

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

**Jéssica Maisa Rodrigues da Rocha**

**A INFLUÊNCIA DE NUTRICIONISTAS NO TRATAMENTO DA DIABETES  
MELLITUS TIPO 2 NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UMA REVISÃO  
INTEGRATIVA**

**RECIFE  
2025**

**JÉSSICA MAISA RODRIGUES DA ROCHA**

**A INFLUÊNCIA DE NUTRICIONISTAS NO TRATAMENTO DA DIABETES  
MELLITUS TIPO 2 NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UMA REVISÃO  
INTEGRATIVA**

Monografia apresentada ao Curso de  
Graduação em Nutrição da  
Universidade Federal de Pernambuco  
como requisito para obtenção de grau  
de Nutricionista.

Área de concentração: Saúde Pública

Orientadora: Fernanda Cristina de Lima Pinto Tavares

**RECIFE**

**2025**

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Rocha, Jéssica Maisa Rodrigues da.

A influência de nutricionistas no tratamento da diabetes mellitus tipo 2 na  
Atenção Primária à Saúde: uma revisão integrativa / Jéssica Maisa Rodrigues da  
Rocha. - Recife, 2025.

40 p. : il.

Orientador(a): Fernanda Cristina de Lima Pinto Tavares  
(Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências da  
Saúde, Nutrição - Bacharelado, 2025.

Inclui referências.

1. Diabetes mellitus tipo 2. 2. Atenção Primária à Saúde. 3. Nutricionistas. 4.  
Educação alimentar e nutricional. I. Tavares, Fernanda Cristina de Lima Pinto.  
(Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

JÉSSICA MAISA RODRIGUES DA ROCHA

**A INFLUÊNCIA DE NUTRICIONISTAS NO TRATAMENTO DA DIABETES  
MELLITUS TIPO 2 NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UMA REVISÃO  
INTEGRATIVA**

Monografia apresentada ao Curso de  
Graduação em Nutrição do Centro de  
Ciências da Saúde da Universidade  
Federal de Pernambuco como requisito  
para obtenção de grau de Nutricionista.

Área de concentração: Saúde Pública

Aprovado em: 03/04/2025.

**BANCA EXAMINADORA**

\_\_\_\_\_  
Profº. Dr. Fernanda Cristina de Lima Pinto Tavares (Orientador)  
Universidade Federal de Pernambuco

\_\_\_\_\_  
Profº. Dr. Leopoldina Augusta Souza Sequeira de Andrade (Examinador Interno)  
Universidade Federal de Pernambuco

\_\_\_\_\_  
Profº. Dr. Maria da Conceição Chaves de Lemos (Examinador Interno)  
Universidade Federal de Pernambuco

Dedico este trabalho aos meus pais, meus maiores incentivadores. Sem vocês essa conquista não seria possível.

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus por ter me dado discernimento, sabedoria e força para trilhar este caminho.

À minha mãe, pelo amor incondicional, pelos valores que me transmitiu e pelo exemplo de empatia e busca constante por ser alguém melhor.

À meu pai, por todos os sacrifícios feitos para que eu pudesse chegar até aqui. Sua dedicação e esforço são partes essenciais dessa conquista.

À minha família, por todo amor e incentivo em cada etapa da minha jornada.

Às professoras Fernanda e Leopoldina, por toda a paciência, suporte e ensinamentos valiosos durante minha trajetória. Obrigada por acreditarem em mim e serem inspirações no meu percurso acadêmico.

À minha colega de sala de aula, e hoje, melhor amiga, Patricia Hanna. Obrigada por cada palavra de incentivo, por compartilhar comigo os desafios e as conquistas, por tornar os dias difíceis mais leves e os momentos felizes mais especiais. Sua amizade foi um pilar fundamental nesta jornada, e sou imensamente grata por ter você ao meu lado.

Aos professores do Curso de Nutrição, que contribuíram não apenas para minha formação acadêmico-científica, mas também para o meu crescimento pessoal, compartilhando conhecimentos que levarei para a vida.

