

O impacto da educação nutricional em adultos obesos na Atenção Primária à Saúde

The impact of nutritional education in obese adults in Primary Health Care

 **Jéssica da Silva Leopoldino**¹

 **Joice Lopes Werneck**¹

¹Centro Universitário de Valença – Valença (RJ)

Autor correspondente:

Jéssica da Silva Leopoldino
E-mail: jessicaleopoldino925@gmail.com

Como citar este artigo:

LEOPOLDINO, J.S.; WERNECK, J.L.; **O impacto da educação nutricional em adultos obesos na Atenção Primária à Saúde**. Revista Cadernos de Pesquisa, v. 3, n.2, e20250302, 2025.

Data de Submissão: 22/10/2024

Data de aprovação: 25/06/2025

Data da publicação: 02/07/2025



Esta obra está licenciada com uma licença
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

RESUMO: O comportamento alimentar está ligado a diversas situações do cotidiano, que podem desencadear ganho de peso e sucessivamente a obesidade. O objetivo deste trabalho é compreender o impacto da EAN em obesos adultos na APS. Este trabalho se trata de uma revisão de literatura, tendo buscas em base de dados confiáveis e sites governamentais. O resultado mostra que a obesidade acomete grande número da população, gerando danos à saúde, visto que os hábitos alimentares inadequados contribuem para esse quadro. Visto isso a educação nutricional, ofertada pela Atenção Primária torna-se essencial para intervenções relevantes. Concluímos assim que, a EAN é indispensável na intervenção para melhora do quadro de obesidade.

Palavras-chave: Nutrição, Educação Nutricional e Atenção Primária

ABSTRACT: Eating behavior is linked to several everyday situations that can trigger weight gain and subsequently obesity. The objective of this study is to understand the impact of EAN on obese adults in Primary Health Care. This study is a literature review, with searches in reliable databases and government websites. The results shows that obesity affects a large number of the population, causing harm to health, since inadequate eating habits contribute to this condition. Given this, nutritional education, offered by primary care, becomes essential for relevant interventions. We conclude that EAN is indispensable in the intervention to improve the obesity.

Keywords: Nutrition, Nutritional Education and Primary Care.

INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar é como um evento composto de outros pequenos eventos, onde o comportamento alimentar está relacionado com fatores externos e ambientais, onde o ambiente recebe influência do indivíduo, assim como o indivíduo é influenciado pelo ambiente (Alvarenga, 2021).

Segundo a Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome metabólica (ABESO, 2019), considera que o ambiente moderno, e a acessibilidade a alimentos com teor calórico elevado é um forte influenciador para obesidade, principalmente quando associado a inatividade de exercícios físicos, e isso condiciona a ingestão inadequada de alimentos calóricos e ao sedentarismo.

Fornecer informações para pessoas sobre processos básicos da nutrição, como a relevância do balanceamento entre calorias ingeridas e gastas, escolher alimentos abundantes em nutrientes e moderado no consumo de alimentos processados e calóricos, é essencial o incentivo para escolher alimentos saudáveis, o que contribui para prevenção e tratamento da obesidade em adultos (Biagio *et al.*, 2020).

A orientação alimentar é primordial na assistência das pessoas com sobrepeso e obesidade e com capacidade de ser efetuada por profissionais da APS encarregados de apoiar seus usuários (Brasil, 2022). Por isso é relevante considerar a educação alimentar e nutricional que desempenha um papel tático na prevenção e controle de problemas alimentares e nutricionais ofertando uma alimentação equilibrada e saudável (Fernandes, 2020).

Compreende-se que o tratamento dietético tem melhores resultados quando relacionado a um propósito de mudança no comportamento (ABESO, 2016).

Ações em conjunto de educação em saúde crescem a autonomia, fortificam a relação entre as pessoas assim como dão maior possibilidade de conhecimento. A Atenção Primária, porta de entrada do SUS, conta com a abordagem dessa educação propagando saúde no âmbito coletivo (Brasil, 2006).

O objetivo geral deste trabalho é identificar o impacto da educação nutricional no tratamento da obesidade na APS.

