencia a importância deste micronutriente para produção dos hormônios tireoidianos, onde se torna essencial para o aprimoramento neurológico e crescimento adequado do feto. Tal deficiência pode estar associada a prejuízos cognitivos e alterações no progresso da criança. Nesse contexto, os achados fortalecem a relevância da assistência nutricional no pré-natal, quanto ao monitoramento a suplementação quando necessária é ingestão alimentar adequada, o estudo mostra a importância do acompanhamento multiprofissional e da promoção de uma alimentação balanceada durante o processo gestacional.

Da mesma forma, a pesquisa de Freire *et al.* (2022), realizada no município de Rio Largo, no estado de Alagoas no Brasil, identificou prevalências de desajustes ao consumo de micronutrientes entre mulheres no pós-parto, sobretudo para vitamina B9, vitamina A e zinco, ligados a vulnerabilidade socioeconômica e insegurança alimentar. As autoras apontam que fatores como baixa renda, dificuldade ao acesso de alimentos saudáveis e redução de alimentos *in natura* contribui para déficits nutricionais. Essa demanda aponta que durante o período do pós-parto apresenta-se como uma fase que necessita de um acompanhamento nutricional minucioso, especialmente no período da lactação, período em que a mulher se torna mais suscetível a deficiência de vitaminas e minerais.

A pesquisa qualitativa conduzida por Sauer C. *et al.* (2026) no Camboja, envolvendo 39 mulheres grávidas, em que teve como objetivo explorar e avaliar intervenções comportamentais capazes de aumentar a adesão das gestantes à suplementação de múltiplos micronutrientes, foi ressaltado pelos autores que as orientações contínuas dos profissionais de saúde e planejamento de educação em saúde podem favorecer maior aceitação a suplementação e contribuir para maior precaução de deficiências nutricionais maternas. Os resultados mostram o impacto positivo do apoio familiar, especificamente dos companheiros, na qual exerce influência construtiva na adesão a suplementos de múltiplos micronutrientes durante a gestação.

Ademais, o estudo conduzido por Deshpande *et al.* (2024), evidencia que a baixa diversidade alimentar esteve diretamente ligada a inadequação no consumo de micronutrientes entre gestantes nas quais residem em áreas indefesas. De tal modo, Rosenthal J. *et al.* (2024), aponta que deficiências de ferro, folato e vitamina B12 possuem grande contribuição para a progressão de anemia na população, colocando como potencial a fortificação alimentar como ação preventiva. Ambos os estudos concordam quanto à relevância de intervenções voltadas à promoção da alimentação saudável e ao fortalecimento de políticas nutricionais, considerando

seu potencial na prevenção e redução das carências nutricionais e dos impactos negativos à saúde durante o período gestacional.

Os estudos incluídos nessa revisão, de modo geral, não abordam de forma aprofundada a atuação do nutricionista, aspecto de grande relevância no contexto da prevenção, identificação e manejo das deficiências de micronutrientes. Tal lacuna evidencia a necessidade de maior valorização da assistência nutricional e da inserção do nutricionista nas estratégias de promoção e cuidado integral a saúde das mulheres.

Compreendendo a importância da atuação do nutricionista para a prevenção da deficiência de micronutrientes o estudo de Santos (2022) desenvolvido no Brasil, destacou a importância da implementação de estratégias permanentes, evidenciando que a atuação do nutricionista na Atenção Primária à Saúde (APS) favorece ações de prevenção, monitoramento nutricional e educação alimentar. Além disso, os pesquisadores destacam que a atuação desse profissional favorece a estruturação e a realização de atividades coletivas, bem como a atuação multiprofissional no contexto da APS. Embora o estudo tenha se desenvolvido para população adulta em geral, e não especificamente com mulheres, seus resultados foram essenciais para esta discussão, pois reforça a importância da atuação do nutricionista na Atenção Primária à saúde, propõe estratégias de promoção a saúde e acompanhamento nutricional. Dessa forma, apesar de não compor o quadro analítico por não considerar diretamente o tema das deficiências de micronutrientes em mulheres, o artigo passa compreensão sobre o papel do nutricionista dentro da APS.