E a todos os que, direta ou indiretamente, acreditaram no meu potencial e fizeram parte desta caminhada, muito obrigada.

## RESUMO

A diabetes mellitus tipo 2 é caracterizada pela persistência de níveis elevados de glicose no sangue devido a deficiências na produção de insulina e/ou na eficácia de sua ação. Dependendo da gravidade, ela pode ser controlada através da mudança no estilo de vida por meio da prática de atividade física regular, como também pelo planejamento alimentar individualizado, além do tratamento farmacológico. Dessa forma, essa revisão integrativa buscou compilar evidências científicas que embasam a importância da presença do nutricionista na atenção primária à saúde e seu impacto na adesão ao tratamento da doença nessa população, fator que interfere diretamente na qualidade de vida dos pacientes com esse prognóstico. A abordagem metodológica adotada se baseou na consulta às bases de dados Scielo, LILACS, PUBMED para sua fundamentação. Embora ainda exista a carência de nutricionistas nas Unidades Básicas de Saúde, a maior parte dos estudos indica que a adoção de um estilo de vida mais saudável, com o suporte desse profissional, contribui para a prevenção e a melhoria da adesão ao tratamento da Diabetes Mellitus tipo 2. Ademais, estratégias de terapia nutricional na atenção primária à saúde demonstram melhora no perfil metabólico. Com isso, o nutricionista desempenha um papel estratégico na Atenção Primária à Saúde, sendo essencial ampliar sua atuação nas políticas públicas de alimentação e nutrição no âmbito do Sistema Único de Saúde.

**Palavras-chave:** diabetes mellitus tipo 2, Atenção Primária à Saúde, nutricionistas, educação alimentar e nutricional.

## **ABSTRACT**

Type 2 diabetes mellitus is characterized by persistently high blood glucose levels due to deficiencies in insulin production and/or in the effectiveness of its action. Depending on the severity, it can be controlled through lifestyle changes through regular physical activity, as well as through individualized dietary planning, in addition to pharmacological treatment. Thus, this integrative review sought to compile scientific evidence that supports the importance of the presence of a nutritionist in primary health care and its impact on adherence to treatment of the disease in this population, a factor that directly interferes with the quality of life of patients with this prognosis. The methodological approach adopted was based on consultation of the Scielo, LILACS, and PUBMED databases for its foundation. Although there is still a shortage of nutritionists in Basic Health Units, most studies indicate that adopting a healthier lifestyle, with the support of this professional, contributes to the prevention and improvement of adherence to the treatment of Type 2 Diabetes Mellitus. Furthermore, nutritional therapy strategies in primary health care demonstrate improvements in the metabolic profile. Therefore, nutritionists play a strategic role in Primary Health Care, and it is essential to expand their role in public food and nutrition policies within the Unified Health System.

**Keywords:** type 2 diabetes mellitus, Primary Health Care, nutritionists, food and nutrition education.

## **LISTA DE ILUSTRAÇÕES**

Fluxograma 1 – Processo de busca, etapas de seleção e motivos de exclusão dos estudos selecionados para a revisão integrativa.

Quadro 1 - Caracterização dos artigos incluídos no estudo.

## LISTA DE ABREVIACÕES

AB	Atenção Básica
APS	Atenção Primária à Saúde
DASH	Dietary Approach To Stop Hypertension
DHAA	Direito Humano à Alimentação Adequada
DM	Diabetes Mellitus
DMG	Diabetes Mellitus Gestacional
DM1	Diabetes Mellitus Tipo 1
DM2	Diabetes Mellitus Tipo 2
DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
DCR	Doenças Cardiorrespiratórias
DCV	Doenças Cardiovasculares
e-Multi	Equipes Multiprofissionais
ESF	Estratégia de Saúde da Família
E1	Entrevistado 1
E5	Entrevistado 5
HA	Hipertensão Arterial
HAS	Hipertensão Arterial Sistêmica
HbA1c	Hemoglobina Glicada
LOSAN	Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional
NASF	Núcleos de Apoio à Saúde da Família
NASF-AB	Núcleos Ampliados de Saúde da Família e Atenção Básica