MATERIAIS E MÉTODOS

Esse artigo refere-se a uma revisão bibliográfica narrativa, obtendo o período de pesquisa on-line entre maio a setembro de 2024. Para melhor a compreensão do assunto abordado, foram realizadas buscas nas seguintes bases de dados: ScientificElectronic Library Online (Scielo), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da saúde (Lilacs), Google Acadêmico e Sites governamentais em Saúde Pública.

Posteriormente a uma pesquisa aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), foram utilizados os seguintes descritores: Obesidade, Educação Nutricional e Atenção Primária à Saúde.

Os critérios de inclusão foram de artigos que continham coerência com o tema escolhido e que apresentavam maior parte dos assuntos atualizados dos últimos 5 anos. Foram excluídos os artigos de assuntos incoerentes com o presente tema e textos que não estavam disponíveis gratuitamente.

RESULTADOS

Segundo o Ministério da Saúde, a obesidade é uma doença de origem multifatorial: existem diferenças causas implicadas em seu aparecimento, que podem ser de natureza individual, coletiva, social, econômica, cultural e ambiental (BRASIL, 2022).

De acordo com a OMS, uma pessoa tem obesidade quando o IMC é maior ou igual a 30 kg/m² e a faixa de peso normal varia entre 18,5 e 24,9 kg/m². Os indivíduos que possuem IMC entre 25 e 29,9 kg/m² são diagnosticados como sobrepeso e já podem ter alguns prejuízos com o excesso de gordura (Brasil,2024).

A obesidade está ligada ao sedentarismo e ao padrão alimentar, que está ligado com a transição alimentar, e vem tendo influência pelo acréscimo de alimentos ultraprocessados e a redução dos alimentos in natura (De Castro *et al.*, 2021).

O consumo alimentar unifica o país do ponto de vista da nutrição e ao mesmo tempo revela sua história, cultura, tradições e como ele vivencia o processo de urbanização e de globalização. A urbanização traz consigo uma série de mudanças no consumo alimentar advindas da falta de tempo para preparo e compra dos

alimentos, o que pode repercutir na escolha por uma alimentação mais prática e com maior participação de alimentos ultraprocessados (Costa, 2021)

O Guia Alimentar da População Brasileira, publicado pelo Ministério da Saúde descreve os ingredientes centrais dos ultraprocessados como alimentos de alta densidade calórica, alterosa quantidade de gordura, açúcar e sódio. Em sua composição tem a mínima quantidade de alimentos *in natura* e minimamente processado e, elevado número de conservantes, estabilizantes, corantes, edulcorantes e aromatizantes (Brasil, 2022).

O excesso de peso é uma complicação nutricional com diversas variáveis, como: a propriedade nutricional dos alimentos consumidos, a periodicidade da ingestão, consumo de calorias e práticas de atividade física. Essas variáveis são vigorosamente sugestionadas por fatores domésticos, como opções alimentares e classes de alimentos que podem ser utilizados para consumo e o processamento dos mesmos é uma causa importante que deve ser examinado e pesquisado a alta predominância de excesso de peso na população (Vale, et al, 2019).

Conhecer a epidemiologia da obesidade e, principalmente, os fatores que estão associados é de fundamental importância para o desenvolvimento de estratégias que busquem minimizar os números dessa doença que vem trazendo sérios problemas à saúde pública (Tavares, 2022).

Hábitos alimentares

Para Coelho (2019) o crescimento de qualquer ser humano ocorre de forma saudável, há condições internas que são genéticas e fatores externos ligados a hábitos alimentares familiares, culturais e socioeconômicos onde a alimentação é o apoio para o progresso humano e tem suas resultâncias ao longo de toda vivência do indivíduo.

As escolhas alimentares são vigorosamente sugestionadas pelo ambiente social e cultural. O que comemos constantemente espelha nossos costumes, princípios e o que está ao serviço da população. A pressão social de igual modo realiza uma função considerável: a atuação dos amigos, familiares e grupos sociais tem capacidade de levar a opções alimentares tanto benéficas quanto maléficas para a saúde (Faria, 2021; Rodeiro *et al*, 2022).

