

## AÇÕES SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Chrisangela Botelho Carvalho<sup>1</sup>  
Claudilene Freitas Cantanhede<sup>2</sup>  
Emanuelle Nogueira<sup>3</sup>  
Joelma de Cassia Pestana dos Remedios<sup>4</sup>  
Lívia Alessandra Gomes Aroucha<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem (Faculdade EDUFOR), São Luís - MA.

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem (Faculdade EDUFOR), São Luís - MA.

<sup>3</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem (Faculdade EDUFOR), São Luís - MA.

<sup>4</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem (Faculdade EDUFOR), São Luís - MA.

<sup>5</sup>Mestra em Enfermagem (Universidade Federal do Maranhão), Docente da Faculdade Edufor, São Luís - MA.

Recebido em: 05/04/2024 - Aprovado em: 17/06/2024 - Publicado em: 03/07/2024

### RESUMO

**Introdução:** entende-se que os aspectos de nutrição e saúde são imprescindíveis no que tange a qualidade de vida da população, especialmente daqueles que se encontram em situação de vulnerabilidade social e econômica, sendo de suma importância a estruturação de ações em saúde alimentar que promovam uma alimentação saudável e estas ações devem começar no âmbito da atenção primária à saúde (APS). **Objetivo:** conhecer a importância das ações sobre alimentação saudável na Atenção Primária. **Materiais e métodos:** Tratou-se de uma revisão narrativa da literatura. Foram selecionados estudos científicos nas bases de dados da LILACS e SCIELO. Foram incluídos artigos científicos somente publicados em português, disponível na íntegra e de forma gratuita. Contemplou-se estudos publicados entre o período de 2018 a 2022. **Resultados:** Foram contemplados 10 artigos científicos no qual pontuaram que as ações na APS são de suma importância para identificar e monitorar quaisquer situações e contextos que impactem a alimentação dos usuários que compõem as Unidades Básicas de Saúde (UBS) e Estratégia da Saúde da Família (APS). **Conclusão:** as ações que promovam a alimentação saudável no Brasil devem contemplar estratégias de educação alimentar contínua, treinamento permanente dos profissionais da saúde em identificar, observar, monitorar e avaliar as condições nutricionais e alimentares das famílias e promover espaços de debates e diálogo entre profissionais e comunidades sobre a importância da alimentação saudável.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação Saudável; Saúde e Nutrição; Atenção Primária à Saúde.

### Actions on healthy eating to promote health in primary care

### ABSTRACT

**Introduction:** it is understood that the aspects of nutrition and health are essential with regard to the quality of life of the population, especially those who are in a situation of social and economic vulnerability, with the structuring of nutritional health actions that promote a healthy diet and these actions must begin within the scope of primary health care (PHC). **Objective:** to study the importance of actions on healthy eating in Primary Care. **Materials and methods:** This was a narrative review of the literature. Scientific studies were selected from the LILACS and SCIELO databases. Scientific articles published only in Portuguese, available in full and free of charge, were included. Recent studies published between 2018 and 2022. **Results:** 10 scientific articles were considered in which they pointed out that actions in PHC are of utmost importance to identify and monitor any situations and contexts that impact the nutrition of users

who make up the Units Basic Health Units (UBS) and Family Health Strategy (PHC). Conclusion: actions that promote healthy eating in Brazil must include continuous nutritional education strategies, permanent training of health professionals in identifying, observing, monitoring and evaluating the nutritional and dietary conditions of families and promoting spaces for debate and dialogue between professionals and communities about the importance of healthy eating.

**Keywords:** Healthy Eating. Health and Nutrition. Primary Health Care.

## INTRODUÇÃO

A má alimentação é uma questão de saúde pública, sendo considerado um dos fatores de risco para a manifestação de diversas comorbidades mundiais. A Organização Mundial de Saúde (OMS) divulgou em 2023 o Relatório do Estado da Segurança Alimentar e Nutrição no mundo, no qual revelou que em 2020 a 2022 a situação da má alimentação se agravou no Brasil, evidenciando que 21,1 milhões de brasileiros sofrem com algum tipo de insegurança alimentar (OMS, 2023).

