



**UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA
AFRO- BRASILEIRA**

INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM SAÚDE DA FAMÍLIA

ALINE BESSY DA SILVA VALENTE

**IMPACTO DA INTERVENÇÃO EDUCATIVA NO PERFIL
NUTRICIONAL DE PACIENTES NA ATENÇÃO BÁSICA**

LIMOEIRO DO NORTE

2018

ALINE BESSY DA SILVA VALENTE

IMPACTO DA INTERVENÇÃO EDUCATIVA NO PERFIL NUTRICIONAL
DE PACIENTES NA ATENÇÃO BÁSICA

Monografia apresentada ao Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Saúde da Família da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família.

Orientador: Luis Gomes de Moura Neto

LIMOEIRO DO NORTE

2018

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Sistema de Bibliotecas da UNILAB
Catalogação de Publicação na Fonte.

Valente, Aline Bessy da Silva.

V249i

Impacto da intervenção educativa no perfil nutricional de pacientes na atenção básica / Aline Bessy da Silva Valente. - Redenção, 2018.

29f: il.

Monografia - Curso de Especialização em Saúde Da Família, Instituto De Ciências Da Saúde, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Redenção, 2018.

Orientador: Prof. Luis Gomes de Moura Neto.

1. Atenção Primária à Saúde. 2. Intervenção. 3. Nutricional.
4. Saúde. I. Título

CE/UF/BSCL

CDD 362.7

UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA
LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA

ALINE BESSY DA SILVA VALENTE

IMPACTO DA INTERVENÇÃO EDUCATIVA NO PERFIL
NUTRICIONAL DE PACIENTES NA ATENÇÃO BÁSICA

Monografia julgada e aprovada para obtenção do título de Especialista em da
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira.

Data: ____/____/____

Nota: _____

Banca Examinadora:

Luis Gomes de Moura Neto (Orientador)

Denise Josino Soares

Janaina de Paula da Costa

IMPACTO DA INTERVENÇÃO EDUCATIVA NO PERFIL NUTRICIONAL DE PACIENTES NA ATENÇÃO BÁSICA

Aline Bessy da Silva Valente¹

Luis Gomes de Moura Neto²

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo avaliar pesquisas anteriores sobre a importância das atividades de educação alimentar no perfil nutricional da população em geral, no intuito de determinar se essa prática possui relação direta com as mudanças neste perfil. Os estudos analisados foram coletados através de levantamento bibliográfico realizado nas bases de dados da *Lilacs*, *Scielo* e *Google Acadêmico*, selecionados de acordo com o ano, utilizando como critério de exclusão os artigos que não abordaram o tema de forma majoritária e que eram anteriores ao ano 2008, priorizando os anos de 2009 a 2018. Os trabalhos analisados partem do ano de 2011 a 2017, isso mostra o quão importante e recente é este tema, pois apesar do presente estudo utilizar como critério a inclusão de artigos dos anos de 2008 a 2018, os mesmos iniciam no ano de 2011. As informações sobre alimentação saudáveis e demais práticas podem mudar os hábitos e costumes de uma população, porém para que isso ocorra é necessário que os indivíduos compreendam realmente o porquê da importância dessa transição, visando uma mudança continuada e não apenas de momento. Dessa forma, é necessário mais estudos que além de avaliar o perfil antropométrico e dietético dos participantes, analisem a compreensão da real importância da mudança de hábitos e que o acompanhem por um maior período de tempo. De modo geral, os artigos analisados encontraram diversos resultados positivos, porém o uso de avaliações através de questionários e instrumentos validados que averiguassem o conhecimento dos participantes sobre atitudes necessárias para o completo bem-estar melhoraria estes estudos. Após observação e análise dos estudos encontrados sobre a temática em questão, foi possível observar que na maioria dos artigos, os resultados foram positivos, apesar de ser recomendado uma avaliação mais ampla dos participantes dos estudos, para averiguação e obtenção de maiores benefícios, visto que os artigos que avaliaram os perfis bioquímicos apresentaram mais resultados positivos. O tema mostrou-se ser de grande relevância para a sociedade, visto que possui como um de seus objetivos motivar a população a adoção de hábitos mais saudáveis, que propiciem diversos benefícios à saúde destes e forneça bons resultados à saúde pública.

Palavras-chave: Atenção Primária. Intervenção. Nutricional. Saúde.

¹ Estudante do Curso de Especialização em Saúde da Família pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira e Universidade Aberta do Brasil, polo Limoeiro do Norte-Ce

² Graduado em Tecnologia de Alimentos pela Faculdade de Tecnologia CENTEC - FATEC Limoeiro do Norte; Mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade Federal do Ceará (UFC) e Doutor em Biotecnologia pelo RENORBIO - UFC.

ABSTRACT

This study aims to evaluate previous research on the importance of food education activities in the nutritional profile of the population in general, in order to determine if this practice is directly related to the changes in this profile. The analyzed studies were collected through a bibliographic survey carried out in Lilacs, Scielo and Google Academic databases, selected according to the year, using as exclusion criterion the articles that did not approach the theme in a majority way and that were prior to the year 2008, prioritizing the years 2009 to 2018. The work analyzed starts from the year 2011 to 2017, this shows how important and recent this theme is, because although the present study uses as a criterion the inclusion of articles from the years 2008 to 2018, they begin in the year 2011. The information on healthy eating and other practices can change the habits and customs of a population, but for this to happen it is necessary that individuals really understand why the importance of this transition, aiming for a continuous and not just momentary change. Therefore, it is necessary to do more studies that besides evaluating the anthropometric and dietary profile of the participants, to analyze the understanding of the real importance of the change of habits and to follow it for a longer period of time. In general, the analyzed articles found several positive results, but the use of validated questionnaires and instruments that verified participants' knowledge about the attitudes required for complete well-being would improve these studies. After observing and analyzing the studies found on the subject, it was possible to observe that in the majority of the articles, the results were positive, although a more extensive evaluation of the study participants is recommended, in order to investigate and obtain greater benefits, since the articles that evaluated the biochemical profiles showed more positive results. The theme has proved to be of great relevance to society, since it has as one of its objectives to motivate the population to adopt healthier habits, which provide various health benefits for them and provide good results for public health.

Keywords: Primary attention. Intervention. Nutritional. Cheers.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Estudos de intervenção em educação alimentar e nutricional em indivíduos (adultos e crianças) encontrados em pesquisa bibliográfica quanto ao autor, ano, local de realização, tipo de estudo e revista na qual foram publicados no período de 2011 a 2017.....13

Tabela 2. Classificação dos artigos de intervenção em educação alimentar e nutricional em indivíduos (adultos e crianças) encontrados em pesquisa bibliográfica quanto ao objetivo geral, metodologia e principais resultados, publicados no período de 2011 a 2017.....15

SUMÁRIO

| | |
|--|----|
| 1 INTRODUÇÃO | 8 |
| 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA | 10 |
| 2.1 Mudanças no perfil nutricional da população | 10 |
| 2.2 Educação em saúde | 11 |
| 2.3 Intervenção nutricional na atenção primária | 12 |
| 3 METODOLOGIA | 14 |
| 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO | 16 |
| 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS | 26 |
| REFERÊNCIAS | 27 |

1 INTRODUÇÃO

Sabe-se que hoje em dia existem diversos problemas de saúde relacionados aos hábitos de vida, principalmente aos alimentares, sendo possível prevenir diversas patologias através da modificação destes hábitos. As principais Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) - obesidade, diabetes e hipertensão, possuem grande relação com as condições de vida e práticas nutricionais adotadas por cada indivíduo, onde a quantidade e qualidade dos alimentos ingeridos possui forte relação com o surgimento delas, visto que de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde realizada em 2013 no Brasil, os alimentos não saudáveis são vistos como fatores de risco para as DCNT (CLARO *et al.*, 2015).

