

Resumo expandido;

NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA: Abordagens para prevenção e tratamento de comorbidades

Luciana Bachetti Cestari¹; Jociane Aparecida Perez²; Emilly Rosa de Souza³; Paula Maiara Silva Schavaretto⁴; Amanda Cavalcante Marinho⁵; Vanessa Aryelly Marques da Silva Guimarães⁶; José Jaciel Ferreira dos Santos^{7*} Autor correspondente: jacielaagronomia2017@gmail.com

¹Universidade Estácio de Sá; ²Uningá; ³Centro Universitário da Amazônia – Uniesamaz; ⁴Universidade Jorge Amado; ⁵Centro Universitário do Norte; ⁶Faculdade Santo Agostinho; ⁷Universidade Federal de Campina Grande

RESUMO

A crescente prevalência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) representa um dos maiores desafios para a saúde pública mundial, sendo fortemente influenciada por fatores alimentares e comportamentais. Nesse contexto, a nutrição em saúde coletiva emerge como estratégia essencial para a prevenção e o tratamento de comorbidades como obesidade, diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial e dislipidemias. Este estudo tem como objetivo analisar as principais abordagens nutricionais utilizadas na saúde coletiva para o enfrentamento dessas condições. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, baseada em artigos científicos publicados entre 2015 e 2025, em bases como SciELO, PubMed e Google Scholar. Os resultados evidenciam que intervenções nutricionais fundamentadas em educação alimentar e nutricional, políticas públicas de segurança alimentar e promoção de ambientes saudáveis são eficazes na redução de fatores de risco e na melhoria da qualidade de vida da população. Conclui-se que a integração de estratégias nutricionais no âmbito coletivo é fundamental para o controle das comorbidades e para a promoção da saúde, embora desafios como desigualdade social, influência da indústria de ultraprocessados e barreiras culturais ainda dificultem a efetividade das ações.

Palavras-chave: Comorbidades. Doenças crônicas. Nutrição. Prevenção. Saúde coletiva.

ABSTRACT

The increasing prevalence of noncommunicable diseases (NCDs) represents one of the greatest challenges for global public health, being strongly influenced by dietary and behavioral factors. In this context, collective health nutrition emerges as an essential strategy for preventing and treating comorbidities such as obesity, type 2 diabetes mellitus, arterial hypertension, and dyslipidemias. This study aims to analyze the main nutritional approaches used in collective health to address these conditions. It is a narrative literature review based on scientific articles published between 2015 and 2025 in databases such as SciELO, PubMed, and Google Scholar. The results show that nutritional interventions based on food and nutrition education, public policies on food security, and the promotion of healthy environments are effective in reducing risk factors and improving population quality of life. It is concluded that the integration of nutritional strategies at the collective level is fundamental for controlling comorbidities and promoting health, although challenges such as social inequality, the influence of the ultra-processed food industry, and cultural barriers still hinder the effectiveness of actions.

Keywords: Chronic diseases. Collective health. Comorbidities. Nutrition. Prevention.



1 INTRODUÇÃO

A prevalência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) tem aumentado de forma significativa nas últimas décadas, configurando-se como um dos maiores desafios para os sistemas de saúde em nível global. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), essas enfermidades são responsáveis por mais de 70% das mortes no mundo, sendo fortemente influenciadas por fatores alimentares e comportamentais.

No Brasil, a transição nutricional, marcada pelo aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e pela redução da ingestão de alimentos in natura, tem contribuído para o crescimento da obesidade e de outras comorbidades associadas (Monteiro et al., 2019). Esse cenário reforça a necessidade de políticas públicas voltadas à promoção da alimentação saudável e ao enfrentamento das desigualdades sociais.

A nutrição em saúde coletiva desempenha papel central na prevenção e no tratamento das DCNT, atuando tanto em nível individual quanto populacional. Intervenções nutricionais bem estruturadas podem reduzir fatores de risco e melhorar a qualidade de vida da população (Malta et al., 2020).

Diversos estudos apontam que a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma ferramenta eficaz para estimular mudanças de comportamento alimentar e promover escolhas mais conscientes (Silva & Santos, 2021). Além disso, programas governamentais como o *Guia Alimentar para a População Brasileira* têm se mostrado fundamentais para orientar práticas alimentares adequadas (Brasil, 2014).

Entretanto, desafios persistem, como a influência da indústria de alimentos ultraprocessados e as barreiras culturais e socioeconômicas que dificultam o acesso a alimentos saudáveis (FAO, 2020). Esses fatores tornam urgente a adoção de estratégias intersetoriais que integrem saúde, educação e políticas sociais.

Diante desse contexto, o objetivo deste estudo é analisar as principais abordagens nutricionais utilizadas na saúde coletiva para a prevenção e o tratamento de comorbidades associadas às DCNT. A justificativa reside na relevância do tema para a saúde pública, considerando o impacto das DCNT na morbimortalidade e nos custos sociais e econômicos.