Entende-se que os aspectos de nutrição e saúde são imprescindíveis no que tange a qualidade de vida da população, especialmente daqueles que se encontram em situação de vulnerabilidade social e econômica, isto é, a má alimentação no Brasil ainda é uma realidade pertinente à sociedade e está imbricada a fatores sociais, econômicos e históricos (Monte, 2020).

Trata-se de uma condição clínica decorrente de uma deficiência ou excesso, relativo ou absoluto, de um ou mais nutrientes essenciais, podendo ser causada por ingestão insuficiente de alimentos ou por uma alimentação irregular (BRASIL, 2006). Além de ser um problema que afeta a saúde pública, uma vez que impacta diretamente a qualidade de vida das pessoas, é um problema multifatorial, tendo em vista as implicações na sociedade (Monte, 2020).

Nesta perspectiva, encontra-se a Vigilância Alimentar e Nutricional (VAN) que se configura como uma avaliação contínua do perfil alimentar e nutricional das comunidades. Tem como finalidade a análise permanente da situação de saúde da sociedade, no âmbito de organizar e executar práticas adequadas na prevenção e cuidado de todas as formas de má nutrição. Trata-se de uma etapa pertinente na organização do cuidado e da atenção nutricional no Sistema Único de Saúde (SUS) que deve estar inserida no cotidiano das equipes de Atenção Primária à Saúde (APS) (Brasil, 2021).

Deste modo, a presente pesquisa torna-se relevante na contemporaneidade, uma vez que pretende ampliar as discussões na seara acadêmica sobre a importância da estruturação de ações que visem a fomentação da alimentação saudável das populações. É importante frisar que a alimentação é um direito previsto pela Constituição Federal de 1988 e é reconhecida pelo Sistema Único de Saúde (SUS) como um direito inerente à pessoa. Para tanto, a pesquisa teve como objetivo conhecer a importância das ações sobre alimentação saudável na Atenção Primária.

## MATERIAL E MÉTODOS

Tratou-se de uma revisão narrativa da literatura. Foram selecionados estudos científicos nas bases de dados da LILACS e SCIELO.

A pergunta norteadora do estudo foi definida como: De que modo as ações de promoção a saúde alimentar na atenção primária podem contribuir para a redução dos índices de má alimentação no Brasil?

Foram incluídos artigos científicos somente publicados em português, disponível na

# REVISTA CIÊNCIA & CONTEMPORANEIDADE

Revista Eletrônica Multidisciplinar da Faculdade Edufor

íntegra e de forma gratuita. Contemplou-se estudos publicados entre o período de 2018 a 2022, disponíveis na íntegra, em português, que respondessem a questão de pesquisa. Foram excluídos trabalhos publicados em congresso, notas do editor, dissertação de mestrado e tese de doutorado.

Os descritores utilizados foram: saúde e nutrição; atenção primária. Combinados entre si pelo operador “E”.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram utilizados 10 artigos para a construção dos resultados da presente pesquisa, conforme apresentados no Quadro 1.

