

A INTERFACE ENTRE NUTRIÇÃO E EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES COM DOENÇAS CRÔNICAS

João Vitor dos Santos Nascimento¹; Flavia Frade de Mello²; Danieli Ciotti³; Beatriz de Carvalho Cruz⁴; Angélica Isabely de Moraes Almeida⁵; Danielle Coelho Reboredo⁶; Priscila Almeida Fagundes⁷; Maria Laura Magalhães Monte Salustiano⁸; Ysvi Matheus dos Santos Silva⁹; Kharlo Emmanuely Gonçalves de Oliveira e Silva¹⁰

Graduado em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau - UNINASSAU, Maceió AL¹; Graduada em Odontologia pela Universidade Federal Fluminense - UFF, Rio de Janeiro RJ²; Graduado em Enfermagem pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUI, Ijuí RS³; Graduada em Odontologia pela Universidade Gama Filho - UGF, Rio de Janeiro RJ⁴; Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará - UFC, Fortaleza CE⁵; Graduada em Nutrição pela Universidade Estácio de Sá - ESTÁCIO, Florianópolis SC⁶; Pós-Graduada em Saúde da Família pela Universidade Federal de Pelotas - UFPel, Pelotão RS⁷; Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau - UNINASSAU, Maceió AL⁸; Graduando em Enfermagem pela Universidade Estácio - ESTÁCIO, Maceió AL⁹; Graduando em Fisioterapia pelo Centro Universitário Faema - UNIFAEMA, Ariquemes RO¹⁰

joaovitor.nsantos18@gmail.com

Área Temática: Saúde Coletiva

RESUMO

Introdução: As doenças crônicas não transmissíveis representam um importante desafio para os sistemas de saúde, em virtude de sua alta prevalência, caráter prolongado e impacto negativo sobre a qualidade de vida da população. Nesse cenário, a nutrição e a educação em saúde configuram-se como estratégias fundamentais para a promoção da saúde, prevenção de agravos e manejo adequado dessas condições, especialmente no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS). **Objetivo:** Analisar a interface entre a nutrição e a educação em saúde na promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas, considerando o fortalecimento do autocuidado, a adesão às orientações nutricionais e a prevenção de complicações. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, do tipo revisão integrativa da literatura. A busca foi realizada nas bases de dados SciELO, LILACS e MEDLINE, além da análise de documentos oficiais do Ministério da Saúde. Foram incluídos estudos publicados entre 2013 e 2024, em língua portuguesa, que abordassem a relação entre nutrição, educação em saúde e doenças crônicas. **Resultados e Discussão:** Os achados demonstraram que intervenções nutricionais associadas a ações educativas contínuas apresentam maior efetividade quando comparadas a abordagens isoladas. A educação em saúde mostrou-se essencial para a compreensão das orientações nutricionais, favorecendo mudanças sustentáveis no estilo de vida, maior adesão ao tratamento e melhora dos desfechos clínicos. Destacou-se, ainda, o papel das políticas públicas e da atuação multiprofissional na consolidação dessas práticas no SUS. **Conclusão:** Conclui-se que a integração entre nutrição e educação em saúde constitui elemento central para a promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas. A adoção de estratégias interdisciplinares, contínuas e centradas no usuário contribui para a qualificação do cuidado, reforçando a importância do fortalecimento dessas ações na atenção à saúde.

Palavras-chave: Doenças crônicas; Nutrição; Educação em saúde; Promoção da saúde; Qualidade de vida.

1 INTRODUÇÃO

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) configuram-se como um dos principais problemas de saúde pública na atualidade, em razão de sua elevada prevalência, caráter prolongado e impactos significativos sobre a morbimortalidade, os gastos em saúde e a qualidade de vida da população. No Brasil, essas condições representam a principal causa de óbitos e incapacidades, exigindo respostas organizadas e integradas do sistema de saúde, com foco não apenas no tratamento, mas também na promoção da saúde e na prevenção de agravos ao longo do curso da vida (Brasil, 2022).

Nesse contexto, a alimentação adequada e saudável destaca-se como um dos pilares fundamentais para a prevenção e o manejo das doenças crônicas. Evidências científicas demonstram que padrões alimentares equilibrados contribuem para o controle metabólico, a redução de fatores de risco e a melhoria do estado nutricional, influenciando positivamente a evolução clínica e funcional dos indivíduos acometidos por essas condições. As diretrizes nacionais reforçam a importância da nutrição como componente essencial do cuidado integral, especialmente no âmbito da atenção primária à saúde (Brasil, 2014; Brasil, 2020).