OMS	Organização Mundial de Saúde
OPAS	Organização PanAmericana de Saúde
PNAB	Política Nacional da Atenção Básica
PNAN	Política Nacional de Alimentação e Nutrição
PNPS	Política Nacional de Promoção à Saúde
PNSAN	Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
RAS	Redes de Atenção à Saúde
RI	Resistência à Insulina
SISAN	Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
SUS	Sistema Único de Saúde
TN	Terapia Nutricional
UBS	Unidade Básica de Saúde
UKDDQ	UK Diabetes and Diet Questionnaire

## SUMÁRIO

1	<b>INTRODUÇÃO</b>	12
2	<b>REVISÃO DE LITERATURA</b>	14
2.1	Diabetes Mellitus Tipo 2	14
2.2	Políticas e Programas de Alimentação e Nutrição	15
2.3	O Nutricionista na Atenção Primária à Saúde	17
3	<b>OBJETIVOS</b>	21
3.1	Objetivo Geral	21
3.2	Objetivos Específicos	21
4	<b>METODOLOGIA</b>	22
5	<b>RESULTADOS</b>	23
6	<b>DISCUSSÃO</b>	33
7	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	37
	<b>REFERÊNCIAS</b>	38

## 1 INTRODUÇÃO

Ao longo dos anos, a população brasileira vem passando por diversas transformações comportamentais, refletindo principalmente no padrão alimentar da população. Os aspectos mais significativos foram alterações no modo de produção, preparo e consumo dos alimentos, o que repercutiu sobre a transição demográfica, epidemiológica e nutricional no Brasil, nas quais o país passa pela diminuição das Doenças Transmissíveis e aumento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) que estão relacionadas com o estilo de vida (Barros et al., 2019).

As DCNTs são um conjunto de patologias não infecciosas como diabetes, doenças cardiovasculares (DCV), cânceres e doenças cardiorrespiratórias (DCR) que iniciam e evoluem lentamente. Apresentam múltiplas causas, como fatores genéticos, fisiológicos, ambientais e comportamentais. Essas patologias enquadram-se no grupo de doenças evitáveis e há estudos que demonstram que o Brasil está capacitado para reduzir os crescentes índices de mortalidade causados por esse grupo de doença (Malta et al., 2018).

A transição nutricional impacta o estilo de vida moderno, sendo uma das principais causas da epidemia de DCNT, a qual configura na mudança dos padrões alimentares, com a substituição gradativa de alimentos mais naturais e diversificados por ultraprocessados, ricos em açúcar, sódio e gorduras. Dessa forma, costumes atuais contribuem para surgimento e estabelecimento de hábitos de vida não saudáveis, como a alimentação inadequada, a qual altera o acúmulo de gordura corporal, facilitando o desenvolvimento de certas desordens metabólicas (Oliveira, 2020; Vieira, 2020).

As DCNT afetam diretamente na qualidade de vida, pois interferem no estilo de vida, limitando a capacidade produtiva do indivíduo acometido. De acordo com a Organização PanAmericana da Saúde (OPAS, 2019), das 57 milhões de mortes no mundo por causas diversas, 41 milhões (71% de todas as mortes no mundo) de vidas são perdidas a cada ano somente por DCNT e, no Brasil, o número chega perto de 1 milhão de mortes (Cruz et al., 2018).

Como grande parte dos fatores de risco para as DCNT são modificáveis, pois permeiam o estilo de vida do indivíduo, buscando enfrentar o crescimento das DCNT, diversas políticas públicas foram construídas contemplando, entre seus

objetivos, o fortalecimento das ações de alimentação e nutrição como primordial para promover, prevenir e recuperar a saúde (Silva et al., 2021).