**Quadro 1 - Artigos científicos utilizados para a construção do *corpus* do estudo.**

Nº	Título	Autores e ano	Objetivo	Principais Resultados
E1	Estratégias de educação alimentar e nutricional da Atenção Primária à Saúde	França e Carvalho, 2018	Investigar sobre intervenções de educação alimentar e nutricional com indivíduos adultos no campo da Atenção Primária à Saúde no Brasil, no período de 2006 a 2016.	As práticas educativas desenvolvidas possuem pouco enfoque na promoção da saúde e uma forte tendência metodológica clássica, sendo necessários estudos qualitativos, com a percepção da autonomia, e que ampliem o uso de metodologias ativas nos processos de intervenção..
E2	Estrutura e processo de trabalho para as ações de alimentação e nutrição na Atenção Primária à Saúde no Brasil	Machado et al., 2021	Avaliar as condições de estrutura e de processo de trabalho para as ações de alimentação e nutrição na Atenção Primária à Saúde, no Brasil.	As UBS e equipes analisadas apresentaram baixas proporções de adequação de estrutura e de processo de trabalho para as ações de alimentação e nutrição.
E3	Evolução das ações de nutrição na atenção primária à saúde nos 20 anos da Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Brasil	Bortolini et al., 2021	Sistematizar as ações de alimentação e nutrição desenvolvidas na atenção primária à saúde (APS), de 1999 a 2019, identificando os avanços no período e perspectivas atuais	Os resultados revelam que as ações de alimentação e nutrição acompanharam o cenário epidemiológico, considerando-se a múltipla carga da má nutrição, estando a primeira década mais direcionada ao enfrentamento da fome, da desnutrição e carências de micronutrientes
E4	Condicionalidades de saúde no Programa Bolsa Família e a vigilância alimentar e nutricional: narrativas de profissionais da	Damião et al., 2021	Buscou-se compreender as narrativas dos profissionais da atenção primária à saúde do Município do Rio de Janeiro, Brasil, sobre os desafios e as potencialidades das ações de vigilância alimentar e nutricional, no contexto do Programa Bolsa Família, frente	Prevalece uma visão burocrática dessas condicionalidades de saúde, apenas para garantir que a família não tenha o benefício cortado e o cumprimento das metas de gestão do Programa Bolsa Família.

# REVISTA CIÊNCIA & CONTEMPORANEIDADE

Revista Eletrônica Multidisciplinar da Faculdade Edufor

	atenção primária à saúde		aos limites de sua implementação.	Ao longo da pesquisa, os profissionais construíram uma reflexão crítica desta prática e reconheceram sua potencialidade para o cuidado em saúde e nutrição das famílias.
E5	Perfil de nutrição e saúde dos usuários da Atenção Primária à Saúde	Silva et al., 2021	caracterizar o perfil nutricional e de saúde de usuários adultos e idosos da atenção primária a saúde.	Verificou-se baixa frequência de ingestão diária de frutas, verduras e legumes, bem como elevado consumo diário de frituras e suco em pó. O consumo de frutas apresentou incremento com aumento da renda <i>per capita</i> e da idade ( $p < 0,001$ ). Houve associação positiva entre excesso de peso e baixa frequência de consumo de verduras ( $p = 0,006$ ) e legumes ( $p = 0,014$ )
E6	Atenção nutricional na Atenção Primária à Saúde: um estudo comparativo de duas macrorregiões do estado de São Paulo, Brasil	Neves et al., 2022	Descrever e comparar a organização da Atenção Nutricional (AN) na Atenção Primária à Saúde em duas macrorregiões do estado de São Paulo, Brasil.	Foi observada uma predominância da AN na RMBS. Entretanto, existem limites a serem superados em ambas as regiões, demandando uma análise da qualidade dessas ações para alcançar a integralidade.
E7	Recomendações para o fortalecimento da atenção nutricional na atenção primária à saúde brasileira	Brandão et al., 2022	Elaborar recomendações para o fortalecimento da alimentação e nutrição (A&N) na atenção primária à saúde (APS) brasileira a partir de um consenso de especialistas.	As recomendações foram produzidas por pessoas experientes que acompanham a trajetória da A&N e da APS por diferentes pontos de vista, sendo úteis para a gestão e proposição de políticas públicas rumo ao fortalecimento da A&N nas APS brasileira.
E8	Monitoramento nutricional em unidades de atenção primária à saúde, DRS VI-Bauru, Brasil	Ferreira et al., 2020	Caracterizar o processo de monitoramento nutricional em unidades de atenção primária à saúde de quatro municípios pertencentes ao DRS VI de Bauru-SP, Brasil.	Concluiu-se que o monitoramento nutricional é realizado com frequência em crianças e por técnicos de enfermagem, mas são necessários ainda esforços para que a vigilância se estenda a todas as faixas etárias da população.
E9	Sistema de vigilância alimentar e nutricional: utilização e	Lima e Schimdt, 2018	Analisar a utilização e a cobertura do SISVAN pela atenção primária	Apesar de subutilizado, o SISVAN é de suma importância para a descrição contínua de informações que