Todos os estudos analisados demonstraram que a ocorrência de deficiências de micronutrientes em mulheres está associada a diversos fatores socioeconômicos, como renda, escolaridade, condições de acesso aos serviços de saúde e à alimentação adequada, evidenciando maior vulnerabilidade em grupos socialmente desfavorecidos. Os estudos evidenciam aspectos relevantes para a prevenção e manejo das deficiências nutricionais, na qual se ressalta sobre a importância da capacitação de profissionais e atuação do nutricionista. Além disso, alguns estudos apontam a importância de políticas públicas como estratégia de apoio a atuação profissional e enfrentamento dessa deficiência.

Observou-se que cinco dos seis estudos, apresentam discussões relacionadas às políticas públicas, essa abordagem ocorreu de forma sucinta, sem aprofundamento em estratégias governamentais específicas voltadas a prevenção e ao manejo das deficiências de micronutrientes. Os achados evidenciam a importância do fortalecimento dessas ações e políticas públicas em nutrição e saúde, quando se trata do contexto da promoção da saúde da



mulher e do decréscimo das desigualdades sociais quando relacionadas a nutrição e insegurança alimentar.

Ademais, ressalta-se a importância da realização de estudos voltados especificamente para a percepção e as experiências do nutricionista diante das deficiências de micronutrientes em mulheres, uma vez que compreender suas perspectivas e desafios pode contribuir com informações importantes para o aprimoramento das práticas profissionais, estratégias mais humanizadas e o fortalecimento da prática do nutricionista nas equipes de atenção primária a saúde.

## CONCLUSÃO

A presente revisão integrativa evidenciou que as deficiências de micronutrientes em mulheres, particularmente durante a gestação e pós-parto, estão diretamente associados a fatores socioeconômicos, baixa diversidade alimentar, insegurança alimentar e a limitação nos serviços de saúde. Os estudos analisados demonstraram que a inadequação no consumo de micronutrientes essenciais, como ferro, folato, vitamina B12, vitamina A zinco e iodo, pode comprometer a saúde materna e o desenvolvimento do feto, fortalecendo a relevância do acompanhamento contínuo nesse período.

Os achados evidenciaram que as desigualdades sociais influenciam de maneira significativa a qualidade da alimentação e o acesso à prevenção, como suplementação e fortificação alimentar, principalmente em populações carentes. O contexto destaca a importância da atuação do nutricionista na atenção primária à saúde, por meio de ações em educação alimentar e nutricional, estratégias de prevenção e controle das deficiências nutricionais.

A revisão buscou identificar lacunas na literatura, relacionada a escassez de estudos voltados ao acompanhamento nutricional de mulheres no período de pós-parto. Observou-se também a necessidade de pesquisas que avaliem, de forma mais aprofundada, o impacto das políticas públicas de alimentação e nutrição quanto a prevenção das deficiências de micronutrientes, contribuindo para a qualificação das práticas em saúde coletiva e para promoção generalizada da saúde feminina.

## REFERÊNCIAS

APARICIO, E. et al. **Nutrient intake during pregnancy and post-partum: ECLIPSES Study**. *Nutrients*, Basel, v. 12, n. 5, p. 1325, 2020. DOI:



10.3390/nu12051325. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7285175/> . Acesso em: 20 mar. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher: PNDS 2006: dimensões do processo reprodutivo e da saúde da criança**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2009. 300 p. (Série G. Estatística e Informação em Saúde). ISBN 978-85-334-1598-0. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnds\\_crianca\\_mulher.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnds_crianca_mulher.pdf) . Acesso em: 20 mar. 2026.

BELARMINO, M. C. de O. et al. **Panorama epidemiológico da anemia ferropriva no Brasil na última década**. Hematology, Transfusion and Cell Therapy, v. 47, supl. 3, p. 104085, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.htct.2025.104085>. Disponível em: <https://www.htct.com.br/pt-panorama-epidemiologico-da-anemia-ferropriva-articuloS2531137925003529> . Acesso em: 28 maio 2026.

BEZERRA, Thaíse Alves; OLINDA, Ricardo Alves de; PEDRAZA, Dixis Figueroa. **Insegurança alimentar no Brasil segundo diferentes cenários sociodemográficos**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 637– 651, 2017. DOI: 10.1590/1413-81232017222.19952015. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2017.v22n2/637-651/> . Acesso em: 20 mar. 2026.