O nutricionista é um profissional da saúde que visa, em sua profissão, promover, preservar e/ou reabilitar a saúde de maneira geral. Dentre as diversas possibilidades desse profissional, ressalta-se, para este estudo, sua importância na área de Saúde Coletiva. Nesse sentido, o nutricionista pode participar de programas e políticas públicas que envolvam a alimentação, atuar na vigilância em saúde e na atenção primária de saúde, esta última se destacando por ser abordada nesta pesquisa (CFN, 2018).

É importante ressaltar que a estratégia de tratamento das doenças crônicas, estabelecida pelo Ministério da Saúde, concentra-se na equipe de Atenção Primária à Saúde (APS), com uma estrutura que envolve a colaboração da administração do município e do Estado, sendo a Unidade Básica de Saúde o ponto de acesso primordial para indivíduos com diabetes no Sistema Único de Saúde (SUS) (SBD, 2023). No Brasil, a Atenção Primária à Saúde, que também é denominada Atenção Básica (AB), é orientada pela Política Nacional da Atenção Básica (PNAB), que estabelece diretrizes específicas para a oferta de serviços de Saúde no SUS.

A detecção precoce e o tratamento eficaz nos estágios iniciais da doença são essenciais para prevenir complicações crônicas e reduzir a necessidade de encaminhamento para especialistas, dada a escassez de profissionais para a grande população diabética. A assistência na Atenção Primária à Saúde deve ser multidisciplinar, visando garantir cuidados contínuos e abrangentes para pessoas com diabetes, que frequentemente têm outros fatores de risco, como excesso de peso, hipertensão e dislipidemia (SBD, 2023).

Constata-se, portanto, que a presença do nutricionista tem grande importância na prevenção e tratamento da Diabetes Mellitus tipo 2, visto que o acompanhamento nutricional individualizado, que visa o controle glicêmico e metabólico do paciente é imprescindível para a adesão ao tratamento e prevenção do desenvolvimento de complicações relacionadas à doença.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 Diabetes Mellitus Tipo 2

O diabetes mellitus (DM) é uma Doença Crônica Não Transmissível (DCNT) caracterizada pela persistência de níveis elevados de glicose no sangue devido a deficiências na produção de insulina e/ou na eficácia de sua ação. Devido às suas causas subjacentes, o diabetes mellitus pode ser classificado de várias formas, sendo os mais comuns o diabetes mellitus tipo 1 (DM1), o diabetes mellitus tipo 2 (DM2) e o diabetes gestacional (DMG) (SBD, 2022).

Entre eles, o DM2 é a forma mais comum, representando aproximadamente 90% dos casos, e costuma ser mais prevalente em adultos a partir da terceira década de vida. O diabetes mellitus tipo 2 resulta da perda progressiva da capacidade de produção de insulina, frequentemente associada à resistência à ação da insulina. Geralmente não apresenta sintomas evidentes, e sua incidência é mais alta em indivíduos com mais de 40 anos, que têm excesso de peso, levam um estilo de vida sedentário, têm padrões alimentares pouco saudáveis, e histórico familiar de diabetes (ADA, 2022).

O pâncreas é um órgão misto situado posteriormente aos órgãos abdominais e adjacente ao duodeno. Ele é responsável pelas enzimas digestivas que colaboram na quebra de alimentos em moléculas que o corpo consegue absorver. Além disso, a partir das células beta presentes no pâncreas, é produzido o hormônio insulina. Esse hormônio age facilitando a absorção do açúcar pelo corpo, tornando-o disponível para ser utilizado como energia ou armazenado sob a forma de gordura. No entanto, quando a produção de insulina é prejudicada, isso pode levar ao desenvolvimento da resistência à insulina (RI), resultando em uma alteração na coleta de glicose, o que por sua vez pode levar à falência das células beta do pâncreas (ADA, 2021).

O mau controle dos níveis de glicose em portadores da diabetes está associado ao surgimento de complicações metabólicas, tanto agudas quanto crônicas. Entre as complicações agudas mais comuns estão a hipoglicemia, a cetoacidose diabética e o estado hiperglicêmico hiperosmolar. Por outro lado, as complicações crônicas tendem a se desenvolver em estágios mais avançados da

doença e podem afetar os pequenos vasos sanguíneos, causando alterações microvasculares ou afetar artérias maiores, causando problemas macrovasculares (Papatheodorou et al, 2018). É importante destacar que o diabetes e suas complicações representam um problema significativo de saúde pública em todo o mundo, sendo uma das principais causas de morte prematura em todos os países (SBD, 2019).