Entretanto, a adoção de hábitos alimentares saudáveis não depende exclusivamente do acesso à informação ou da prescrição de dietas, mas envolve fatores culturais, sociais, econômicos e comportamentais que influenciam diretamente as escolhas alimentares. Nesse sentido, a educação em saúde assume papel estratégico ao possibilitar a construção compartilhada do conhecimento, o desenvolvimento de habilidades para o autocuidado e o fortalecimento da autonomia dos indivíduos no manejo de sua condição de saúde. A educação em saúde, quando orientada por abordagens participativas e contextualizadas, favorece a adesão às recomendações nutricionais e terapêuticas, contribuindo para melhores desfechos clínicos e maior qualidade de vida (Brasil, 2017; Brasil, 2018).

A interface entre nutrição e educação em saúde constitui, portanto, um campo essencial para a promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas. A articulação entre essas áreas possibilita que as orientações alimentares sejam compreendidas não apenas como normas a serem seguidas, mas como parte de um processo educativo contínuo, que considera as singularidades dos indivíduos e de seus contextos de vida. Estudos apontam que ações educativas integradas ao cuidado nutricional favorecem mudanças sustentáveis no estilo de

vida, melhoram o autocontrole das doenças e reduzem complicações associadas às DCNT (Machado-Becker; Heidemann; Kuntz-Durand, 2020; Soares *et al.*, 2023).

No âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), políticas públicas e estratégias de organização da atenção reforçam a importância dessa integração. A Rede de Atenção às Pessoas com Doenças Crônicas e a Política Nacional de Promoção da Saúde orientam a implementação de ações interdisciplinares, contínuas e centradas no usuário, com ênfase na educação em saúde e no cuidado nutricional como elementos fundamentais da atenção integral (Brasil, 2013; Brasil, 2015). Essas iniciativas buscam fortalecer o vínculo entre profissionais e usuários, estimular o autocuidado e promover práticas alimentares saudáveis de forma equitativa e sustentável.

Além disso, experiências descritas na literatura evidenciam que intervenções educativas associadas ao acompanhamento nutricional contribuem para o empoderamento dos pacientes e para a adoção de estilos de vida mais saudáveis, especialmente quando direcionadas às especificidades de cada condição crônica. Relatos de práticas exitosas demonstram que a educação em saúde, aliada à nutrição, favorece maior engajamento dos usuários no cuidado, ampliando as possibilidades de controle da doença e de melhoria da qualidade de vida (Mendes *et al.*, 2024; Araújo *et al.*, 2024).

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar a interface entre a nutrição e a educação em saúde na promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas, considerando o papel das ações educativas no fortalecimento do autocuidado, na adesão às orientações nutricionais e na prevenção de complicações associadas às DCNT. Busca-se, ainda, discutir a relevância dessas estratégias no contexto do Sistema Único de Saúde, à luz das políticas públicas vigentes, evidenciando a importância de abordagens integradas e interdisciplinares para a qualificação do cuidado e a promoção da saúde.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, com abordagem descritiva e exploratória, desenvolvido por meio de uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita a síntese do conhecimento científico disponível sobre determinado tema, de forma sistemática e organizada. A revisão integrativa permite a análise de diferentes tipos de estudos, favorecendo a compreensão ampla da interface entre nutrição e educação em saúde na promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas.

A elaboração da revisão seguiu seis etapas metodológicas: identificação do tema e formulação da questão norteadora; definição dos critérios de inclusão e exclusão; busca e seleção dos estudos; avaliação crítica do material selecionado; análise e síntese dos resultados; e apresentação da revisão. A questão norteadora que orientou o estudo foi: como a integração entre nutrição e educação em saúde contribui para a promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas no contexto do Sistema Único de Saúde?

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Complementarmente, foram consultados documentos oficiais do Ministério da Saúde, como políticas públicas, manuais técnicos, guias e relatórios, por se tratarem de referências normativas relevantes para a temática investigada.

Os descritores utilizados foram selecionados a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), sendo eles: “doenças crônicas”, “nutrição”, “educação em saúde”, “promoção da saúde” e “qualidade de vida”, combinados entre si por meio do operador booleano AND. A estratégia de busca foi adaptada conforme as especificidades de cada base de dados, com o objetivo de ampliar a sensibilidade e a abrangência da pesquisa.

