



ABORDAGEM NUTRICIONAL COMPORTAMENTAL COMO ESTRATÉGIA DE TRATAMENTO DA OBESIDADE: UMA REVISÃO DA LITERATURA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

Edilaine Lopes de Freitas¹ edlopesfreitas@gmail.com , Deíse Moura de Oliveira¹ dmouradeoliveira@gmail.com , Laura Elisa da Silva¹ laura.elisa@ufv.br, Karen Ribeiro Maciel¹ karen.maciel@ufv.br, Tiago Ricardo Moreira¹ tiago.ricardo@ufv.br , Flávia Galvão Cândido² flaviagcandido@gmail.com.

1 - Departamento de Medicina e Enfermagem/ UFV 2- Centro Estadual de Atenção Especializada/PMV

Grande área: Ciências Biológicas e da Saúde Área temática: Saúde Coletiva Categoria: Pesquisa

Palavras-chave: Obesidade, Comportamento Alimentar, Saúde Pública

INTRODUÇÃO

A obesidade é de natureza multifatorial. Figura-se, atualmente, como um dos maiores desafios no campo da Saúde Pública, visto que nenhum país no mundo conseguiu diminuir a sua prevalência nas últimas três décadas.

A nutrição exerce papel de destaque no tratamento, no entanto, a atual estratégia conduzida pela prescrição dietética restritiva, tem se mostrado superficial, ineficaz e de baixa adesão.

A abordagem nutricional comportamental emerge como uma proposta intervencionista inovadora, não prescritiva, alicerçada no aconselhamento nutricional, que visa contemplar o indivíduo e a doença tanto em seus aspectos fisiológicos quanto nos sociais e emocionais que regem o contexto alimentar, fomentando assim, a possibilidade de reais mudanças no comportamento.

OBJETIVO

Realizar uma revisão narrativa acerca da abordagem nutricional comportamental como estratégia para o tratamento da obesidade.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa cuja busca foram realizadas nas seguintes bases de dados científicas: Medline/PubMed, LILACS, Scopus e SciELO, além de livros e documentos oficiais especializados no assunto, teses e dissertações.

Foram selecionados, por conveniência, os trabalhos considerados mais abrangentes na temática proposta, em linguagem portuguesa e inglesa.

RESULTADOS

Foram selecionados 14 trabalhos que atendiam a temática proposta.

Os estudos que avaliaram essa modalidade de intervenção a pessoas em situação de obesidade apontaram diversos benefícios, tais como: melhorias nas atitudes e comportamentos alimentares, manutenção ou redução no peso corporal, empoderamento nas escolhas alimentares, maior reflexão do indivíduo acerca dos episódios associados ao comer emocional e maior vínculo profissional-paciente.

CONCLUSÕES

As pesquisas envolvendo essa linha de tratamento nutricional tem demonstrado resultados substanciais e consistentes que remetem a um desfecho efetivo e duradouro;

É uma modalidade de intervenção interessante para o sistema de saúde, pois além de possuir um ótimo custo-benefício, é aplicável tanto de forma individual quanto grupal.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, M. *et al.* **Nutrição Comportamental**. 2.ed. Barueri, SP: Manole, 2019.
- DYKE, N.V; DRINKWATER, E.J. Relationships between intuitive eating and health indicators: literature review. **Public Health Nutrition**, v.17,n.8, p.1757-1766, 2014.
- SABATINI, F. **Os efeitos de uma intervenção interdisciplinar, não prescritiva, e pautada na abordagem "Health at Every Size" nas percepções de mulheres gordas acerca do prazer alimentar**. 2017. Dissertação (Mestrado de Nutrição em Saúde Pública) - Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2017.
- ULIAN, M.V. *et al.* Effects of a new intervention based on the Health at Every Size approach for the management of obesity: The "Health and Wellness in Obesity" study. **Plos One**, San Francisco, v.13, n.7, p.1-19. 2018.