De maneira geral, a orientação nutricional para essa condição deve ser baseada em uma alimentação equilibrada. Portanto, a Terapia Nutricional (TN) deve ter como objetivos principais atender às demandas nutricionais, alcançar os objetivos de controle de açúcar no sangue, atingir e manter um peso adequado, auxiliar na regulação da pressão arterial e dos níveis de gordura no sangue, desempenhando um papel na prevenção das complicações micro e macrovasculares relacionadas ao diabetes tipo 2. O manejo nutricional vai além da simples prescrição de dieta, ela também deve abordar os aspectos comportamentais, com foco no paciente como figura central no cuidado. Isso implica levar em consideração a motivação, as restrições e os recursos do indivíduo, buscando adaptar as orientações às suas preferências pessoais, em um processo de tomada de decisão colaborativa (SBD, 2022).

## **2.2 Políticas e Programas de Alimentação e Nutrição**

No Brasil, as políticas e iniciativas relacionadas à alimentação e nutrição tiveram início no século 20 quando a questão da alimentação como um direito humano começou a ser debatida. Ao longo de quase 90 anos, houve uma extensa discussão sobre como garantir uma alimentação saudável para todos, com esse movimento ganhando mais força após o estabelecimento do SUS na década de 90. A partir desse marco, a Lei Orgânica de Saúde, a Vigilância Nutricional e a promoção de orientações alimentares foram incorporadas ao SUS (Barros et al., 2019).

O direito à saúde e à alimentação no Brasil, são princípios consagrados pelos direitos humanos. A disponibilidade de uma alimentação adequada é um requisito essencial para fomentar e resguardar a saúde, representando um fator crucial para a

saúde tanto dos indivíduos como das comunidades. O tema da alimentação e nutrição foi amplamente discutido durante os debates relacionados à Reforma Sanitária e à criação do SUS (Jaime et al., 2018).

O Sistema Único de Saúde implementa diversas políticas com o objetivo de promover a saúde, prevenir doenças crônicas e melhorar a situação alimentar e nutricional no Brasil. Dentro deste conjunto de políticas, merecem destaque a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), a Política de Atenção Básica (PNAB), a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN) e a Política Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica (Brasil, 2017).

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição foi inaugurada como uma iniciativa de políticas públicas destinada a abordar a insegurança alimentar e nutricional da população brasileira. Sua primeira edição foi pioneira ao incorporar o debate sobre o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA). Essa abordagem fortaleceu ainda mais as discussões sobre o assunto, ganhando destaque na I Conferência Nacional de Alimentação e Nutrição (1986) e na I Conferência Nacional de Segurança Alimentar (1994). Com o passar dos anos várias políticas foram aprovadas, incluindo a promulgação da Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN) em 2006 e a criação do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) (Jaime et al., 2018).

A Política de Atenção Básica (PNAB) foi divulgada inicialmente em 2006 e passando por sua primeira revisão em 2011 e, posteriormente, por outra revisão em 2017. Esse documento estabelece diretrizes e normas para a organização da Atenção Básica de Saúde no Brasil. A Atenção Básica (AB) pode ser definida como um conjunto de iniciativas de saúde, tanto de natureza individual quanto coletiva, que têm como objetivo promover e proteger a saúde, além de reduzir danos e manter a saúde (Brasil, 2017).

A Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) foi fundada pelo Ministério da Saúde em 2006, sendo redefinida em 2014, e, em seguida, em 2018, trazendo o conceito ampliado de saúde, sendo a promoção da saúde caracterizada

como um conjunto de ações e estratégias para produzir saúde no âmbito individual ou coletivo.