Diante disto, é observado a importância da nutrição frente à possibilidade de prevenir patologias associadas aos maus hábitos alimentares através da nutrição, por ser uma ciência que estuda os processos de ingestão, desde o momento em que o mesmo é levado à boca ao modo em que o mesmo é digerido e absorvido. Frente a este contexto, é visto a necessidade de um profissional capacitado para fornecer informações à população sobre a importância da alimentação saudável e práticas que garantam a saúde e previnam diversas doenças (BRASIL, 2009).

Uma das formas de disseminar informações pertinentes a estes assuntos é por meio de atividades de educação em saúde realizadas por vários profissionais que fazem a equipe multiprofissional, incluindo o nutricionista que é capaz de fornecer conhecimentos necessários relacionados à alimentação com uma maior segurança à toda população atendida na atenção primária. Assim, é visto também a importância da inserção deste profissional responsável pela nutrição humana e dietética na atenção básica no intuito de dar o suporte necessário à toda sociedade (GONÇALVES, 2016).

A equipe multiprofissional deve ser formada por diversos profissionais da saúde, como fisioterapeuta, médico, enfermeiro, nutricionista, dentre outras competências, no intuito de fornecer à sociedade um atendimento de qualidade através da prevenção e tratamento de patologias por meio da especialidade de cada profissional na sua devida área de estudo. O nutricionista exerce um importante papel na atenção primária, com atribuições que visam desenvolver algumas estratégias fundamentais para a garantia do direito à uma alimentação adequada (TAMBASCO *et al.*, 2017).

Uma destas atribuições comuns a todos os profissionais é a atividade de educação em saúde que são práticas que favorecem a prevenção de doenças, e

consequentemente um aumento na promoção da saúde, além do maior envolvimento e participação da população em assuntos que abordam a saúde como ponto principal objetivando assim a melhoria da qualidade de vida. Um dos principais objetivos da saúde pública é a realização de ações educativas como estas, que possuem como finalidade promover bem-estar por meio de mudanças de comportamentos que geram efeitos maléficos à saúde e favorecem a origem de novas patologias (ALMEIDA; MOUTINHO; LEITE, 2014).

Diante disso, para que os objetivos sejam obtidos, a atividade deve ser bem elaborada e organizada de acordo com a sua finalidade e seguindo etapas distintas, como observação da real situação da comunidade no intuito de verificar os principais assuntos a serem abordados e que barreiras interferem a população à mudar seus comportamentos; elaboração do plano educativo com determinação de alguns pontos principais incluindo os objetivos, recursos, métodos, materiais e avaliação; elaboração da execução do projeto e; por fim preparação da avaliação com o objetivo de observar se as metas da atividade realmente foram alcançadas (BRASIL, 2007)

Segundo Assis *et al.*, (2014), as intervenções realizadas por meio de educação alimentar e nutricional podem incentivar o indivíduo a buscar uma alimentação mais saudável por meio de uma maior compreensão acerca da nutrição. Com isso, o paciente atribuirá a importância necessária que a tomada de consciência necessita para finalmente mudar seu estilo de vida por meio da adoção de novos hábitos. O mesmo autor observou em seu estudo que estas ações são de fundamental importância quando elaboradas para o público jovem, ampliando seus conhecimentos nutricionais e promovendo transformações primordiais para a melhoria da qualidade de vida a partir dessa faixa etária.

Desta forma, o presente estudo tem como objetivo avaliar pesquisas anteriores sobre a importância das atividades de educação alimentar no perfil nutricional da população em geral, no intuito de determinar se essa prática possui relação direta com as mudanças neste perfil.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

2.1 Mudanças no perfil nutricional da população

Nas últimas décadas ocorreram várias mudanças no perfil nutricional da população brasileira, como a transição nutricional, em que antigamente a grande prevalência no Brasil era de desnutrição e nos últimos anos o número de pessoas com obesidade evoluiu de forma drástica. Essa mudança se deu devido o estilo de vida que a população passou a levar, visto que antigamente grande parte da população plantava e vivia da própria agricultura; hoje em dia é possível observar várias inovações tecnológicas e facilidades na alimentação em nosso dia a dia. O fácil acesso às comidas do tipo *fast food* e alimentos industrializados, além do estilo de vida mais corrido favorecendo a busca por refeições mais rápidas e práticas. Essas mudanças ocasionaram diversos impactos na saúde da população em geral, incluindo os altos índices de obesidade observados ultimamente (WENDLING, 2013).

Porém, o aumento desse índice possui relação direta com as causas da obesidade, como estilo de vida sedentário, alto consumo de alimentos hipercalóricos ocasionando assim as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), que já é a principal causa de morte de aproximadamente 72% de brasileiros. Outro dado preocupante é que grande parte da população obesa no país é composta por crianças e adolescentes, onde os números têm aumentado de forma significativa, onde segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) que foi realizada de 2008 para 2009, a obesidade está presente em 16,6% de meninos e 11,8% de meninas em idades de 05 a 09 anos, com maior prevalência na região urbana em relação à rural (SCHIMIDT; DUNCAN, 2011; BRASIL, 2010).

Oliveira; Costa; e; Rocha, (2011) também relatam em seu estudo a fase de transição nutricional em que o Brasil vive, ressaltando o aumento da prevalência de DCNTs em toda população, onde segundo eles as causas também estão relacionadas ao estilo de vida e hábitos alimentares. No entanto, os mesmos autores afirmam que uma parcela da população ainda apresenta determinadas carências nutricionais geradas pela fome e desnutrição existentes em locais de extrema pobreza que não possuem acesso às políticas públicas. Apesar deste ser um direito que deve ser garantido a todos os cidadãos, ou seja, o direito humano à alimentação adequada e a segurança alimentar e nutricional que faz parte das políticas públicas do Brasil e deve ser assegurado a qualquer pessoa independente de local, raça, sexo, religião e cultura em razão da garantia de sua cidadania.

Através dessas políticas públicas é possível controlar e prevenir algumas patologias observadas com frequência na sociedade, como a obesidade e suas consequências. Os programas que possuem como objetivo promover saúde têm relação direta com essas políticas e visam a melhoria do estilo de vida através de mudanças nos hábitos alimentares e aumento da prática de exercícios físicos. Diante disso, as atividades de educação em saúde são fundamentais para alertar à população quanto a importância dessas práticas por meio da participação de determinados grupos específicos. Ações como essas atividades são essenciais para fornecer informações sobre saúde à comunidade, e controlar o surgimento de novas patologias, além de garantir uma alimentação saudável de qualidade em vista do conhecimento repassado (REIS; VASCONCELOS; BARROS, 2011).