	cobertura na atenção primária.			possibilitam o rastreamento de agravos e as tendências de alimentação e nutrição da população.
E10	Orientação para alimentação saudável e fatores associados entre usuários da atenção primária à saúde no sul do Brasil	Lindemann e Mendoza, 2018	Descrever a prevalência de orientação para alimentação saudável, diferenças entre modelo assistencial e fatores associados entre usuários da atenção primária de saúde.	Na atenção primária, a orientação para alimentação saudável não é universal e há iniquidade, deixando clara a necessidade de maiores esforços no sentido de ampliar a oferta. Maior atenção deve ser dada aos homens, aos indivíduos mais jovens, aos com cor da pele branca e àqueles sem diagnóstico de doenças crônicas.

Fonte: Elaborado pelos pesquisadores (2023)

De acordo com França e Carvalho (2018) a Educação Alimentar deve ser amplamente abordada na atenção primária à saúde, de modo a garantir a ampliação da autonomia e no fortalecimento da participação ativa dos usuários. Para a materialização deste, é de suma importância a articulação entre os profissionais da saúde e como metodologias e assuntos a serem ministrados no âmbito das Unidades Básicas de Saúde (UBS) e Estratégia da Saúde da Família (ESF), os autores elencam: a importância da desmistificação de dúvidas sobre alimentação e nutrição; necessidade de material de apoio para profissionais de saúde, que visam à valorização da cultura alimentar dos sujeitos, bem como de sua comunidade e família, ampliar os conhecimentos dos profissionais da saúde sobre os alimentos acessíveis na localidade em que a instituição se faz presente.

A fim de corroborar com esta análise, Machado et al., (2021) em um estudo transversal, sobre dados secundários do Programa de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica, no qual foram identificadas 19.793 UBS a fim de avaliarem as condições estruturais de processo de trabalho para a fomentação de ações de alimentação e nutrição que compõem a atenção primária à saúde (APS) no país. Os autores identificaram baixas proporções de adequação da estrutura e processo de trabalho para as ações de alimentação e nutrição e ainda, menos de 8% das equipes de saúde realizam processo de trabalho adequado, tais como: falta de ações de educação permanente que incentivem a incorporação das diretrizes e protocolos atuais no processo de trabalho, a necessidade de medidas de gestão que induzam a realização dessas ações e, todavia a inexistência de processos visando ao seu monitoramento e avaliação e a continuação de programas de nutrição nas UBS.

Segundo Bortolini et al., (2021) no qual avaliaram as ações estratégicas de desnutrição e obesidade nos últimos 20 anos no Brasil, com o foco na atenção primária à saúde. Os autores identificaram que entre 2000 - 2010 o foco das ações era de redução a desnutrição e de enfrentamento a fome, e entre os anos de 2010 - 2020 o foco passou a ser a redução dos índices de obesidade e doenças crônicas não transmissíveis como por exemplo, a diabetes mellitus. Por fim, os autores pontuam que a universalização das ações de alimentação e nutrição na APS, contudo, é ainda um desafio atual.

Damião et al., (2021) no qual buscaram compreender as narrativas dos profissionais da saúde da APS do Município do Rio de Janeiro, sobre os desafios e as potencialidades das ações de vigilância alimentar e nutricional no âmbito do Programa Bolsa Família, relataram que os profissionais da saúde que compõem a APS enfatizam que os usuários

buscam os serviços apenas para garantir que a família não tenha o benefício cortado e para alcançar o cumprimento das metas de gestão.