Ainda, em 2006, foi fundado o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) pela Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN) (Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006), o qual tem a função de assegurar o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), tendo a gestão para o monitoramento e avaliação, no qual é usada a construção do Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Brasil, 2017).

### **2.3 O Nutricionista na Atenção Primária à Saúde**

A partir dos anos 70, o Brasil viveu uma série de transformações significativas no cenário da saúde e da doença. Novos estilos de vida, mudanças nos padrões alimentares, condições socioeconômicas, variáveis e fatores ambientais desenvolvidos para impactos negativos na saúde da população. Embora tenha ocorrido uma redução na desnutrição, houve um aumento nas doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Diante desse cenário, torna-se essencial a implementação de medidas que enfrentem esses desafios, sendo a Atenção Básica a principal porta de entrada da população nos serviços de saúde (Barros et al., 2019).

A alimentação desempenha um papel importante como fator protetor ou de risco em relação à grande parte das doenças e óbitos atualmente registrados. Portanto, a implementação de ações relacionadas à alimentação e nutrição na Atenção Primária à Saúde é considerada uma abordagem capaz de gerar resultados positivos na saúde de indivíduos, famílias e comunidades. Nesse contexto, o nutricionista que atua na Atenção Básica possui conhecimentos técnicos específicos para a situação epidemiológica vigente, sendo o profissional capacitado para desenvolver estratégias que abrangem aspectos da alimentação e cuidados nutricionais. Isso engloba a promoção da saúde, a prevenção de doenças, o tratamento, os cuidados e a assistência (CFN, 2015).

Os elevados índices de diagnóstico de doenças crônicas, especialmente o Diabetes Mellitus tipo 2, na população adulta brasileira estão intrinsecamente ligados

à falta de atividade física e ao consumo excessivo de alimentos ultraprocessados. Essa situação exerce uma influência significativa tanto no panorama da saúde pública quanto no progresso do país. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), o enfrentamento da obesidade constitui um dos desafios mais graves em termos de saúde pública no Brasil, com um aumento de 67,8% distribuído nos últimos treze anos. Nesse contexto, fica evidente que a atuação do nutricionista na Atenção Básica pode acarretar diversos benefícios, incluindo a redução dos custos públicos, já que uma contribuição significativa das despesas relacionadas ao tratamento do Diabetes Mellitus tipo 2 representa um ônus substancial para o financiamento do sistema de saúde (Silva et al., 2021).

As intervenções nutricionais realizadas na APS têm um impacto significativo na promoção de mudanças nos estilos de vida e nos padrões alimentares, contribuindo assim para a melhoria da saúde da população-alvo. Essas ações em Alimentação e Nutrição na APS são baseadas em uma abordagem interdisciplinar de cuidados de saúde, envolvendo não apenas nutricionistas, mas também outros profissionais de saúde. Com uma abordagem que abrange uma variedade de áreas, seja no nível individual ou comunitário, essas ações podem demonstrar maior eficácia (Ramalho et al., 2019).

Porém, ações isoladas de Nutrição podem resultar em estágios evitáveis nesse ponto focal da atenção à saúde. Em contrapartida, quando são estruturadas e integradas aos recursos da Atenção Primária à Saúde, as intervenções nutricionais possibilitam a expansão e o aprimoramento dos cuidados, facilitando assim o aumento da cobertura da APS nas Redes de Atenção à Saúde (RAS) e a melhoria dos indicadores (Machado et al., 2021).

Os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), estabelecidos em 2008 pelo Ministério da Saúde, colaboram estreitamente com as Equipes de Saúde da Família (ESF) na APS para ampliar a capacidade de resolver problemas de saúde comuns e expandir o escopo do cuidado. Além do nutricionista, eles reúnem profissionais de várias áreas, como assistente social, farmacêutico, fisioterapeuta, fonoaudiólogo, psicólogo, médico, entre outros. Com a revisão da PNAB em 2017, os NASF foram renomeados como Núcleos Ampliados de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB) (Nascimento; Cordeiro, 2019). Ao longo do governo

anterior, em 2019, as equipes NASF-AB foram excluídas das ações e do financiamento do Ministério da Saúde, acarretando em uma desassistência na Atenção Básica. No entanto, em 2023, surge a Portaria GM/MS nº 635. As equipes passaram a se chamar Equipes e-Multi, mudança acompanhada de aumento nos recursos destinados, além da introdução de mais tecnologia para otimizar o atendimento. Houve também a ampliação do território de atuação, bem como a inclusão de mais profissões e áreas de atuação (Brasil, Ministério da Saúde, 2023).