2.2 Educação em saúde

Em 2009, o Ministério da Saúde definiu Educação em Saúde como um:

Processo educativo de construção de conhecimentos em saúde que visa à apropriação temática pela população e não profissionalização ou carreira na saúde. Conjunto de práticas do setor que contribui para aumentar a autonomia das pessoas no seu cuidado e no debate com os profissionais e os gestores a fim de alcançar uma atenção de saúde de acordo com suas necessidades. (BRASIL, 2009, p. 22)

Existem várias formas de realizar atividades de educação em saúde, bem como sua elaboração por vários profissionais, principalmente aqueles que fazem a equipe multiprofissional de saúde. Para uma atividade que tem como propósito educar a população assistida quanto à assuntos de saúde, é de grande importância utilizar métodos lúdicos no intuito de prender a atenção dos indivíduos e facilitar a forma como o conhecimento está sendo repassado. Um trabalho desenvolvido dessa maneira é capaz de aprimorar o conhecimento de todos os grupos participantes da ação, crianças, adolescentes, adultos, idosos, e gestantes (PONTES; ROLIM; TAMASIA, 2016).

Educações como estas podem ser realizadas por profissionais da nutrição proporcionando aos indivíduos a opção de fazer escolhas mais saudáveis, desta forma ao serem realizadas na infância promovem condições melhores como o conhecimento sobre a quantidade e qualidade de alimentos para fornecer uma boa saúde. Por serem

estabelecidos na infância, é fundamental que os hábitos alimentares sejam saudáveis, pois quando não são adequados podem contribuir de forma negativa para a sua saúde na vida adulta, levando em consideração que algumas patologias degenerativas que surgem na vida adulta podem ser prevenidas na infância (PONTES; ROLIM; TAMASIA, 2016).

Além de um bom planejamento; para a realização de educações em saúde como essas é essencial observar o melhor local a ser desenvolvida. Um exemplo é a realização de intervenções para crianças e adolescentes nas escolas, por ser um local de educação e que possui como objetivo fornecer informações novas e transformá-las em conhecimentos, influenciando assim nas escolhas dos alunos visando sua formação em todos os âmbitos. Outra influência bastante importante na vida de crianças e adolescentes são os hábitos passados pelos pais, como o tipo aleitamento materno, o comportamento alimentar dos pais, a primeira relação com os alimentos, as condições socioeconômicas, além da forma de introdução alimentar. Assim, estes também são pontos a serem observados no momento da elaboração da atividade de educação em saúde no intuito de analisar as principais escolhas a serem mudadas (TODENDI *et al.*, 2012).

Para que os profissionais possam realizar essas intervenções é necessário uma educação continuada voltada para os mesmos, no intuito de aprimorar e atualizar seus conhecimentos; este tipo de treinamento é chamado de educação na saúde. Esse processo é fundamental na continuidade dos conhecimentos que foram adquiridos na graduação e na atualização das informações que serão repassadas à comunidade, retirando dúvidas, desmitificando alguns mitos e inovando na forma de avaliação. Outra etapa importante na educação em saúde é a verificação dos resultados, ou seja, analisar se os objetivos propostos foram realmente atingidos, podendo ser realizada através de observação da aquisição do conhecimento ou de métodos mais eficazes como perguntas diretas ao grupo sobre o assunto abordado na atividade (FALKENBERG *et al.*, 2014).

2.3 Intervenção nutricional na atenção primária

Na atenção primária são vários os programas que podem ser implantados e colocados em prática as intervenções nutricionais voltadas para a comunidade assistida em cada Unidade Básica de Saúde da Família. Existem diversos âmbitos em que as ações de saúde podem ser praticadas, na fase regulatória, política, assistencial e intersetorial. No âmbito da assistência, a atenção primária à saúde é um ambiente propício para

realização destas ações permitindo a evolução de práticas que visem a promoção da saúde em grupos populacionais, famílias ou de modo individual (DEUS *et al.*, 2015).

Um dos programas sociais desenvolvidos na atenção primária à saúde é a Academia da Saúde que atende grupos de cada comunidade e visa fornecer a prática de exercícios físicos em equipamentos adequados para a realização dessas atividades e acompanhamento profissional de forma correta. Além de fornecer um estilo de vida mais saudável, essa iniciativa é de grande importância, onde de acordo com o estudo de Deus *et al.*, (2015), essa estratégia contribuiu significativamente para propiciar melhorias no perfil nutricional dos indivíduos inseridos nessa prática.

Apesar dos autores relatarem a escassez de pesquisas sobre o assunto, os mesmos também afirmaram que a alimentação saudável e a prática de atividade física possuem relação positiva no controle da obesidade e das patologias associadas à esta. Com isso, esta prática se torna mais uma estratégia viável para reduzir os efeitos causados por más escolhas da população em geral, além de reduzir os impactos ocasionados nos serviços de saúde, objetivando expandir iniciativas que forneçam resultados positivos no ambiente em que a ação será desenvolvida e no grupo assistido (DEUS *et al.*, 2015; AMARAL; OLIVEIRA; SAMPAIO, 2016).

Como já citado anteriormente, é de fundamental importância observar quais os temas apresentam maiores dúvidas na comunidade de cada Unidade Básica de Saúde e qual grupo populacional necessita de uma maior assistência em relação aos serviços de saúde. Após essa observação recomenda-se analisar o melhor ambiente para desenvolvimento da intervenção nutricional. Existem diversos ambientes propícios a esta realização de acordo com cada faixa etária, e um dos locais com maior passagem de pessoas de modo geral é a Unidade Básica de Saúde, onde os indivíduos buscam auxílio diariamente devido algum problema de saúde, além de ser a porta de entrada do Sistema Único de Saúde favorável para realização de diversas atividades de intervenção que busquem informar sobre assuntos voltados ao bem-estar social, emocional e mental dos pacientes (TODENDI *et al.*, 2012).

Portanto, assim como todas as áreas da saúde, a nutrição é um ponto bastante importante na vida de toda população e em todos os ciclos da vida, possuindo a capacidade de mudança de comportamentos e prevenindo diversas patologias quando se tem um conhecimento mais amplo sobre os benefícios que uma boa nutrição pode gerar. A intervenção nutricional possui sua relevância em todas as faixas etárias, porém na infância ela pode propiciar maiores resultados por ser um ciclo em que os hábitos estão

sendo formados, além da maior capacidade de aprendizagem e facilidade em ajudá-los a desenvolver escolhas mais saudáveis. Dessa forma, a elaboração de mais estudos sobre essa importância é essencial para mostrar a população o quanto a intervenção nutricional é indispensável para a prevenção de patologias e melhoria da qualidade de vida da sociedade em geral (CASTRO, 2015).