Como desafios os profissionais entrevistados apontam que a alta rotatividade de profissionais, equipes incompletas e o grande número de beneficiários atendidos por equipe tornam a realização das ações previstas para o acompanhamento das condicionalidades de saúde do Programa Bolsa Família um desafio e ainda, pontuam que normalmente avaliar as questões nutricionais e alimentares são reduzidas apenas a “medir e pesar”. Por fim, os autores salientam a emergência de ações de educação em saúde alimentar tanto para os profissionais quanto para as famílias, bem como identificar continuamente como as unidades de saúde se organizam para o diagnóstico e monitoramento do estado nutricional das famílias (DAMIÃO et al., 2021).

Silva et al., (2021) a fim de identificarem o estado nutricional das famílias que são atendidas pela APS em Belo Horizonte - MG, identificaram que 89,2% dos usuários entre 13 anos e 46 anos de idade, encontram-se em situação de obesidade. Observou-se ainda prevalência referida de hipertensão arterial (54,7%) e de inatividade física (70,4%). Quanto aos hábitos alimentares 60,7%, 76,0% e 93,8% apresentavam consumo excessivo de sal, açúcar e óleo, respectivamente. Verificou-se no estudo, baixa frequência de ingestão diária de frutas, verduras e legumes, bem como elevado consumo diário de frituras e suco em pó. Houve associação positiva entre excesso de peso e baixa frequência de consumo de verduras e legumes, e ainda, identificou-se mediana de renda *per capita* de R\$175,40 das famílias.

Os autores alertam para a incorporação e articulação das políticas públicas voltadas à promoção da segurança alimentar e nutricional das pessoas, no sentido de melhorar o planejamento de ações que considerem as particularidades demográficas, culturais, sociais e históricas destas populações a fim de promover uma alimentação saudável (SILVA et al., 2021).

Do mesmo modo, Neves et al., (2022) apontam que os fatores econômicos, sociais, biológicos e ambientais potencializam as chances de desenvolvimento da desnutrição e/ou obesidade, ou seja, a falta de renda familiar, baixa produtividade agrícola, condições desfavoráveis de moradia, grau de ocupação e saneamento, bem como outros fatores de risco como: alimentos inapropriados e consumo insuficiente de alimentos com alto teor nutricional. Desta forma, os autores pontuam que é pertinente que os profissionais da APS identifiquem não apenas as questões nutricionais e alimentares dos usuários, mas também, suas vulnerabilidades, para assim construir ações educativas que promovam a alimentação saudável dos usuários.

Brandão et al., (2022) identificaram a necessidade da implementação de ações de Alimentação e Nutrição que fortaleçam de forma conjunta todos os atributos da APS e a articulação intersetorial. Corroborando com esta perspectiva, Ferreira et al., (2020) é imprescindível que as instituições que compõem a APS realizem frequentemente e continuamente o monitoramento nutricional dos usuários, sejam eles, crianças, gestantes, adultos e idosos.

Concomitante, Lima e Schimdt (2018) que analisaram registros de usuários entre 12 - 68 anos de idades cadastradas no Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), explicitam que existem problemáticas em relação a educação em saúde nutricional destinada as famílias. Os autores então, enfatizam a necessidade de estruturação de ações em saúde que promovam maiores debates e discussões sobre essa questão junto à comunidade.

Lidermann e Mendaza (2018) identificaram através de um estudo transversal realizado com 1.246 usuários em Pelotas, Rio Grande do Sul que os jovens atendidos pela Estratégia de Saúde da Família que possuem doenças crônicas também possuem má relação com os alimentos, ou seja, não possuem uma alimentação saudável. Verificou-se no

estudo, a necessidade de maiores esforços das equipes de saúde em ampliar os esforços de orientação e educação alimentar.