Segundo Lira *et al* (2020), as mudanças na rotina geram variações no

comportamento alimentar como adiar refeições, comer em lanchonetes, padarias e optar por fastfood que oferecem alimentos de pouca qualidade nutricional.

O comportamento alimentar pode ter algumas disfunções quando deparado com o ambiente alimentar moderno, visto que há algumas motivações como alimentos com sabor realçado, que alcança alguns neurotransmissores que são ligados a felicidade e a satisfação, fazendo com que haja uma incontrolável vontade de consumir esses alimentos de forma descontrolada (Carvalho, et al., 2022).

Os alimentos ultraprocessados retratam um indício à saúde, ao ambiente e à cultura alimentar no Brasil e no mundo, no parâmetro em que trocam a alimentação habitual das populações e baseiam-se em sistemas alimentares que não impulsionam a saúde. (Nilson, et al., 2022).

Em virtude dessas dificuldades para a mudança de hábitos alimentares, Fernandes (2020) demonstra que o trabalho de educação nutricional se mostra efetivo na linha de tratamento para a mudança de hábitos e tratamento da obesidade, visto que foca em processos dinâmicos que unem parte teórica e prática considerando a realidade de cada ser, tornando possível uma mudança positiva.

Nutrição na linha de tratamento na obesidade na aps

A nutrição é uma ciência valorosa, e está introduzida interiormente no contexto de tratamento para patologias agudas e crônicas. E essencialmente para aquelas no qual não se tem um tratamento inteiramente definido (Laviano, *et al*, 2020).

Segundo Alvarenga (2019) é essencial aprimorar a abordagem efetuada, visando incluir toda a dificuldade que envolve o ser humano, levando em conta alguns aspectos como o contexto biológico, psicológico, social e emocional.

A execução de plano alimentar saudável, especificado, que obedeça a hábitos culturais, estilo de vida, preferências e capacidades individuais, é essencial tanto para a perda como para a manutenção de peso apropriado, por favorecer a aderência ao tratamento (ABESO, 2022).

Existem desafios em relação para o tratamento da obesidade na APS, como: A adesão a longo prazo às mudanças alimentares e ao estilo de vida é um dos maiores obstáculos. A motivação e o suporte contínuo da equipe de saúde são fundamentais para manter o paciente engajado; É necessário que os profissionais da

APS estejam continuamente capacitados para lidar com a obesidade de forma integrada e multidisciplinar; algumas unidades de saúde podem enfrentar limitações de recursos, como a falta de nutricionistas ou a ausência de programas estruturados de reeducação alimentar e física (Ferreira, *et al*, 2019).

É essencial uma linha de cuidado para indivíduos obesos prioriza o planejamento a organização de estratégias integras que supera a proposta do cuidado isolado (Silva, 2021).

É necessário que haja compreensão que intervir somente com base no âmbito biológico, como atender de forma individual, visar o manuseio farmacológico intervir com cirurgias, não terão capacidade para modificar uma realidade onde há persistência da obesidade, gerando dificuldade na adesão do tratamento (Dias *et al*, 2017).

Visto isso, é relevante que os serviços de saúde ofertem maleabilidade para o acolhimento as diversas demandas desse público, beneficiando a assistência de fatores de risco para adequar conforme a realidade de cada pessoa (Brasil, 2022).

O Ministério da Saúde aborda que na prática do exercício e atividades conjuntas das equipes de saúde, registrará avaliação antropométrica (peso, altura/comprimento, circunferências) e consumo alimentar (marcadores de consumo alimentar) no e-SUS colaboram para o progresso da vigilância alimentar e nutricional (VAN) que podem identificar os indivíduos/grupos com danos ou ameaças ligadas a situação nutricional e ao consumo alimentar, possibilitando auxiliares as práticas de cuidados individuais e coletivas (Brasil, 2022).

As práticas de educação alimentar e nutricional (EAN) condicionam a promoção de um senso crítico a respeito da questão alimentar, e a nutrição desempenha um papel central no tratamento da obesidade na APS, onde o enfoque está na prevenção, no tratamento e na promoção de hábitos saudáveis, com a proximidade dos profissionais de saúde e da comunidade. A abordagem da obesidade deve ser multidisciplinar, envolvendo nutricionistas, médicos, enfermeiros, psicólogos e educadores físicos, para garantir um tratamento eficaz e sustentável (Cruz, 2020).