3 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica com abordagem qualitativa, visto que visa analisar e discutir os estudos e teorias sobre a importância que a intervenção nutricional possui, e quais os seus impactos no perfil nutricional da população em geral assistida na atenção primária. Os estudos analisados foram coletados através de levantamento bibliográfico realizado nas bases de dados da *Lilacs*, *SciELO* e *Google Acadêmico*, selecionados de acordo com o ano, utilizando como critério de exclusão os artigos que não abordaram o tema de forma majoritária e que eram anteriores ao ano 2008, priorizando os anos de 2008 a 2018. No quadro a seguir estão presentes os estudos analisados, assim como seus autores, ano, local em que foi realizado, tipo de estudo e a revista em que foi publicado:

| Tabela 1. Estudos de intervenção em educação alimentar e nutricional em indivíduos (adultos e crianças) encontrados em pesquisa bibliográfica quanto ao autor, ano, local de realização, tipo de estudo e revista na qual foram publicados no período de 2011 a 2017 | | | | |
|--|------|------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|
| Autor | Ano | Local de realização | Tipo de estudo | Revista |
| Mendonça de Deus et al. | 2015 | Belo Horizonte, Minas Gerais | Estudo de intervenção | <i>Ciência & Saúde Coletiva</i> |
| Gardone et al. | 2012 | Viçosa, Minas Gerais | Estudo descritivo | <i>Nutrire</i> |
| Horta et al. | 2011 | Belo Horizonte, Minas Gerais | Estudo de intervenção | APS |
| Carmo | 2015 | Viçosa, Minas Gerais | Estudo longitudinal | <i>Extensão e Sociedade</i> |
| Ribeiro-Silva; Silva; Cangussu | 2014 | Salvador, BA | Estudo de intervenção/controle | <i>Nutrire</i> |

| | | | | |
|-------------------------------|------|-------------------------------|--------------------------------|---|
| Freitas | 2015 | Belo Horizonte, Minas Gerais | Ensaio clínico controlado | Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) |
| Zanirati et al. | 2011 | Belo Horizonte, Minas Gerais | Estudo de intervenção | APS |
| Grandisoli | 2014 | São Paulo | Estudo de intervenção | Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição em Saúde Pública |
| Oliveira; Costa; Rocha | 2017 | Curitiba, Paraná | Estudo transversal prospectivo | Cadernos da Escola de Saúde |
| Poeta et al | 2013 | Florianópolis, Santa Catarina | Ensaio clínico controlado | Associação Médica Brasileira |

APS (Atenção Primária à Saúde).

As citações de artigos anteriores a esses anos, ocorreu por ser de grande relevância para o tema proposto no trabalho, favorecendo novos conhecimentos a partir das suas afirmações. Os estudos escolhidos para serem analisados no presente trabalho, em sua maioria, tinham como objetivo principal analisar se a intervenção nutricional possuía algum impacto no perfil nutricional de pessoas assistidas, sendo esta realizada na Atenção Básica. Para a busca destes artigos, foram utilizadas algumas palavras chaves na pesquisa, termos como: intervenção, perfil nutricional, impacto, importância e educação em saúde

O tema “Impacto da Intervenção Educativa no perfil nutricional de pacientes na Atenção Básica” foi escolhido por se tratar de um assunto bastante pertinente nos dias de hoje, além de ser relevante para a sociedade. Informações relacionadas à promoção da saúde e prevenção de patologias são “informações bastante valiosas” e que devem ser divulgadas e conhecidas por toda sociedade, por isso as educações em saúde, incluindo a intervenção nutricional são essenciais para tornar a população mais consciente quanto às escolhas mais saudáveis podendo favorecer melhorias no perfil nutricional e melhoria da qualidade de vida de toda sociedade.

Em relação aos aspectos éticos, o mesmo não foi submetido a avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa de acordo com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional

de Saúde (CNS), por se tratar de uma pesquisa bibliográfica e não necessitar dessa avaliação. Porém os princípios éticos foram todos respeitados, levando-se em consideração o cuidado com a validação das informações dispostas no presente estudo, além da confiança e privacidade das mesmas.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para este estudo, foi possível perceber por meio dos dez estudos selecionados para serem analisados, que a maioria dos trabalhos foi realizado no Estado de Minas Gerais (60%), seguido dos demais, Bahia (10%); São Paulo (10%); Paraná (10%) e Santa Catarina (10%). Além disso, também foi analisado o tipo de estudo presente nos trabalhos, 50% das pesquisas foram de intervenção; 20% de ensaio clínico controlado; 10% descritivo; 10% longitudinal e 10% estudo transversal prospectivo.

Outro ponto avaliado foi a revista em que os mesmos foram publicados, sendo 2 estudos de dissertação apresentados como requisito para obtenção de grau (20%); 1 estudo publicado na Revista Ciência & Saúde Coletiva (10%); 2 na Revista *Nutrire* (20%); 2 na APS (20%); e 1 em cada Revista seguinte: Cadernos da Escola de Saúde; Associação Médica Brasileira e Extensão e Sociedade, perfazendo 10% cada e totalizando os 30%.

Para facilitar a análise e avaliação dos estudos, foi elaborado um quadro resumido com as principais informações dos estudos, como objetivo geral; metodologia (público-alvo; período; intervenção; avaliação da intervenção) e principais resultados. O quadro está exposto a seguir:

| Tabela 2. Classificação dos artigos de intervenção em educação alimentar e nutricional em indivíduos (adultos e crianças) encontrados em pesquisa bibliográfica quanto ao objetivo geral, metodologia e principais resultados, publicados no período de 2011 a 2017 | | | | | | |
|---|--|----------|---|--|---|--|
| Objetivo Geral | Metodologia | | | | Principais Resultados | |
| | Público-alvo | Período | Intervenção | Avaliação da intervenção | | |
| Mendonça de Deus et al, 2015 | | | | | | |
| Avaliar o impacto de intervenção sobre o perfil alimentar e antropométrico | 124 mulheres usuárias do Programa Academia da Saúde. | 11 meses | Participação de educações alimentar e nutricional, além | Avaliação antropométrica e dietética e após a realização das intervenções. | Aumento do número de refeições diárias, redução do consumo diário de refrigerante adoçado, óleo e açúcar, | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|--|
| de usuárias do Programa Academia da Saúde de Belo Horizonte, MG. | | | de práticas de exercício físico. | | além do aumento do consumo de frutas, leite e derivados e redução ponderal de peso corporal. |
| Gardone et al, 2012 | | | | | |
| Avaliar o impacto da intervenção nutricional nos hábitos alimentares e perfil antropométrico de adultos e idosos atendidos pela Estratégia Saúde da Família. | 77 indivíduos cadastrados em uma Unidade de Saúde na Cidade de Viçosa, MG através de roteiro clínico nutricional para coleta dos dados. | O estudo apenas afirma que as palestras eram mensais. | Orientações nutricionais, planos alimentares, estímulo à atividade física em nível individual e também sob a forma de palestras mensais. | As medidas antropométricas e consumo alimentar foram avaliados no primeiro e último dia de atendimentos. | Perda de peso em 36% e 33,3% dos adultos e idosos atendidos inicialmente, respectivamente. Impacto positivo na perda de peso e melhoria na qualidade da alimentação de alguns indivíduos participantes. |
| Horta et al, 2011 | | | | | |
| Avaliar o impacto do aconselhamento nutricional na evolução antropométrica e dietética dos funcionários de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Belo Horizonte, Minas Gerais. | Funcionários de uma UBS de Belo Horizonte, Minas Gerais. | 3 meses | Incentivo à práticas alimentares saudáveis por meio de seis atividades de educação alimentar e nutricional e três atendimentos nutricionais individualizados. | Avaliação antropométrica e de consumo alimentar antes e após a realização da intervenção. | Melhora no consumo diário de alimentos considerados saudáveis e redução do consumo de alimentos não saudáveis. Não foram constatadas diferenças estatisticamente significativas com relação à antropometria entre os funcionários que almejavam a redução do peso. |
| Carmo, 2015 | | | | | |
| Traçar o perfil nutricional de pré-escolares em nove núcleos Comunitários do município de Viçosa-MG. | 186 crianças na faixa etária de 2 a 5 anos, frequentador as das creches da rede municipal. | 10 meses | Foi realizada intervenção educativas, com os funcionários das instituições e pais das crianças. | Avaliação antropométrica e dietética antes e após os trabalhos educacionais. | Redução do número de crianças com baixo peso e sobrepeso, além do aumento do número de crianças com estado nutricional de eutrofia. |
| Ribeiro-Silva; Silva; Cangussú, 2014 | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|----------|--|---|---|
| Avaliar o efeito das ações de intervenção nutricional sobre o perfil lipídico de crianças e adolescentes matriculados na rede pública de ensino fundamental. | 202 estudantes entre 7 e 14 anos. | 9 meses. | As atividades realizadas incentivaram a adoção de hábitos alimentares saudáveis, traduzidos nos “Dez passos para uma alimentação saudável”. | Avaliação do perfil lipídico antes e após a realização da intervenção. | Os estudantes sob intervenção apresentaram decremento na média do colesterol total, na média da lipoproteína de baixa densidade-colesterol e na média dos triacilglicerídeos, quando comparados àqueles que não foram submetidos à intervenção. |
| Freitas, 2015 | | | | | |
| Avaliar o impacto de intervenção nutricional individual pautado no Modelo Transteórico para controle de peso em mulheres com excesso de peso de um polo do Programa Academia da Saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais. | Mulheres com excesso de peso, de 20 anos ou mais, usuárias de um polo do Programa Academia da Saúde. | 6 meses. | O grupo intervenção (GI) participou dos serviços do Programa e adicionalmente receberam aconselhamento nutricional individual, pautado no Modelo Transteórico. | Avaliação do perfil sociodemográfico, de saúde, alimentar, antropométrico, bioquímico, incluindo os estágios de mudança para controle de peso, e antropométrico das participantes no início e ao final do estudo. | Perda de peso; aumento do número de refeições diárias; redução da disponibilidade per capita diário de açúcar; evolução para os estágios finais de mudança para controle de porções; redução do consumo de ácidos graxos saturados (AGS) poliinsaturados, da CC e níveis séricos de glicemia. |
| Zanirati et al., 2011 | | | | | |
| Avaliar o impacto de oficinas de educação alimentar no perfil nutricional de crianças inseridas no Programa Escola Integrada (EI), comparando com alunos da Escola Tradicional (ET). | Crianças (6-10 anos) participantes da EI e ET de uma Escola Municipal de Belo Horizonte. | 3 meses | Intervenção nutricional através de quatro oficinas educativas sobre alimentação saudável, contemplando todos os grupos alimentares. | Foram realizadas avaliação antropométrica e do consumo alimentar antes e após a intervenção nutricional. Essa foi conduzida apenas com os alunos da EI. | Destaca-se que o jantar foi a única refeição em que não foram observadas diferenças significativas dos alimentos consumidos entre os grupos. Aumento da ingestão de suco de frutas no almoço dos alunos da EI. |

| Grandisoli, 2014 | | | | | |
|---|---|------------|---|--|---|
| Avaliar a influência da intervenção nutricional para perda de peso sobre o perfil cardiometabólico e o impacto das concentrações de leptina e adiponectina no reganho de peso de indivíduos saudáveis | Indivíduos adultos (20 a 59 anos) de ambos os sexos, participantes do Grupo de Controle de Peso - realizado pelo Ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário vinculado à Universidade de São Paulo (USP). | 4 meses | Os participantes foram orientados a manter dieta com restrição calórica média de 18%, e receberam orientações sobre alimentação saudável, fibras alimentares, leitura de rótulos e alimentos funcionais. | Avaliação antropométrica, de composição corporal, do consumo alimentar, perfil clínico, de atividade física e coleta de sangue, realizados antes, após o término da intervenção e 6 meses após a primeira avaliação. | Perda de peso média de 1,0 Kg e redução significativa de todas as variáveis antropométricas em 27 indivíduos. Redução significativa das concentrações médias de colesterol total, LDL-c; colesterol não-HDL e LDL-c/HDL-c. |
| Oliveira; Costa; Rocha, 2017 | | | | | |
| Proporcionar a melhoria do conhecimento, em relação a alimentação saudável para o público infantil em fase escolar. | 70 escolares entre 7 e 11 anos de idade, de ambos os gêneros de duas Escolas da Rede Municipal de Educação de Curitiba. | 2 meses | Elaboração de ferramentas pedagógicas para um programa de atividades de intervenção nutricional específico direcionado a um grupo da comunidade escolar. | Aplicação de questionário com questões referentes aos hábitos saudáveis na alimentação, sendo este aplicado antes e após a realização da intervenção. | Aquisição de mais conhecimentos; e observou-se que a utilização de um método de aprendizagem lúdico permite um maior aprendizado devido ao grande envolvimento da criança na atividade. |
| Poeta et al, 2013 | | | | | |
| Analisar os efeitos de um programa de exercício físico e orientação nutricional supervisionado, de caráter lúdico, no perfil de risco cardiovascular de crianças obesas. | 44 crianças com idades entre 8 e 11 anos divididas em dois grupos pareados em sexo e idade: grupo intervenção (n = 22) e controle (n = 22). | 12 Semanas | O grupo caso participou de 12 semanas de exercício físico, com atividades recreativas em três sessões semanais e uma sessão semanal de orientação nutricional. O grupo controle não participou da intervenção descrita. | Avaliação bioquímica; da massa corporal, estatura, perímetro abdominal; glicemia de jejum, proteína C reativa ultrasensível, pressão arterial e espessura médio-intimal carotídea. | Grupo caso: redução significativa no IMC, colesterol total e LDL-colesterol, pressão arterial diastólica e espessura médio-intimal média e máxima. Grupo controle: aumento significativo no perímetro abdominal, glicemia, proteína C reativa e redução do HDL-colesterol e colesterol total e aumento na |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | espessura médio-intimal média e máxima. |
|--|--|--|--|--|--|

Com a elaboração do quadro, foi possível analisar outras informações bastante relevantes ao presente estudo. Um dos pontos analisados nesse quadro foi o objetivo dos trabalhos, onde foi encontrado apenas dois objetivos distintos: avaliar o impacto da intervenção/acompanhamento nutricional (90% dos estudos) e proporcionar a melhoria do conhecimento da população participante (10% dos estudos). Quanto ao público alvo, a maioria dos estudos foi realizado com crianças em idade escolar de 2 a 14 anos (50%), seguidos de indivíduos adultos de ambos os sexos (30%) e mulheres participantes de um determinado Programa de Saúde (20%).