Foram adotados como critérios de inclusão: estudos disponíveis na íntegra, publicados em língua portuguesa, no período de 2013 a 2024, que abordassem a interface entre nutrição e educação em saúde no cuidado a pessoas com doenças crônicas, bem como documentos oficiais e normativos relacionados ao tema. Foram excluídos artigos duplicados, editoriais, cartas ao editor, resumos de eventos científicos e estudos que não apresentassem relação direta com o objetivo proposto.

Após a identificação dos estudos, procedeu-se à leitura dos títulos e resumos para seleção preliminar, seguida da leitura na íntegra dos textos elegíveis. A análise crítica dos estudos foi realizada considerando a relevância temática, a coerência metodológica e a contribuição para a compreensão da interface entre nutrição e educação em saúde. Os dados extraídos foram organizados em instrumento próprio, contemplando informações como autoria, ano de publicação, objetivo, tipo de estudo, principais resultados e contribuições para a promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados permitiu identificar evidências consistentes acerca da relevância da interface entre nutrição e educação em saúde na promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas. Os resultados demonstram que a integração dessas estratégias contribui de forma significativa para a adoção de hábitos alimentares saudáveis, o fortalecimento do autocuidado e a melhoria dos desfechos clínicos, especialmente no contexto da atenção primária à saúde e das redes de atenção do Sistema Único de Saúde (SUS).

De acordo com os achados de Brasil (2020), intervenções nutricionais associadas a práticas educativas contínuas apresentam maior efetividade quando comparadas a abordagens isoladas, uma vez que favorecem a compreensão do processo saúde-doença e estimulam mudanças comportamentais sustentáveis. Na perspectiva de Machado-Becker, Heidemann e Kuntz-Durand (2020), a educação em saúde atua como elemento mediador no processo de cuidado, ao possibilitar que o paciente compreenda a relevância das recomendações nutricionais e desenvolva habilidades para incorporá-las em seu cotidiano. Essa articulação contribui não apenas para o controle clínico das doenças crônicas, mas também para o fortalecimento da autonomia, da corresponsabilização e da melhoria da percepção de qualidade de vida.

Conforme apontam Soares *et al.* (2023), pacientes com doenças crônicas frequentemente enfrentam dificuldades relacionadas à adesão ao tratamento nutricional, associadas a fatores socioeconômicos, culturais e ao limitado conhecimento sobre a relação entre alimentação e evolução da doença. Na análise de Castro (2021), tais barreiras reforçam a necessidade de estratégias educativas que promovam o diálogo, a escuta qualificada e a construção compartilhada do conhecimento. Tal como defendem Nogueira e Almeida (2019), ações educativas fundamentadas em linguagem acessível e metodologias participativas mostram-se eficazes na promoção de mudanças sustentáveis no estilo de vida e no fortalecimento do autocuidado.

Em consonância com Brasil (2014), ações educativas voltadas à alimentação saudável contribuem de forma significativa para a prevenção de complicações e para a redução da progressão das doenças crônicas. Conforme apontam Brasil (2015), intervenções que abordam o planejamento alimentar, a leitura de rótulos, a priorização de alimentos in natura e minimamente processados e a redução do consumo de ultraprocessados apresentam impacto positivo no controle metabólico e na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos, alinhando-se às diretrizes nacionais de promoção da saúde.

Figura 1 – Interface entre nutrição e educação em saúde na promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas



Fonte: Gemini - Google (2026)

Na visão de Brasil (2013), a articulação entre as diretrizes da Política Nacional de Promoção da Saúde, da Política Nacional de Educação Permanente em Saúde e da Rede de Atenção às Pessoas com Doenças Crônicas orienta práticas interdisciplinares que valorizam a educação em saúde como estratégia permanente e integrada ao cuidado nutricional. Conforme apontam Brasil (2018), essa integração fortalece o vínculo entre profissionais e usuários, promovendo a integralidade da atenção e a qualificação das ações desenvolvidas no âmbito do Sistema Único de Saúde.

Como afirmam Mendes *et al.* (2024), experiências exitosas de promoção da saúde associadas à nutrição e à educação em saúde estão diretamente relacionadas à atuação de equipes multiprofissionais, especialmente na atenção primária à saúde. Na análise de Carvalho (2022), a participação de nutricionistas, enfermeiros e outros profissionais em ações educativas individuais e coletivas amplia o alcance das intervenções e favorece a continuidade do cuidado. De acordo com os achados de Lima *et al.* (2021), quando as ações educativas são planejadas de forma integrada e centradas nas necessidades dos usuários, observa-se maior adesão ao tratamento, engajamento no cuidado e melhoria dos desfechos em saúde.

Quadro 1 – Principais contribuições da interface entre nutrição e educação em saúde no cuidado a pacientes com doenças crônicas

Dimensão analisada	Principais contribuições
Nutrição	Promoção de hábitos alimentares saudáveis; controle

	metabólico; prevenção de complicações
Educação em saúde	Fortalecimento do autocuidado; adesão ao tratamento; autonomia do paciente
Qualidade de vida	Melhora da percepção de bem-estar; redução de limitações funcionais
Atenção no SUS	Integralidade do cuidado; atuação multiprofissional; vínculo usuário-serviço

Fonte: Autoria própria (2026)

A discussão dos resultados evidencia que a interface entre nutrição e educação em saúde vai além de uma prática complementar, configurando-se como estratégia central para o enfrentamento das doenças crônicas. Ao integrar conhecimento técnico, práticas educativas e políticas públicas, essas ações contribuem para um cuidado mais resolutivo, humanizado e alinhado aos princípios do SUS. A literatura analisada aponta que investir em educação nutricional contínua e contextualizada é fundamental para a sustentabilidade das ações de promoção da saúde e para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes com doenças crônicas.

4 CONCLUSÃO

A análise desenvolvida ao longo deste estudo evidencia que a interface entre nutrição e educação em saúde constitui um eixo estratégico para a promoção da qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas. A integração dessas abordagens possibilita ampliar a efetividade das ações de cuidado, ao favorecer a compreensão dos indivíduos acerca de sua condição de saúde e estimular a adoção de hábitos alimentares mais saudáveis. Dessa forma, a nutrição associada à educação em saúde contribui não apenas para o controle clínico das doenças crônicas, mas também para o fortalecimento do autocuidado e da autonomia dos pacientes.

Os resultados demonstram que práticas educativas contínuas e contextualizadas potencializam os efeitos das intervenções nutricionais, especialmente quando desenvolvidas no âmbito da atenção primária à saúde. A educação em saúde, ao adotar metodologias participativas e linguagem acessível, promove maior adesão às orientações nutricionais e terapêuticas, reduzindo barreiras relacionadas a fatores sociais, culturais e econômicos. Essa

articulação reflete-se positivamente na prevenção de complicações, na redução da progressão das doenças crônicas e na melhoria da percepção de bem-estar e qualidade de vida.

No contexto do Sistema Único de Saúde, a interface entre nutrição e educação em saúde mostra-se alinhada aos princípios da integralidade, da equidade e da promoção da saúde. As políticas públicas analisadas reforçam a importância de ações interdisciplinares e contínuas, que valorizem o vínculo entre profissionais e usuários e reconheçam o paciente como sujeito ativo no processo de cuidado. Assim, investir na qualificação das práticas educativas e no fortalecimento do cuidado nutricional integrado torna-se fundamental para a sustentabilidade das ações de saúde voltadas às doenças crônicas.

Como limitação deste estudo, destaca-se o fato de se tratar de uma revisão da literatura, o que restringe a análise a evidências já publicadas. Nesse sentido, sugere-se a realização de pesquisas empíricas que avaliem, na prática, o impacto de intervenções integradas de nutrição e educação em saúde sobre indicadores clínicos, comportamentais e de qualidade de vida de pacientes com doenças crônicas, especialmente no âmbito da atenção primária à saúde. Estudos longitudinais e interdisciplinares podem contribuir para o aprimoramento das estratégias de cuidado e para o fortalecimento das políticas públicas voltadas à promoção da saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, Haianne Stephany Maciel Silva *et al.* Manejo nutricional de pacientes com doenças respiratórias crônicas. Editora Licuri, p. 50–62, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Manual de atenção nutricional em doenças crônicas. Brasília: Ministério da Saúde, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Educação Permanente em Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Programa Nacional de Educação em Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Rede de Atenção às Pessoas com Doenças Crônicas no SUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Brasil 2022: uma análise da situação de saúde e das políticas de atenção à saúde no país. Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

MACHADO-BECKER, Renata; HEIDEMANN, Ivonete T. Schülter Buss; KUNTZ-DURAND, Michelle. Promoção da saúde e atenção primária no cuidado às pessoas com doença crônica não transmissível. *Revista de Salud Pública*, v. 22, n. 1, p. 41–47, 2020. DOI: 10.15446/rsap.v22n1.79305.

MENDES, Mariana Medeiros Santos *et al.* Promoção de estilo de vida saudável direcionado para uma doença crônica: relato de experiência. *International Journal of Health Sciences*, v. 3, n. 2, p. 115–116, 2024.

SOARES, Mara Machado *et al.* A importância de hábitos saudáveis e adequados na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 1, e18012139295, 2023.