O tratamento nutricional da obesidade na APS visa promover mudanças no estilo de vida que sejam duradouras, focando na reeducação alimentar e no controle do peso. Além das orientações nutricionais, o tratamento da obesidade deve incluir

intervenções comportamentais. Programas de mudança de comportamento como o MindfulEating (alimentação consciente), podem ajudar os pacientes a desenvolver uma relação mais saudável com a comida, promovendo maior autocontrole e prevenção de episódios de compulsão alimentar. Técnicas de aconselhamento, como entrevistas motivacionais, são úteis para aumentar o engajamento do paciente no tratamento (Ferreira, *et al*, 2019).

A APS é o primeiro ponto de contato entre o paciente e o sistema de saúde, sendo um espaço essencial para intervenções de prevenção e controle da obesidade. A proximidade dos profissionais de saúde com a comunidade e o acompanhamento contínuo dos pacientes favorecem a identificação precoce da obesidade e permitem ações preventivas, intervenções nutricionais e educacionais mais efetivas, além de promovendo campanhas de conscientização sobre os riscos da obesidade e incentivando hábitos alimentares saudáveis desde a infância, ofertando informação sobre alimentação saudável e atividade física. (Vitolo *et al*, 2014).

DISCUSSÃO

Entendemos a verdade por trás da frase de Nelson Mandela: “A educação é a arma mais poderosa que você pode usar para mudar o mundo” e a Educação alimentar e nutricional tem enorme importância para mudanças na diminuição da obesidade e da disseminação de hábitos alimentares saudáveis. (Castro, 2021).

O programa de Educação Alimentar e Nutricional mostra resultados positivos quando se trata do perfil antropométrico e nas transformações de hábitos sendo considerado tática eficaz de EAN no quadro de demasia de peso. (Zuccolotto, 2018)

No entanto, há um desafio conforme relata Araújo *et al* (2021) onde a ausência de informação condiciona uma conduta cômoda devido a troca de experiências e relatos a respeito da alimentação saudável, o que em conjunto com a falta de orientação nutricional leva o indivíduo a se distanciar de uma reeducação alimentar, uma vez que focam nas questões financeiras e outros fatores.

É importante a assistência nutricional para que haja uma reeducação alimentar, visto que é efetuado um plano onde o indivíduo recebe acolhimento e alcança suas metas de maneira mais saudável tendo uma maior aderência ao tratamento (Araújo *et al*, 2021).

A Educação Nutricional é indispensável como método nas atividades ligadas a saúde, pois, mostra um objetivo na divulgação de informações a respeito das práticas alimentares saudáveis, mediante a uma conduta pedagógica e educativa, que está relacionada a uma transformação no comportamento, levando em consideração crescimento ativo que visa a interação da teoria e prática (Fernandes, 2020).

O autor ainda relata que a Educação Nutricional busca a autonomia das capacitações individuais e coletivas a respeito das opções alimentares criteriosas e conscienciosas além de atitudes educativas que visam desenvolver um pensar livre e conscientizado que questiona e reflete a ação de se alimentar.

Portanto, segundo o Ministério da Saúde, existem princípios para EAN que são dinâmicos, onde uma mesma experiência pode abranger diversos pontos ao mesmo tempo. Quanto mais adequado a abordagem intersectorial, maiores oportunidades de carregar para o interior das práticas de EAN o carácter dimensional dela; portanto, levar em consideração os diferentes aspectos torna mais eficiente a prática das ações que torna adesão mais eficaz. (BRASIL, 2018).

CONCLUSÃO

É de entendimento que a obesidade é uma das doenças crônicas não transmissíveis ocasionada por múltiplos fatores, principalmente a má alimentação, que gera malefícios a saúde conturbando assim, o bem-estar da população. Visto isso, a Educação Nutricional é indispensável, uma vez que promove aprendizagem, conhecimento e autonomia a respeito de um comportamento alimentar adequado, gerando mudança e tornando possível redução no quadro da doença.