Outro determinante no estudo é o período em que a intervenção é realizada, sendo esse um dos pontos com mais distinção entre os estudos, visto que variou de 2 a 11 meses. O período mais optado pelos autores foi de 3 meses (30%), seguido dos demais que perfizeram 10% cada: 2 meses, 4 meses, 6 meses, 9 meses, 11 meses e 1 autor não relatou seu período de intervenção, apenas afirmou que as mesmas eram realizadas semanalmente.

Assim como o tempo, a forma de intervenção utilizada também possui bastante relevância para o estudo. A maioria dos autores escolheram apenas a orientação nutricional (40%) como maneira de intervir nos hábitos dos participantes; outros já optaram por um tratamento mais individualizado, onde além das orientações incluíram o plano alimentar para os participantes (30%). Estes foram seguidos de orientação nutricional + prática de exercício físico (20%) e apenas 1 autor preferiu utilizar as 3 formas de intervenção, orientação nutricional + exercício físico + plano alimentar (10%).

A maneira como a avaliação da intervenção foi realizada e quais os possíveis resultados também foi um ponto analisado, onde grande parte dos estudos utilizou como forma de avaliar, a análise antropométrica e dietética antes e após a intervenção (50%); outros autores decidiram aprofundar mais suas buscas, e além da avaliação antropométrica e do consumo alimentar, analisou também o perfil bioquímico dos participantes (colesterol, glicemia, entre outros) totalizando 30% dos estudos. Os demais utilizou apenas um questionário com questões sobre hábitos alimentares (10%) e avaliou o perfil lipídico antes e após a intervenção.

Quanto aos resultados, todos os estudos demonstraram efeitos positivos após a realização das intervenções, no entanto foi visto que os estudos que realizaram suas

intervenções em um maior período de tempo e uma maneira mais abrangente, como orientações nutricionais, incentivo à prática de exercício físico e plano alimentar individualizado obtiveram mais resultados positivos. Além disso, os autores que decidiram avaliar o perfil antropométrico e bioquímico, e consumo alimentar obtiveram mais facilidade no momento de analisar os resultados, sendo possível uma avaliação mais precisa e aprofundada.

Sabe-se que as atividades de educação em saúde são formas de intervir no comportamento e hábitos alimentares da população, onde de acordo com Pereira et al (2016), “a educação em saúde deve ser entendida como importante vertente à prevenção, e que na prática deve estar preocupada com a melhoria das condições de vida e de saúde das populações” (p. 2). Assim, é visto a relevância dessa prática na saúde pública e principalmente na saúde da família incentivando costumes que visem uma melhor qualidade de vida. Por isso, esse tema foi escolhido, no intuito de analisar os resultados encontrados com a prática de intervenções, além de ampliar os estudos nesta área e contribuir na disseminação dessa questão tão atual e de discussão fundamental para a sociedade.

Os trabalhos analisados partem do ano de 2011 a 2017, isso mostra o quão importante e recente é este tema, pois apesar do presente estudo utilizar como critério a inclusão de artigos dos anos de 2008 a 2018, os mesmos iniciam no ano de 2011, o que pode ter ocorrido devido a elaboração de um documento que orienta as políticas públicas sobre educação alimentar, o Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, publicado em 2012. Este fato ampliou as informações sobre essa área, tornando-a mais popular, além de auxiliar no desenvolvimento de educações em saúde e formas de intervenção, facilitando assim a realização de estudos com o tema em questão que tenham como objetivo avaliar os impactos que essas atividades de orientação nutricional podem causar na população assistida.

Pode-se observar que 90% dos estudos possuíam como objetivo analisar os efeitos que a intervenção nutricional pode ocasionar nos participantes dos estudos, avaliando os resultados através de acompanhamento antropométrico, dietético e alguns utilizaram perfis bioquímicos para uma avaliação mais completa. No entanto, apenas um estudo objetivou ampliar o conhecimento dos participantes como principal objetivo, e ainda avaliou se os mesmos realmente assimilaram as informações repassadas através de questionário. As informações sobre alimentação saudáveis e demais práticas podem mudar os hábitos e costumes de uma população, porém para que isso ocorra é necessário

que os indivíduos compreendam realmente o porquê da importância dessa transição, visando uma mudança continuada e não apenas de momento.

De acordo com o autor Chehuen Neto *et al.*, (2017),

Para um indivíduo mudar seu estilo de vida e agregar valor em saúde, é necessário que tenha inicialmente plena consciência dos hábitos saudáveis e que aceite e busque ativamente essa transformação. O simples conhecimento e entendimento das inúmeras vantagens dos bons hábitos não necessariamente fazem com que as pessoas adotem tempestivamente os bons costumes (p.57).

Dessa forma, é necessário mais estudos que além de avaliar o perfil antropométrico e dietético dos participantes, analisem a compreensão da real importância da mudança de hábitos e que o acompanhem por um maior período de tempo, como o estudo de Grandisoli (2014) que realizou a avaliação logo após o término da intervenção e 6 meses depois. O autor observou que logo após a intervenção os resultados foram positivos, porém após 6 meses estes resultados não evoluíram positivamente. Este fato corrobora com os achados de Teixeira *et al.*, (2013), em que o mesmo afirma que “reconhece-se da mesma forma a necessidade de maior tempo de intervenção para que fossem obtidas melhoras nesta variável” (p. 354). Além disso, as educações em saúde devem ser de forma continuidade e utilizar meios para que os indivíduos assistidos assimilem o conhecimento repassado e principalmente passem por uma reeducação alimentar no intuito de mudar os hábitos tornando-os permanentes.

Outro ponto importante e que pode possuir relação direta com os resultados encontrados é a forma como as atividades foram realizadas, assim como quais as intervenções serão utilizadas. Nos estudos analisados, alguns usaram apenas as orientações como intervenção, já outros adicionaram o incentivo à prática de exercício físico e o plano alimentar individualizado para intervir no comportamento alimentar dos participantes. Observou-se que os estudos que utilizaram mais de uma técnica de intervenção obtiveram mais resultados positivos, porém em contrapartida analisou-se também o tempo destinado para a realização das educações em saúde, onde de acordo com Araújo *et al.*, (2017) é necessário estudos com período de intervenção maior para que se possa analisar à longo prazo as mudanças nos comportamentos alimentares e sua relação com as alterações no perfil antropométrico e dietético.

Segundo o documento citado anteriormente, que foi publicado pelo Ministério da Saúde em 2012,

A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, as etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar (p. 23).