De acordo com a Portaria nº 154 de 2008, que estabeleceu a formação dos NASF, as ações relacionadas à Alimentação e Nutrição têm como propósito promover práticas alimentares saudáveis, com ênfase nos alimentos regionais, bem como facilitar o acesso a alimentos nutritivos e acessíveis. Além disso, essas ações visam fornecer assistência nutricional preventiva voltada para a saúde materno-infantil e o controle de doenças crônicas não transmissíveis (Borelli et al., 2015). Com as transições para as equipes E-multi previstas pela Portaria GM/MS nº 635 de 2023, houve uma ampliação das atribuições e atuação dos profissionais de nutrição, possibilitando um acompanhamento mais eficaz, com ações educativas, especialmente em áreas de maior vulnerabilidade social.

Grande parte das intervenções para pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2 é projetada para incentivar os participantes a compreender a relação entre sua dieta e os níveis de glicose no sangue, bem como para ensiná-los estratégias comportamentais para reduzir a glicemia. Alterar o comportamento da pessoa com diabetes requer motivação, aquisição de habilidades e apoio social, que são fundamentais para desenvolver a capacidade de autogerenciamento da glicemia (Lynch, 2015).

Fornecer informações precisas sobre a doença e promover uma alimentação saudável, é fundamental na prevenção e tratamento do Diabetes Mellitus, reduzindo impactos negativos na saúde e nos custos com saúde pública (Almeida & Veiga, 2020). Estudos revelam que em áreas onde se segue a dieta mediterrânea, o risco de desenvolver DM tipo 2 é consideravelmente baixo, devido ao alto consumo de alimentos vegetais ricos em fibras, com baixa densidade calórica e baixa carga glicêmica (Almeida & Oliveira, 2017).

De acordo com as normativas estabelecidas, a formação do nutricionista no Brasil segue um processo que visa o desenvolvimento de habilidades e competências necessárias para sua integração no sistema de saúde. Esse processo está alinhado com as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN), (Lei 9.496/1996) e regulamentado pela Resolução CFN 600/2018. Além disso, à luz do atual modelo de atenção à saúde, as diversas competências dos profissionais de nutrição justificam sua inclusão no Sistema Único de Saúde, especialmente nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), o que foi efetivado com a implementação dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família, e mais recentemente com as e-Multi. Isso confirma a relevância e a necessidade de ações voltadas para a prevenção e promoção da saúde (Alves; Luz; Tófoli, 2022).

Atualmente, o Ministério da Saúde tem implementado diversas estratégias visando a redução de hospitalizações e aprimoramento do tratamento na atenção básica, destacando-se o Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial (HA) e ao Diabetes Mellitus (DM). Esse plano inclui ações como reuniões mensais com enfoque educativo, estímulo à prática de atividades físicas, consultas médicas programadas e distribuição de medicamentos, com cada município desenvolvendo sua própria agenda de atividades para os inscritos no programa. O acompanhamento dos portadores de HA e/ou DM é realizado através do Sistema de Cadastramento e Acompanhamento de Hipertensos e Diabéticos (HIPERDIA), criado em 2002, que fornece informações aos profissionais e gestores de saúde.

### **3 OBJETIVOS**

#### **3.1 Objetivo Geral:**

Realizar uma revisão integrativa sobre a atuação do nutricionista na prevenção e na melhora do quadro de Diabetes Mellitus tipo 2 em usuários da Atenção Básica à Saúde.

#### **3.2 Objetivos Específicos:**

- Analisar a eficiência do método dietético para prevenção e controle da DM2.
- