ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Vitoria Caroline Ramos Fonseca ¹

Dayane Dayse de Melo Costa ²

Rodrigo Mendes Venâncio da Silva ³

Rodrigo da Silva Bezerra 4

**Introdução:** A alimentação saudável e sustentável é aquela que atende às necessidades nutricionais, culturais, sociais e ambientais dos indivíduos e das populações, respeitando a diversidade, a soberania e a segurança alimentar e nutricional, e contribuindo para a proteção e a conservação dos recursos naturais e da biodiversidade. A alimentação saudável e sustentável é um direito humano e um dos pilares da promoção da saúde, pois está relacionada à prevenção e ao controle de doenças crônicas não transmissíveis, à redução das desigualdades, à valorização dos saberes e das práticas tradicionais, e à garantia de um desenvolvimento social e econômico justo e solidário. A atenção primária à saúde (APS) é o nível de atenção que se caracteriza pela proximidade, acessibilidade, longitudinalidade, integralidade, coordenação, humanização e participação social dos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). **Objetivo:** identificar e analisar as experiências de alimentação saudável e sustentável desenvolvidas na APS no Brasil, nos últimos 10 anos. **Metodologia:** Foi realizada uma busca nas bases de dados PubMed, Scielo e Web of Science, utilizando os seguintes descritores: “alimentação saudável e sustentável”, “atenção primária à saúde”, “serviços de saúde”, “adulto” e “Brasil”. Foram aplicados os critérios de inclusão: artigos originais, publicados entre 2013 e 2023, que descrevessem experiências de alimentação saudável e sustentável na APS com indivíduos adultos no Brasil. Foram excluídos: artigos de revisão, relatos de experiência, teses, dissertações, monografias, capítulos de livros, resumos de congressos, artigos que não abordassem alimentação saudável e sustentável ou APS, artigos que não incluíssem indivíduos adultos como público-alvo, e artigos que não estivessem disponíveis na íntegra ou em português. A seleção dos artigos foi baseada no checklist PRISMA, seguindo as etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão. **Resultados:** Foram encontrados 15 estudos. Os resultados das experiências foram avaliados principalmente por indicadores qualitativos, como percepção, conhecimento, atitude, comportamento, satisfação, empoderamento, participação, qualidade de vida e bem-estar dos participantes. Alguns artigos também avaliaram indicadores quantitativos, como consumo alimentar, estado nutricional, saúde física e mental, e impacto ambiental. Os principais benefícios das experiências foram: aumento do consumo de alimentos saudáveis e sustentáveis, como frutas, verduras, legumes, cereais integrais, leguminosas, sementes e alimentos orgânicos, diminuição do consumo de alimentos não saudáveis e insustentáveis, como alimentos ultraprocessados, açúcar, sal, gordura e alimentos transgênicos, melhoria do estado nutricional e da saúde dos participantes, redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis, fortalecimento da cultura alimentar e da identidade local, valorização dos saberes e das práticas tradicionais, resgate da biodiversidade e da agrobiodiversidade, preservação dos recursos naturais e da qualidade ambiental, promoção da soberania e da segurança alimentar e nutricional, estímulo à agricultura familiar e à economia solidária, e aumento da integração e da mobilização social. As principais limitações foram: baixa adesão e evasão dos participantes, dificuldade de acompanhamento longitudinal, falta de padronização e de descrição das experiências, e escassez de estudos quantitativos e de avaliação de custo-benefício. **Conclusão:** As experiências de alimentação saudável e sustentável na APS com indivíduos adultos no Brasil apresentaram resultados positivos para a promoção da saúde, mas ainda há necessidade de aprimorar as bases teórico-metodológicas, diversificar as experiências de alimentação saudável e sustentável, e fortalecer a avaliação quantitativa e de custo-benefício das intervenções. A alimentação saudável e sustentável na APS é uma estratégia potente para o enfrentamento dos desafios alimentares e nutricionais da atualidade, e deve ser valorizada e incentivada como uma prática integrada e intersetorial.

**Palavras-chave:** Alimentação saudável e sustentável, Atenção primária à saúde, Serviços de saúde, Adulto e Brasil.

Nota de rodapé: Faculdade Pernambucana de Saúde, [vitoriaramosss10@hotmail.com](mailto:vitoriaramosss10@hotmail.com)1; Universidade Federal do Piauí, [dayane785@hotmail.com](mailto:dayane785@hotmail.com)2; Faculdade Morgana Potrich, [mendes\_rodrigo11@hotmail.com](mailto:mendes_rodrigo11@hotmail.com)3, UNINASSAU, [rodrigobez800@gmail.com](mailto:rodrigobez800@gmail.com)4.