CABRAL, F. B.; OLIVEIRA, D. C. de O. e. **Vulnerabilidade de puérperas na visão de equipes de Saúde da Família: ênfase em aspectos geracionais e adolescência**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 368-375, 2010. DOI: 10.1590/S0080-62342010000200018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/DBzf7KjbXhdpDHwTZqqpmSq/?lang=pt>. Acesso em: 23 mar. 2026.

CARBOO, J. et al. **Diversidade Alimentar e Fatores Associados Entre Mulheres Grávidas na África Central do Sul: O Estudo NuEMI** Ecology of Food and Nutrition, v. 65, n. 1-2, p. 26-43, 2026. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/03670244.2026.2626874> . Acesso em: 23 mar. 2026.

DESHPANDE, Swapna et al. **Micronutrient deficiency, dietary diversity, and sociodemographic and lifestyle determinants of dietary diversity among pregnant slum-dwelling women in Pune, India**. Journal of Health, Population and Nutrition, v. 43, n. 108, 2024. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11293030/> . Acesso em: 16 mar. 2026.

FRANCO, Jaquieli Gruhm et al. **Insegurança alimentar, consumo alimentar e estado nutricional de mulheres beneficiadas pelo Programa Bolsa Família**. Ciência & Saúde, Porto Alegre, v. 12, n. 3, e32907, 2019. DOI: 10.15448/1983652X.2019.3.32907. Disponível em: <https://revistaseletronicas.puocrs.br/faenfi/article/download/32907/19189>. Acesso em: 23 mar. 2026.

FREIRE, Jéssica Karlla Silva. **Consumo de micronutrientes entre mulheres no pós-parto e a insegurança alimentar**. 2022. 85 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição) — Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2022. Disponível em: <https://www.repositorio.ufal.br/bitstream/123456789/17446/1/Consumo%20de%20mi>



[cronutrientes%20entre%20mulheres%20no%20p%C3%B3sparto%20e%20a%20inseguran%C3%A7a%20alimentar.pdf](#). Acesso em: 15 mar. 2026.

GILA-DÍAZ, Andrea et al. **Multidimensional approach to assess nutrition and lifestyle in breastfeeding women during the first month of lactation.** *Nutrients*, Basel, v. 13, n. 6, p. 1766, 2021. DOI: 10.3390/nu13061766. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8224582/>. Acesso em: 15 mar. 2026.

JOUANNE, Marie et al. **Nutrient requirements during pregnancy and lactation.** *Nutrients*, Basel, v. 13, n. 2, p. 692, 2021. DOI: 10.3390/nu13020692. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7926714/> . Acesso em: 5 maio 2026.

LEBRUN, Audrée et al. **Tracking of dietary intake and diet quality from late pregnancy to the postpartum period.** *MDPI Nutrients*, Basel, v. 11, n. 9, p. 2080, 2019. DOI: 10.3390/nu11092080. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6769665/> . Acesso em: 5 maio 2026.

LOPES, C. A. et al. **Iodine supplementation in pregnancy in an iodine-deficient region: a cross-sectional survey.** *Nutrients*, Basel, v. 14, n. 7, p. 1393, 2022. DOI: 10.3390/nu14071393. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9002466/> . Acesso em: 5 maio 2026.

MARANGONI, Franca et al. **Maternal diet and nutrient requirements in pregnancy and breastfeeding: an Italian consensus document.** *Nutrients*, Basel, v. 8, n. 10, p. 629, 2016. DOI: 10.3390/nu8100629. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5084016/> . Acesso em: 3 mar. 2026.

MAZZO, Maria Helena Soares da Nóbrega et al. **Percepção das puérperas sobre seu período pós-parto.** *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, Bogotá, v. 20, n. 2, p. 1-9, 2018. DOI: 10.11144/Javeriana.ie20-2.ppsp. Disponível em: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/download/16263/21039/92507> . Acesso em: 3 mar. 2026.

MELO, Daiane Sousa; OLIVEIRA, Mariane Helen de; PEREIRA, Débora dos Santos. **Progressos do Brasil na proteção, promoção e apoio do aleitamento materno sob a perspectiva do Global Breastfeeding Collective.** *Revista Paulista de Pediatria*, São Paulo, v. 39, e2019296, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/19840462/2021/39/2019296>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/yyBMQgsjQYVS4RGYfPjH3xK/?lang=pt>. Acesso em: 5 mar. 2026.

MELBY, Christopher L. et al. **Agricultural food production diversity and dietary diversity among female small holder farmers in a region of the Ecuadorian Andes experiencing nutrition transition.** *Nutrients*, Basel, v. 12, n. 8, p. 2454, 2020. DOI: 10.3390/nu12082454. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7468725/> . Acesso em: 3 mar. 2026.

OSÓRIO, Mônica Maria. **Fatores determinantes da anemia em crianças.** *Sociedade Brasileira de Pediatria Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 78, n. 4, p. 269-278, 2002. DOI: 10.2223/JPED.860. Disponível em:



<https://www.scielo.br/j/jped/a/FvZJVLh63fK39WbtRGFG3Bn/?lang=pt> . Acesso em: 3 mar. 2026.

POPKIN, Barry M.; CORVALAN, Camila; GRUMMER-STRAWN, Laurence M. **Dynamics of the double burden of malnutrition and the changing nutrition reality.** *The Lancet*, Londres, v. 395, n. 10217, p. 65–74, 2020. DOI: 10.1016/S01406736(19)32497-3. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7179702/>. Acesso em: 9 mar. 2026.

ROSENTHAL, Jorge et al. **National and regional population attributable fractions for anemia risk factors (iron, folate, and vitamin B12) in Belize: potential impact of fortification.** *Revista Panamericana de Salud Pública*, Washington, v. 48, p. e61, 2024. DOI: 10.26633/RPSP.2024.61 Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11225218/>. Acesso em: 16 mar. 2026.

SANTOS, Luciana F. **Nutricionistas na Atenção Primária à Saúde e o cuidado nutricional à população adulta no município de São Paulo, SP, Brasil.** *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 32, n. 3, p. e320335, 2022. DOI:10.20435/inter.v23i3.3311 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/inter/a/yd5xYwjgw8zNzszSgSZZD4w/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 5 maio 2026.

SANTOS, Quenia dos; SICHIERI, Rosely; MARCHIONI, Dirce M. L.; VERLY JUNIOR, Eliseu. **Brazilian pregnant and lactating women do not change their food intake to meet nutritional goals.** *BMC Pregnancy and Childbirth*, Londres, v. 14, n. 186, 2014. DOI: 10.1186/1471-2393-14-186. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4049461/>. Acesso em: 5 maio 2026.

SAUER, Cassandra et al. **Exploring behavioral interventions to enhance adherence to multiple micronutrient supplementation among pregnant women in Cambodia: a mixed-methods study.** *Nutrients*, Basel, v. 18, n. 4, p. 583, 2026. DOI: 10.3390/nu18040583. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12943067/>. Acesso em: 20 mar. 2026.

VASCONCELOS, F. A. G.; BRICARELLO, L. P. História da nutrição no Brasil. In: ROSSI, L.; POLTRONIERI, F. (org.). **Tratado de Nutrição e Dietoterapia.** 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2023. p. 3-9. Disponível em: <https://app.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788527739771/epubcfi/6/26%5B%3Bvnd.vst.idref%3Dchapter001%5D!/4/112/5:238%5Bnej%2Cand%5D>. Acesso em: 02 abr. 2026.

VICTORA, Cesar G. et al. **Revisiting maternal and child undernutrition in lowincome and middle-income countries: variable progress towards an unfinished agenda.** *The Lancet*, Londres, v. 397, n. 10282, p. 1388–1399, 2021. DOI:

10.1016/S0140-6736(21)00394-9. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7613170/>. Acesso em: 20 mar. 2026.

WELLS, Jonathan C. K. et al. **The double burden of malnutrition: aetiological pathways and consequences for health.** *The Lancet*, London, v. 395, n. 10217, p.



75-88, 2020. DOI: 10.1016/S0140-6736(19)32472-9. Disponível em:  
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7613491/> . Acesso em: 3 mar. 2026.