

São escassos os estudos que apontam alterações nas práticas alimentares tradicionais durante a gravidez e a sua relação com o ganho de peso gestacional, considerando-se a região geográfica onde as pessoas vivem. Sabe-se que há uma elevada prevalência de práticas alimentares como “comer fora de casa”, “fracionar menos as refeições”, “dar preferência a *fast foods*” em centros urbanos, quando comparadas ao interior. O presente estudo tem como objetivo descrever e comparar aspectos da alimentação durante a gravidez e o ganho de peso gestacional em mulheres atendidas na atenção primária de duas cidades do Rio Grande do Sul. Trata-se de estudo de coorte de gestantes arroladas entre a 16^a e a 36^a semanas gestacionais, seguidas até o parto, em Porto Alegre e em Bento Gonçalves no Rio Grande do Sul, Brasil. Foi aplicado um questionário estruturado com questões sobre características do consumo alimentar e um questionário de frequência alimentar validado para uso na gestação. Informações do peso da gestante em cada consulta de pré-natal foram obtidas. O ganho de peso total da gravidez foi classificado de acordo com o *Institute of Medicine* (2009). Foi realizado o teste qui-quadrado de *Pearson* para comparar as variáveis categóricas e o teste T de *Student* para comparar médias. O nível de significância estabelecido em todos os testes foi de 5%. Foram avaliadas 712 gestantes, sendo 56,3% (n = 401) em Porto Alegre e 43,7% (n = 311) em Bento Gonçalves. A prevalência do hábito de “beliscar” entre as refeições foi de 63% (n = 252) em Porto Alegre e de 53,1% (n = 165) em Bento Gonçalves (p = 0,008). A realização de refeições em uma frequência de 1 a 3 vezes ao dia foi maior em Porto Alegre do que em Bento Gonçalves, sendo os valores 17,7% (n = 55) e 25,7% (n = 103), respectivamente. A prevalência da realização de 6 ou mais refeições ao dia foi de 22,8% (n = 71) em Bento Gonçalves e 19% (n = 76) em Porto Alegre (p = 0,033). O hábito de comer em casa foi mais prevalente nas gestantes de Bento Gonçalves (86,2%; n = 268) do que nas gestantes de Porto Alegre (79,8; n = 320) (p = 0,026). As gestantes moradoras de Porto Alegre apresentam maior consumo calórico do que as gestantes de Bento Gonçalves, 3.622,69 kcal/dia e 3.183,88 kcal/dia, respectivamente (p < 0,001). Ao final da gravidez, a incidência de ganho de peso gestacional insuficiente foi de 24,9% (n = 96) nas gestantes de Porto Alegre, enquanto que em Bento Gonçalves foi de 29,5% (n = 90). O ganho de peso excessivo foi mais incidente em Porto Alegre, 46,8% (n = 180), do que em Bento Gonçalves, 41% (n = 125), porém sem diferença estatisticamente significativa. Com base nos dados avaliados, há hipótese de que um maior consumo de refeições realizadas fora de casa, juntamente com fracionamento inadequado da dieta e o hábito de beliscar podem estar associados ao maior consumo calórico diário, levando a um ganho de peso gestacional excessivo.