ACONSELHAMENTO NUTRICIONAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Vitoria Caroline Ramos Fonseca ¹

Dayane Dayse de Melo Costa ²

Rodrigo Mendes Venâncio da Silva ³

**Introdução:** O aconselhamento nutricional é uma intervenção educativa que visa orientar os indivíduos sobre as escolhas alimentares adequadas às suas necessidades, preferências e condições de saúde. O aconselhamento nutricional pode ser realizado por profissionais de saúde, como nutricionistas, médicos, enfermeiros e agentes comunitários de saúde, no âmbito da atenção primária à saúde (APS). A 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 características, os métodos, os resultados e as implicações do aconselhamento nutricional realizado na APS no Brasil. **Metodologia:** Foi realizada uma busca nas bases de dados PubMed, Scielo e Web of Science, utilizando os seguintes descritores: “aconselhamento nutricional”, “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 aconselhamento nutricional 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 aconselhamento nutricional 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 selecionados 12 estudos. As estratégias de aconselhamento nutricional mais utilizadas foram: avaliação do estado nutricional, prescrição de plano alimentar, orientação sobre porções, rotulagem, substituições e preparações, uso de materiais educativos, monitoramento e feedback. Os resultados do aconselhamento nutricional foram avaliados principalmente por indicadores antropométricos, bioquímicos, clínicos e dietéticos. Alguns artigos também avaliaram aspectos psicossociais, como autoeficácia, motivação, satisfação e qualidade de vida dos participantes. Os principais benefícios do aconselhamento nutricional foram: redução do peso, do índice de massa corporal, da circunferência da cintura, da pressão arterial, da glicemia, do colesterol e dos triglicerídeos, aumento do consumo de frutas, verduras, fibras e água, diminuição do consumo de açúcar, gordura, sal e bebidas alcoólicas, melhoria do controle glicêmico, da adesão ao tratamento, da autoeficácia, da motivação, da satisfação e da qualidade de vida dos participantes. As principais limitações foram: baixa adesão e evasão dos participantes, dificuldade de acompanhamento longitudinal, falta de padronização e de descrição do aconselhamento nutricional, e escassez de estudos qualitativos e de avaliação de custo-efetividade. **Conclusão:** O aconselhamento nutricional na APS com indivíduos adultos no Brasil apresentou resultados positivos para a melhoria do estado nutricional e da saúde dos participantes, mas ainda há necessidade de aprimorar as bases teórico-metodológicas, diversificar as estratégias de aconselhamento nutricional, e fortalecer a avaliação qualitativa e de custo-efetividade das intervenções. O aconselhamento nutricional na APS é uma intervenção eficaz para o enfrentamento dos problemas alimentares e nutricionais da atualidade, e deve ser valorizada e incentivada como uma prática integrada e intersetorial.

**Palavras-chave:** Aconselhamento nutricional, 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.