## CONCLUSÃO

Através desta revisão de literatura, identificou-se que a alimentação saudável na APS precisa de maior visibilidade, especialmente no que diz respeito as causas e fatores de riscos, ou seja, compreender que a alimentação saudável não deve ser uma questão isolada, mas esta só é possível através dos olhares para as questões sociais e econômicas das famílias. Assim, as ações que promovam a alimentação saudável no Brasil devem contemplar estratégias de educação alimentar contínua, treinamento permanente dos profissionais da saúde em identificar, observar, monitorar e avaliar as condições nutricionais e alimentares das famílias e promover espaços de debates e diálogo entre profissionais e comunidades sobre a importância da alimentação saudável.

## REFERÊNCIAS

- BORTOLINI, AJ Et al., Evolução das ações de nutrição na atenção primária à saúde nos 20 anos da Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v. 37, n. (Supl 1), 2021.
- BRANDÃO, A. L et al., Recomendações para o fortalecimento da atenção nutricional na atenção primária à saúde brasileira. **Rev Panam Salud Publica**, v. 46, n. 19, 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.975 de 14 de dezembro de 2011**. Apoio financeiro a estruturação da Vigilância Alimentar e Nutricional. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.387, de 18 de outubro de 2012**. Agenda para Intensificação da Atenção Nutricional à Desnutrição Infantil. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2012.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional SISVAN na assistência à saúde**. Brasília, DF, 2008.
- DAMIÃO, J. J. et al. Condicionais de saúde no Programa Bolsa Família e a vigilância alimentar e nutricional: narrativas de profissionais da atenção primária à saúde. **Cad. Saúde Pública**, v. 37, n. 10, 2021.
- FERREIRA, M. C. S., NEGRI, F., GALES, L. F., DETREGIACHI, C. R. P., & DE OLIVEIRA, M. R. M.. Monitoramento nutricional em unidades de atenção primária à saúde, DRS VI-Bauru, Brasil. **Revista Da Associação Brasileira De Nutrição - RASBRAN**, v. 8, n. 1, p. 37-45, 2020.
- FRANÇA, CJ. CARVALHO, VCH. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde. **Saúde Debate**, v. 41, n. 114, 2018.
- LINDEMANN, I. L.; MENDOZA, R. A. Orientação para alimentação saudável e fatores associados entre usuários da atenção primária à saúde no sul do Brasil. **Revista Brasileira**

# REVISTA CIÊNCIA & CONTEMPORANEIDADE

Revista Eletrônica Multidisciplinar da Faculdade Edufor

**Em Promoção Da Saúde**, v. 29, n. 1, p. 34-42. 2018.

LIMA, J. F. D.E; SCHMIDT, D. B. Sistema de vigilância alimentar e nutricional: utilização e cobertura na atenção primária. **Revista Saúde E Desenvolvimento**, v. 12, n. 11, p. 315-333, 2018.

MACHADO, P. M. M. et al. Estrutura e processo de trabalho para as ações de alimentação e nutrição na Atenção Primária à Saúde no Brasil. **Epidemiol. Serv. Saúde**, v. 30, n. 2, 2021.

MONTE, C. A. et al. **Da desnutrição para a obesidade: a transição nutricional no Brasil.** Velhos e novos males da saúde no Brasil. In: MONTEIRO C. A., organizador. Velhos e novos males da saúde no Brasil. 2a Ed. São Paulo: Editora Hucitec/Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde, Universidade de São Paulo, 2020.

NEVES, J. A. et al. Atenção nutricional na Atenção Primária à Saúde: um estudo comparativo de duas macrorregiões do estado de São Paulo, Brasil. **Cad. saúde colet.**, v. 31, n. 2, 2022.

SILVA, R. DE A., JACINTO, P. V. DE O., LOPES, A. C. S., SANTOS, L. C. DOS. Perfil de nutrição e saúde de usuários da atenção primária a saúde. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 25, n. 3. 2021.

**Autor correspondente:**

Chrisangela Botelho Carvalho

E-mail: [chrisangela.botelho.carvalho@edufor.edu.br](mailto:chrisangela.botelho.carvalho@edufor.edu.br)

**Conflitos de interesse:**

Não há.