Conclui-se então que a nutrição é um pilar essencial no tratamento da obesidade na APS, e o sucesso desse tratamento depende da combinação de uma abordagem educacional, com estratégias comportamentais, o trabalho interprofissional na APS e o suporte contínuo. Com o fortalecimento das políticas públicas e o envolvimento ativo dos profissionais de saúde e da comunidade, é possível promover melhorias significativas no controle da obesidade e na saúde geral da população.

DECLARAÇÃO DE CONFLITO DE INTERESSE

Os autores declararam não haver conflito de interesses

SUPORTE FINANCEIRO

O financiamento da pesquisa foi realizado pelos próprios pesquisadores envolvidos.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Jéssica da Silva Leopoldino: Conceitualização, Revisão de literatura, Metodologia da Pesquisa, Levantamento dos dados da pesquisa, Análise laboratorial, Análise estatística dos dados, Redação inicial, Redação final do artigo e correção, Formatação nas normas da Revista, Submissão no site e autor para correspondência; **Joice Lopes Werneck:** Conceitualização, Revisão de literatura, Metodologia da Pesquisa, Redação inicial, Redação final do artigo e correção, Formatação nas normas da Revista.

REFERÊNCIAS

ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica. Mapa da Obesidade. 2019. Disponível em: <https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>. Acesso em 04 de agosto de 2024.

ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica: **Posicionamento sobre o tratamento nutricional do sobrepeso e da obesidade**, 2022. Disponível em: <https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>. Acesso em: Set de 2024.

ABESO. Diretrizes brasileiras de obesidade 2016. São Paulo. Disponível em: Diretrizes - Abeso . Acesso em: Set de 2024.

ALVARENGA, M et al. Nutrição Comportamental. 2. ed. Barueri, SP: Manole, 2019. p. 1-596.

ARAÚJO, Neurani Rodrigues; DE OLIVEIRA FREITAS, Francisca Marta Nascimento; LOBO, Rosimar Honorato. Formação de hábitos alimentares na primeira infância: benefícios da alimentação saudável. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 15, p. e238101522901-e238101522901, 2021.

BIAGIO, Leonardo Domingos; MOREIRA, Priscila; AMARAL, Cristiane Kovacs. Comportamento alimentar em obesos e sua correlação com o tratamento nutricional. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 69, p. 171-178, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. "O impacto da Obesidade", **Brasília: Ministério da Saúde**, junho 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-ter-peso-saudavel/noticias/2022/o-impacto-da-obesidade>. Acesso

em: 27 mai. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. “Todos precisam agir”: 04/03 - Dia Mundial da Obesidade. **Brasília: Ministério da Saúde, 04 Mar. 2024.** Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/04-3-dia-mundial-da-obesidade/>. Acesso em: 10 abril. 2024.

Brasil. Ministério da Saúde. “Eu quero me alimentar melhor”. Brasília: Ministério da Saúde, 07 jun de 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2022/qual-e-a-relacao-entre-consumo-de-ultraprocessados-e-risco-de-mortalidade#:~:text=Pesquisas%20da%20%20C3%A1rea%20da%20sa%C3%BAde,col esterol%20alto%20em%20102%25%2C%20de>. Acesso em: 20 ago. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Situação Alimentar e Nutricional no Brasil: excesso de peso e obesidade da população adulta na atenção primária à saúde. Brasília. Ministério da Saúde: 2020. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atlas_situacao_alimentar_nutricional_populacao_adulta.pdf. Acesso em: 20 ago. 2024.

Brasil. Ministério da Saúde. Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional. Brasília. Ministério da Saúde: 2018. Disponível em: [21_Principios_Praticas_para_EAN.pdf \(mds.gov.br\)](#) Acesso em: 18 de Set. 2024.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Obesidade / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. -Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

Brasil. Biblioteca virtual em saúde: **Fascículo 2: protocolo de uso do guia alimentar para a população brasileira na orientação alimentar de pessoas adultas com obesidade - versão preliminar.** Brasília, 2022.

