

Resumo expandido

PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DA OBESIDADE: Estratégias multiprofissionais na atenção básica

Fabiana de Lima Borba; Millanhi Cristina Carvalho Cirino²; Elaine Franco de Carvalho Ferreira³; Iris Cardoso Moreira Teixeira⁴; Laysla Ferreira da Silva⁵; Maria Eduarda Sousa^{*6}; Nalanda Maria Ferreira Cordeiro⁷

*Maria Eduarda Sousa: duda26sousa@gmail.com

¹Centro Universitário de Ciências e Tecnologias do Maranhão; ²UnamaUnama : Universidade da Amazônia Belém PA; ³Universidade Cruzeiro do Sul; ⁴Universidade Estadual da Bahia; ⁵Centro universitário de Adamantina⁶Centro Universitário do Distrito Federal; ⁷Universidade Estadual Da Paraíba

RESUMO

A obesidade constitui um dos principais problemas de saúde pública mundial, caracterizando-se como uma doença crônica multifatorial associada ao aumento do risco de doenças cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2 e outras comorbidades. Nesse contexto, a Atenção Primária à Saúde (APS) desempenha papel fundamental na promoção da saúde e na prevenção da obesidade por meio de ações integradas e contínuas. O presente estudo tem como objetivo analisar as estratégias multiprofissionais utilizadas na APS para a prevenção da obesidade e promoção de hábitos saudáveis. Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, realizada nas bases SciELO, PubMed e LILACS, considerando publicações entre 2019 e 2024. Os resultados evidenciam que intervenções como educação em saúde, incentivo à prática de atividade física, orientação nutricional e acompanhamento longitudinal são essenciais para o controle do peso corporal. Além disso, a atuação articulada da equipe multiprofissional contribui significativamente para a adesão às mudanças no estilo de vida e melhoria da qualidade de vida dos usuários. Conclui-se que o fortalecimento da APS e das estratégias interdisciplinares é indispensável para o enfrentamento da obesidade, sendo necessário investimento em políticas públicas e ações contínuas de promoção da saúde.

Palavras-chave: Obesidade. Atenção Primária. Promoção da Saúde.

ABSTRACT

Obesity is one of the main global public health problems, characterized as a multifactorial chronic disease associated with increased risk of cardiovascular diseases, type 2 diabetes, and other comorbidities. In this context, Primary Health Care (PHC) plays a fundamental role in health promotion and obesity prevention through integrated and continuous actions. This study aims to analyze multiprofessional strategies used in PHC for obesity prevention and promotion of healthy habits. This is a qualitative, descriptive integrative literature review conducted in SciELO, PubMed, and LILACS databases, considering publications from 2019 to 2024. The results show that interventions such as health education, encouragement of physical activity, nutritional guidance, and longitudinal follow-up are essential for weight control. Furthermore, the coordinated work of the multiprofessional team significantly contributes to adherence to lifestyle changes and improvement of users' quality of life. It is concluded that strengthening PHC and interdisciplinary strategies is essential to address obesity, requiring investment in public policies and continuous health promotion actions.

Keywords: Obesity. Primary Health Care. Health Promotion.

1 INTRODUÇÃO



A obesidade é definida como o acúmulo excessivo de gordura corporal, sendo considerada uma doença crônica de etiologia multifatorial, envolvendo fatores biológicos, comportamentais, ambientais e sociais. Sua prevalência tem aumentado de forma significativa nas últimas décadas, tornando-se um importante problema de saúde pública global (WHO, 2023; BRASIL, 2022).

No Brasil, observa-se crescimento expressivo dos índices de sobrepeso e obesidade, relacionado principalmente às mudanças no padrão alimentar, sedentarismo e urbanização, o que contribui para o aumento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (MALTA et al., 2021; BRASIL, 2022).

A Atenção Primária à Saúde (APS) destaca-se como principal porta de entrada do sistema de saúde, sendo estratégica na implementação de ações de promoção da saúde e prevenção da obesidade. A Estratégia Saúde da Família (ESF) possibilita maior proximidade com a comunidade, favorecendo intervenções mais efetivas e contínuas (STARFIELD, 2020; BRASIL, 2022).

A atuação multiprofissional é essencial nesse contexto, envolvendo enfermeiros, médicos, nutricionistas, educadores físicos e outros profissionais, que atuam de forma integrada na promoção de hábitos saudáveis, educação em saúde e acompanhamento dos usuários (SILVA et al., 2021; WHO, 2023).

Entretanto, desafios como baixa adesão às mudanças no estilo de vida, determinantes sociais e limitações estruturais dos serviços ainda impactam negativamente o controle da obesidade, exigindo estratégias mais eficazes e intersetoriais (MALTA et al., 2021).

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, de natureza descritiva, desenvolvido por meio de revisão bibliográfica integrativa da literatura. A busca foi realizada nas bases SciELO, PubMed e LILACS, além de documentos oficiais do Ministério da Saúde e da Organização Mundial da Saúde.



Foram utilizados descritores como “obesidade”, “atenção primária à saúde”, “promoção da saúde” e “equipe multiprofissional”, combinados pelos operadores booleanos AND e OR.

Os critérios de inclusão foram artigos publicados entre 2019 e 2024, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram excluídos estudos duplicados e aqueles que não apresentavam relação direta com o tema.

