

RESUMO - MESTRADO - VIGILÂNCIA EM SAÚDE - TURMAS 2 E 3

**AVALIAÇÃO DE IMPACTO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA NUTRICIONAL EM
MULHERES ADULTAS OBESAS DA BAIXADA FLUMINENSE**

Grasiela Bessa Santana Pumar (grasielabessa@gmail.com)

André Manoel Correia Dos Santos (andremcorreia@gmail.com)

Introdução: A obesidade é uma epidemia global em ascensão, caracterizada por fatores multifatoriais, como padrões alimentares inadequados e alterações na microbiota intestinal. O consumo de alimentos ultraprocessados associa-se à disbiose, inflamação de baixo grau, resistência à insulina e esteatose hepática não alcoólica, enquanto dietas baseadas em alimentos in natura favorecem a modulação positiva da microbiota e melhores desfechos metabólicos. A Baixada Fluminense apresenta alta prevalência de obesidade e vulnerabilidades socioeconômicas, constituindo território estratégico para intervenções de promoção da saúde. Nesse cenário, a Atenção Primária à Saúde (APS) é um espaço privilegiado para ações educativas em nutrição, com potencial de estimular mudanças de hábitos e reduzir riscos associados à obesidade. **Objetivo:** Avaliar o impacto de uma intervenção educativa nutricional sobre o consumo de alimentos ultraprocessados e in natura/minimamente processados em mulheres adultas obesas atendidas na APS da Baixada Fluminense (RJ). **Material e Métodos:** Trata-se de um estudo observacional, do tipo antes e

depois, com abordagem quantitativa e qualitativa, a ser realizado entre fevereiro e junho de 2026. Serão incluídas adultas de 18 a 65 anos, com IMC ≥ 30 kg/m², sintomas gastrointestinais recorrentes. Serão excluídos indivíduos em uso recente de antibióticos, gestantes, lactantes, pessoas com doenças intestinais ou hepáticas ativas e submetidos à cirurgia bariátrica. O cálculo amostral estimou 52 participantes, ampliado para 65–70 devido a possíveis perdas. A intervenção terá duração de 16 semanas, com encontros presenciais quinzenais e apoio remoto, envolvendo oficinas educativas sobre alimentação saudável, microbiota intestinal e estilo de vida. Os instrumentos de coleta incluem questionários clínicos e sociodemográficos, inquéritos alimentares (FCQ-T-r e IQD-R simplificado), escalas para sintomas e hábitos intestinais (BSFS, QRM e QDI), além de medidas antropométricas, exames laboratoriais e marcadores inflamatórios. A coleta ocorrerá em dois momentos (linha de base e após 16 semanas). Os dados quantitativos serão analisados nos softwares SPSS, utilizando testes paramétricos e não paramétricos ($p < 0,05$), e os qualitativos por análise de conteúdo temática. O estudo seguirá as diretrizes da Resolução CNS nº 466/2012, com aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa. Resultados esperados: Espera-se que a intervenção educativa nutricional contribua para a redução do consumo de alimentos ultraprocessados e aumento da ingestão de alimentos in natura e fibras, refletindo em melhorias na qualidade da dieta, sintomas gastrointestinais, parâmetros antropométricos (peso, IMC, circunferência da cintura) e indicadores metabólicos e inflamatórios. Adicionalmente, o trabalho contribuirá para fortalecer as evidências sobre a relação entre dieta, microbiota e obesidade, e subsidiar políticas de saúde na Atenção Primária.

Palavras-chave: educação nutricional; obesidade; microbiota intestinal; saúde pública; baixada fluminense.