CASTRO, Mariana Almeida Viveiros; DE LIMA, Grazielle Corrêa; ARAUJO, Gabriella Pinto Belfort. Educação Alimentar e Nutricional no combate à obesidade infantil: visões no Brasil e do mundo. Revista **da Associação Brasileira de Nutrição - RASBRAN**, v.12, n. 12, p. 167-183, 2021.

COELHO, Victória Talita Soares. **A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA PRIMEIRA INFÂNCIA.** Lages, 2019.

COSTA. Danielle Vasconcellos de Paula. Diferenças no consumo alimentar nas áreas urbanas e rurais do Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**.p.3811, 2021.

CRUZ, Pedro José Santos Carneiro. O Agir crítico em nutrição na Atenção Primária à Saúde e suas potencialidades à luz da concepção da Educação Popular. **Ciência & Educação (Bauru)**, v. 26, p. e20036, 2020.

DE CASTRO et al., Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade

10

infantil: visões do Brasil e do mundo. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição** p:168, 2021.

SOUZA, Débora Pereira et al. Estratégias de educação alimentar e nutricional em um grupo intergeracional: um relato de experiência. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 48, n. 2, p. 225-237, 2024.

CARVALHO, Michely Cristhian et al. Comportamento alimentar, autopercepção corporal e estado nutricional de graduandas em nutrição. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 14, p. e573111435720-e573111435720, 2022.

LIRA, Carlos Rodrigo Nascimento et al. Estilo de vida, consumo alimentar e composição corporal de universitários. **O Mundo da Saúde**, v. 44, n. s/n, p. 239-249, 2020.

DIAS, P. C. *et al.* Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 7, e00006016, 2017.

FARIA, Eliane Cristina de. **Interferência da família na obesidade infantil**. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 9, p. 276- 294, 2021.

FERREIRA, VR, SANGALLI, CN, LEFFA OS. **The impact of a primary health care intervention on infant feed ingpractices: a cluster randomisedcontrolledtrial in Brazil**. **J Hum Nutr Diet**. 2019 Feb 1;32(1):21–30.

FERNANDES, Daniel Pinheiro; DE LIMA PONTES, Magno Marcio. O ensino da educação nutricional na formação inicial de nutricionistas: uma breve revisão. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 4, p. e126942955-e126942955, 2020.

LAVIANO, A.; KOVERECH, A.; ZANETTI, M. Nutritional support in the time of SARS-CoV-2 (COVID-19). **Nutrition** (Burbank, Los Angeles County, Calif., 2020).

NILSON, Eduardo Augusto Fernandes *et al.* **Alimentos ultraprocessados e seus riscos à cultura alimentar e à saúde**. 2022.

PEREIRA, Beatriz Carolaine et al. Atividades educativas em alimentação e nutrição para crianças. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, v. 20, n. 46, p. 14-25, 2023.

RODEIRO, Tâmara Campos Xavier et al. **A gravidade da obesidade na infância e o papel dos pais na influência nutricional dos seus filhos**. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 4, p. e10175-e10175, 2022.

SILVA, R. O. **Abordagem e ações à obesidade na prática do nutricionista da atenção primária à saúde na paraíba**. Dissertação apresentada ao Programa de Pós Graduação em Ciências da Nutrição do Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2021.

TAVARES, Cícera Luana Cruz et al. Perfil epidemiológico da obesidade e sobrepeso nos últimos dez anos no Brasil. **CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES**, v. 16, n. 11, p. 26899-26907, Paraná, 2023.

VALE, Diôgo *et al* .Spatial correlation between excess weight, purcha seo ultra-processed foods, and human development in Brazil. **Ciencia&saude coletiva**, v. 24, p. 983-996, 2019.

Vitolo MR, Louzada ML da C, Rauber F. **Atualização sobre alimentação da criança para profissionais de saúde**: Estudo de campo randomizado por conglomerados. *RevBrasEpidemiol*. 2014 Oct1;17(4):873–86.

ZUCCOLOTTO, Aline Corrêa Dias; PESSA, Rosane Pilot. Impacto de um programa de educação nutricional em adultos: antropometria e mudanças alimentares. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 12, n. 70, p. 253-264, 2018.