Assim, este trabalho busca contribuir para a compreensão das estratégias nutricionais mais eficazes, destacando a importância da integração entre políticas públicas, educação alimentar e promoção de ambientes saudáveis.

2 METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura, com caráter qualitativo e exploratório. Foram consultados artigos científicos publicados entre 2015 e 2025, em bases como SciELO, PubMed e Google Scholar, além de relatórios oficiais do Ministério da Saúde, OMS e FAO.

Os descritores utilizados foram: “nutrição em saúde coletiva”, “doenças crônicas não transmissíveis”, “educação alimentar e nutricional”, “obesidade”, “diabetes” e “políticas públicas de nutrição”.

Foram incluídos estudos que abordavam intervenções nutricionais voltadas à prevenção e ao tratamento das DCNT, bem como políticas públicas relacionadas à alimentação saudável. Excluíram-se trabalhos duplicados, incompletos ou que não tratavam diretamente do tema.

A análise dos dados foi realizada por meio da leitura crítica dos artigos selecionados, buscando identificar convergências e divergências entre os resultados apresentados. Além disso, foram utilizados dados epidemiológicos recentes, como os do sistema Vigitel 2025.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados evidenciam que as principais comorbidades relacionadas à alimentação inadequada incluem obesidade, diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares (Malta et al., 2020). Essas condições estão diretamente associadas ao consumo excessivo de açúcares, gorduras saturadas, sódio e alimentos ultraprocessados (Monteiro et al., 2019).

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) mostrou-se eficaz na promoção de hábitos alimentares saudáveis, especialmente em ambientes escolares e comunitários (Silva

& Santos, 2021). Além disso, políticas públicas como o *Guia Alimentar para a População Brasileira* têm desempenhado papel relevante na orientação da população sobre escolhas alimentares adequadas (Brasil, 2014).

No tratamento das DCNT, planos alimentares individualizados, redução do consumo de sódio e açúcar e incentivo ao consumo de frutas, verduras e alimentos integrais contribuem para o controle metabólico e redução de complicações (FAO, 2020).

Apesar dos avanços, desafios persistem, como desigualdade no acesso à alimentação saudável e influência da indústria de ultraprocessados, que dificultam a efetividade das ações em saúde coletiva (OMS, 2020).

Prevalência das DCNT no Brasil: Em 2024, mais de 300 mil mortes foram atribuídas às DCNT, incluindo doenças cardiovasculares, diabetes e câncer.

- **Obesidade e diabetes:** A obesidade aumentou 118% desde 2006, e o diabetes tipo 2 cresceu 135% no mesmo período, configurando uma “dupla epidemia” que compromete a saúde pública.
- **Impacto populacional:** Atualmente, 25% dos adultos brasileiros vivem com obesidade, e mais de 60% da população está acima do peso.
- **Políticas públicas:** A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), instituída em 1999, e o Guia Alimentar para a População Brasileira são instrumentos fundamentais para orientar práticas alimentares e reduzir desigualdades.

Esses dados reforçam que a nutrição em saúde coletiva deve ser vista como estratégia prioritária para conter o avanço das DCNT. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN), associada a políticas públicas e ambientes saudáveis, mostra-se eficaz na redução de fatores de risco. Contudo, a influência da indústria de ultraprocessados e as barreiras socioeconômicas ainda limitam a efetividade das ações.

4 CONCLUSÃO

A nutrição em saúde coletiva constitui um pilar essencial na prevenção e no tratamento das DCNT. Estratégias baseadas em educação alimentar, políticas públicas e promoção de ambientes saudáveis demonstram impacto positivo na melhoria dos indicadores de saúde.

Entretanto, é necessário fortalecer ações intersetoriais e ampliar o acesso à alimentação saudável, visando reduzir desigualdades e promover qualidade de vida para a população.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 12 abr. 2026.

FAO. **The State of Food Security and Nutrition in the World 2020: Transforming food systems for affordable healthy diets**. Rome: FAO, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.4060/ca9692en>. Acesso em: 12 abr. 2026.

MALTA, D. C. et al. **Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: situação atual**. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 23, n. 1, p. 1-12, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720200001>. Acesso em: 12 abr. 2026.

MONTEIRO, C. A. et al. **Ultra-processed foods: what they are and how to identify them**. Public Health Nutrition, v. 22, n. 5, p. 936-941, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1368980018003762>. Acesso em: 12 abr. 2026.

OMS. **Noncommunicable Diseases Progress Monitor 2020**. Geneva: World Health Organization, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240000490>. Acesso em: 12 abr. 2026.



SILVA, R. M.; SANTOS, L. P. **Educação alimentar e nutricional: impactos na promoção da saúde.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 7, p. 2897-2906, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.08302021>. Acesso em: 12 abr. 2026.