Dessa forma, a maneira como intervir diante de determinados comportamentos também é fundamental para a obtenção de resultados positivos. A utilização de técnicas que possam auxiliar na melhoria do perfil antropométrico é fundamental e deve ser utilizada para contribuir nessa evolução. A prática de exercício físico acompanhada de plano alimentar individualizado e orientação nutricional incentivando a reeducação, são três formas de intervir nos hábitos da população. Além disso, o uso de técnicas que viabilizem a assimilação de todo conteúdo é indispensável, um exemplo são as atividades lúdicas que visam o repasse de conhecimento de modo divertido, prendendo a atenção dos participantes e favorecendo a compreensão mais fácil do assunto abordado.

O lúdico pode ser utilizado com qualquer faixa etária, porém nas atividades com crianças é indispensável o uso dessa metodologia, no intuito de propiciar uma boa percepção e entendimento. Nos estudos analisados, a maioria possui como público-alvo crianças em idade escolar, este fato pode ocorrer devido a escola ser um bom local para a realização de atividades educativas no âmbito da saúde, por ser um espaço que tem como objetivo principal preparar cidadãos, além do acesso aos pais que juntamente com a escola fazem parte da formação dessas crianças. Segundo Mariz *et al.*, (2015), “é no período pré-escolar que o vínculo entre as crianças e os alimentos inicia-se, sendo responsável pelo início dos hábitos alimentares” (p. 41210), assim os costumes formados na infância podem permanecer até a vida adulta.

Além do ambiente escolar, outro espaço viável para a realização de educações em saúde são as Unidades Básicas de Saúde, como uma das principais atividades que devem ser desenvolvidas na atenção primária e Estratégia de Saúde da Família. A Educação em Saúde é uma das funções comuns à todos os profissionais que constituem a equipe multiprofissional devendo estar presente nas Unidades de Saúde. O nutricionista está inserido nessa equipe e é o profissional indicado para orientar e debater assuntos sobre os alimentos adequados para uma nutrição efetiva e capaz de prevenir patologias, promovendo assim um completo bem-estar (ALMEIDA; MOUTINHO; LEITE, 2014).

Nos artigos analisados em que as intervenções foram realizadas com determinados grupos participantes de Programas de emagrecimento ou academia, o maior público-alvo é composto por mulheres, o que pode ocorrer por esse grupo estar mais preocupado com a saúde, além de estar mais disposto a buscar auxílio nos serviços de saúde. Este fato corrobora com o estudo de Levorato *et al.*, (2014), uma vez que os autores observaram que “as mulheres buscaram os serviços de saúde 1,9 vezes mais em relação aos homens” (p. 1267). Além disso, observou-se que esses estudos obtiveram vários resultados positivos, que pode ter decorrido do fato das mulheres serem mais determinadas e também considerarem a estética como fator importante para a mudança de hábitos, e conseqüente melhora no perfil antropométrico.

A reeducação alimentar na maioria das vezes ocasiona resultados positivos nos perfis dietéticos, bioquímicos e antropométricos, principalmente neste último. Dessa forma, na avaliação das intervenções, a antropometria foi o ponto mais observado nos estudos, onde 80% dos autores considerou este perfil como relevante para ser analisado após a realização da intervenção. Porém, os resultados positivos na antropometria só foram observados nos estudos que realizaram intervenção por período mínimo de 4 meses a 11 meses (MENDONÇA DE DEUS *et al.*, 2015; GARDONE *et al.*, 2012; CARMO, 2015; FREITAS, 2015; GRANDISOLI, 2014 e POETA, 2013). Esta situação observada demonstra mais uma vez a importância do tempo de intervenção, onde Teixeira *et al.*, (2013) relata que “estas estratégias devem ser implantadas de forma continuada, visto que, conhecimentos em nutrição não podem ser modificados/incorporados em tão curto espaço de tempo, visando à conscientização dos indivíduos envolvidos” (p. 355).

De modo geral, os artigos analisados encontraram diversos resultados positivos, porém o uso de avaliações através de questionários e instrumentos validados que averiguassem o conhecimento dos participantes sobre atitudes necessárias para o completo bem-estar melhoraria estes estudos. Apenas o artigo de Oliveira; Costa e; Rocha, (2017) utilizou um questionário para avaliar o conhecimento dos indivíduos participantes, visto que esse estudo possuiu como objetivo possibilitar uma maior compreensão sobre alimentação saudável às crianças do estudo.

Diante dos resultados observados nos estudos, foi possível observar a grande importância da educação em saúde, principalmente voltada para a alimentação e nutrição na atenção básica como um dos principais fatores para a disseminação de conteúdos relevantes à saúde e conseqüentemente, a prevenção de patologias. No entanto, não foram encontrados artigos publicados em revistas que obtiveram o maior grau de qualidade na

classificação do Qualis/Capes, fato também observado no estudo de França e; Carvalho (2017), levando-nos a acreditar que o meio científico não atribui a importância necessária à esta temática. Portanto, é indispensável a produção de mais artigos que possuam este tema como principal assunto e objetivo, visto que é de interesse público a melhoria da qualidade de vida de toda população.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após observação e análise dos estudos encontrados sobre a temática em questão, foi possível observar que a maioria dos autores relataram resultados positivos, apesar de ser recomendado uma avaliação mais ampla dos participantes dos estudos. Assim, como a forma de avaliação, os estudos com maior tempo de intervenção também apresentaram melhores resultados, onde o período mínimo deveria ser validado para facilitar os próximos estudos realizados na mesma temática.

Além da avaliação do perfil nutricional dos indivíduos, seria necessário mais estudos que avaliem o conhecimento dos mesmos antes e após a realização das intervenções, utilizando também questionários validados para essa análise, reduzindo as limitações observadas nos estudos. Diante da melhoria observada no perfil antropométrico, dietético e bioquímico dos participantes dos estudos, é visto o grande impacto ocasionado pela realização de educações em saúde, que estimule a adoção de hábitos saudáveis para gerar efeitos positivos na qualidade de vida em geral da população assistida na atenção primária e demais serviços de saúde pública.

Assim como o tempo, as formas de intervenção também merecem atenção em estudos como estes, visto que a união de uma alimentação balanceada com a prática de exercício físico e o maior conhecimento sobre alimentação saudável facilita a adequação dietética e dos demais perfis analisados nos artigos. Nos estudos analisados, também foi possível observar que as educações em saúde foram realizadas com diversos grupos de pessoas, dessa forma, é visto a importância da implementação de intervenções em todas as faixas etárias, principalmente no público infantil, onde nesta fase há a formação de hábitos que podem permanecer por toda vida.

Portanto, o tema mostrou-se ser de grande relevância para a sociedade, visto que possui como um de seus objetivos motivar a população a adoção de hábitos mais saudáveis, que propiciem diversos benefícios à saúde destes e forneça bons resultados à saúde pública.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, E. R.; MOUTINHO, C. B.; LEITE, M. T. S. A prática da educação em saúde na percepção dos usuários hipertensos e diabéticos. **Saúde Debate**, v. 38, n. 101, p. 328-337. 2014.