Os dados foram analisados de forma crítica, buscando identificar as principais estratégias multiprofissionais voltadas à prevenção da obesidade na APS.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados evidenciam que a Atenção Primária à Saúde (APS) desempenha papel central na prevenção da obesidade, especialmente por meio de ações contínuas, territorializadas e voltadas à promoção da saúde (BRASIL, 2022; WHO, 2023). No entanto, observa-se que a efetividade dessas ações está diretamente relacionada à capacidade dos serviços em articular intervenções clínicas e estratégias coletivas, considerando os determinantes sociais da saúde.

A educação em saúde permanece como uma das principais ferramentas de intervenção, sobretudo quando desenvolvida de forma participativa e contextualizada à realidade dos usuários. Diferentemente de abordagens tradicionais centradas apenas na transmissão de informações, práticas educativas dialógicas têm demonstrado maior impacto na mudança de comportamento e na adesão a hábitos saudáveis (MALTA et al., 2021; SILVA et al., 2021). Nesse sentido, destaca-se que intervenções isoladas apresentam resultados limitados, sendo mais eficazes quando integradas a ações contínuas de acompanhamento.

A atuação multiprofissional mostra-se essencial para a construção de um cuidado integral, uma vez que a obesidade envolve dimensões biológicas, psicológicas e sociais. Estudos apontam que equipes compostas por enfermeiros, nutricionistas, médicos e profissionais de educação física conseguem promover intervenções mais resolutivas,



especialmente quando há planejamento conjunto e compartilhamento de responsabilidades (STARFIELD, 2020). Além disso, o vínculo estabelecido entre profissionais e usuários favorece a escuta qualificada e a individualização do cuidado.

Outro ponto relevante refere-se ao acompanhamento longitudinal, que possibilita monitoramento contínuo do estado nutricional e identificação precoce de fatores de risco. Entretanto, a literatura evidencia que a adesão às mudanças no estilo de vida ainda representa um desafio significativo, influenciado por fatores como condições socioeconômicas, acesso a alimentos saudáveis e ambiente obesogênico (WHO, 2023).

Adicionalmente, observa-se que políticas públicas e ações intersetoriais, como programas de alimentação saudável e incentivo à atividade física, apresentam resultados positivos, porém ainda insuficientes diante da magnitude do problema. A persistência de desigualdades sociais evidencia a necessidade de intervenções mais amplas, que ultrapassem o setor saúde e promovam mudanças estruturais.

Dessa forma, os achados reforçam que, embora existam estratégias eficazes no âmbito da APS, sua implementação ainda enfrenta limitações relacionadas à estrutura dos serviços, capacitação profissional e continuidade das ações, o que impacta diretamente na resolutividade do cuidado.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO

A obesidade configura-se como um desafio complexo e multifatorial para a saúde pública, exigindo abordagens integradas, contínuas e centradas no usuário. A Atenção Primária à Saúde destaca-se como eixo estruturante no enfrentamento desse agravo, especialmente por sua capacidade de atuar na promoção da saúde, prevenção de doenças e acompanhamento longitudinal.

A atuação multiprofissional demonstra impacto positivo na adesão às mudanças no estilo de vida e na melhoria dos desfechos clínicos, sobretudo quando associada a estratégias de educação em saúde, vínculo terapêutico e cuidado integral. No entanto, os

resultados evidenciam que tais estratégias ainda não são plenamente efetivas quando aplicadas de forma isolada ou desarticulada.

Destaca-se que fatores estruturais, sociais e econômicos continuam sendo barreiras importantes para o controle da obesidade, o que reforça a necessidade de políticas públicas mais abrangentes e intersetoriais. Além disso, torna-se imprescindível o investimento em qualificação profissional, fortalecimento da APS e ampliação de ações sustentáveis de promoção da saúde.

Assim, conclui-se que o enfrentamento da obesidade requer não apenas intervenções clínicas, mas também mudanças estruturais e sociais, sendo fundamental o fortalecimento de estratégias multiprofissionais e interdisciplinares no âmbito da atenção básica para garantir um cuidado efetivo, equitativo e de qualidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf. Acesso em: 22 mar. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 22 mar. 2026.

MALTA, D. C. et al. Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e à obesidade em adultos no Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, supl. 1, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-549720210001>. Acesso em: 22 mar. 2026.

SILVA, R. S. et al. Atuação da equipe multiprofissional na prevenção da obesidade na atenção primária à saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1234>. Acesso em: 22 mar. 2026.

JAIME, P. C. et al. Ações de alimentação e nutrição na atenção primária à saúde no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00173017>. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00173017>. Acesso em: 22 mar. 2026.



WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Obesity and overweight. Geneva: WHO, 2023. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 22 mar. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013–2030. Geneva: WHO, 2023. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240042753>. Acesso em: 22 mar. 2026.

STARFIELD, B. Atenção primária: equilíbrio entre necessidades de saúde, serviços e tecnologia. Brasília: UNESCO, 2020.

SWINBURN, B. A. et al. The global obesity pandemic: shaped by global drivers and local environments. **The Lancet**, 2011. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60813-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60813-1). Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60813-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60813-1). Acesso em: 22 mar. 2026.