AMARAL, C. M. D.; OLIVEIRA, J. R. G. de; SAMPAIO, A. A. Estratégias e ações na prevenção da obesidade em escolares. **Revista Digital**, v. 21, n. 222, p. 1-10. 2016.

ARAÚJO, A. L. *et al.* O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: uma revisão bibliográfica. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 62, p.94-10. 2017.

ASSIS, M. M. de. *et al.* Avaliação do conhecimento nutricional e comportamento alimentar após educação alimentar e nutricional em adolescentes de Juiz de Fora – MG. **HU Revista**, v. 40, n. 3 e 4, p. 135-143. 2014.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Módulo 10: Alimentação e nutrição no Brasil I. Maria de Lourdes Carlos Rodrigues... [et al.]. – Brasília: Universidade de Brasília, 2009. 92 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. **Glossário Temático: gestão do trabalho e da educação na saúde/Ministério da Saúde, Secretaria Executiva, Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde.** – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. **Caderno de educação popular em saúde.** Brasília/DF: Ministério da Saúde, 2007.

BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009, Antropometria estado nutricional no Brasil. Brasília (DF). IBGE, 2010.

BRASIL, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome; 2012.

CARMO, M. C. L. do; CASTRO, L. C. V.; NOVAES, J. F. de. Educação nutricional para pré-escolares: uma ferramenta de Intervenção. **Em Extensão**, v. 12, n. 2, p. 64-74. 2013.

CASTRO, I. R. R. de. Desafios e perspectivas para a promoção da alimentação adequada e saudável no Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v. 31, n. 1, p. 7-9. 2015.

CHEHUEN NETO, J. A. *et al.* As atitudes e o conhecimento sobre práticas de vida saudáveis de uma amostra da população de Juiz de Fora. **HU Revista**, v. 43, n. 1, p. 51-60. 2017.

CLARO, R. M. *et al.* Consumo de alimentos não saudáveis relacionados a doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Epidemiol. Serv. Saúde**, v. 24, n. 2, p. 257-265. 2015.

DEUS, R. M. *et al.* Impacto de intervenção nutricional sobre o perfil alimentar e antropométrico de usuárias do Programa Academia da Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1937-1946. 2015.

FALKENBERG, M. B. *et al.* Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 3, p. 847-852. 2014.

FRANÇA, C. de J.; CARVALHO, V. C. H. dos S. de. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. **Rev. Saúde Debate**, v. 41, n. 114, p. 932-948. 2017.

FREITAS, P. P. **Impacto de intervenção nutricional, pautada no modelo transteórico para controle de peso, na atenção primária: ensaio clínico controlado randomizado.** 2015. 187 f. Dissertação (Mestrado em Saúde e Enfermagem) – Escola de Enfermagem, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2015.

GARDONE, D. S. *et al.* Impact of nutritional intervention on the anthropometric profile and dietary intake of participants of the Family Health Strategy (FHS). *Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. = J. Brazilian Soc. Food Nutr.*, São Paulo, SP, v. 37, n. 3, p. 245-258. 2012.

GONÇALVES, N. E. X. M. **O Nutricionista que atua em Serviços Hospitalares de Nutrição: competências profissionais e estratégias gerenciais.** 2016. 100 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Programa de Pós-Graduação Enfermagem Fundamental, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2016.

GRANDISOLI, L. F. **Influência da intervenção nutricional para perda de peso sobre o perfil cardiometabólico e impacto das adipocitocinas no reganho de peso.** 2014. 124 f. Dissertação (Pós-Graduação em Nutrição em Saúde Pública) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

HORTA, P. M. *et al.* Impacto do aconselhamento nutricional na evolução antropométrica e dietética dos funcionários de uma Unidade Básica de Saúde. **Rev APS.**, v. 14, n. 2, p. 162-169. 2011.

LEVORATO, C. D. *et al.* Fatores associados à procura por serviços de saúde numa perspectiva relacional de gênero. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 4, p. 1263-1274. 2014.

MARIZ, L. M. de A. *et al.* Educação alimentar e nutricional para crianças com idade pré-escolar. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 12., 2015, Paraná. **Formação de Professores, Complexidade e Trabalho Docente.** Paraná: PUCPR, 2015.

MENDONÇA DE DEUS, R. *et al.* Impacto de intervenção nutricional sobre o perfil alimentar e antropométrico de usuárias do Programa Academia da Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1937-1946. 2015.

OLIVEIRA, J. C. de; COSTA, S. D.; ROCHA, S. M. B. da. Educação nutricional com atividade lúdica para escolares da rede municipal de ensino de Curitiba. **Cadernos da Escola de Saúde**, v. 2, n. 6, p. 100-116. 2017.

PEREIRA, F. G. F. *et al.* Características de práticas de educação em saúde realizadas por estudantes de enfermagem. **Cogitare Enferm.**, v. 21, n. 2, p. 01-07. 2016.

POETA, L. S. *et al.* Efeitos do exercício físico e da orientação nutricional no perfil de risco cardiovascular de crianças obesas. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, v. 59, n.1, p. 56-63. 2013.

PONTES, A. de M. O.; ROLIM, H. J. P.; TAMASIA, G. dos A. **A importância da Educação Alimentar e Nutricional na prevenção da obesidade em escolares.** [artigo] Registro: Faculdades Integradas do Vale do Ribeira, 2016.

REIS, C. E. G.; VASCONCELOS, I. A. L.; BARROS, J. F. de N. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil. **Rev. Paul Pediatr.**, v. 29, n. 4, p. 625-33. 2011.

RIBEIRO-SILVA, R. de C.; SILVA, L. A. da; CANGUSSU, M. C. T. Efeito de ações de promoção da alimentação saudável sobre o perfil lipídico de estudantes: um estudo controlado. **Rev. Nutr.**, v. 27, n. 2, p. 183-192. 2014.

SCHMIDT, M. I.; DUNCAN, B. B. O enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis: um desafio para a sociedade brasileira. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 20, n. 4, p. 421-423. 2011.

TAMBASCO, L. de P. *et al.* A satisfação no trabalho da equipe multiprofissional que atua na Atenção Primária à Saúde. **Saúde Debate**, v. 41, n. Especial, p. 140-151. 2017.

TEIXEIRA, P. D. S. *et al.* Intervenção nutricional educativa como ferramenta eficaz para mudança de hábitos alimentares e peso corporal entre praticantes de atividade física. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 2, p. 347-356. 2013.

TODENDI, P. F. *et al.* Obesidade: estratégias de prevenção da saúde em ambiente escolar. **CINERGIS**, v. 13, n. 3, p. 1-8. 2012.

WENDLING, N. M. de S. **Medidas hipertensivas arteriais em escolares: Impacto do nível de atividade física, adiposidade corporal e ingestão de sódio.** 2013. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2013.

ZANIRATI, V. F. *et al.* Impacto de oficinas de educação alimentar no perfil nutricional de crianças inseridas no programa Escola Integrada. **Rev. APS.**, v. 14, n. 4, p. 408-416. 2011.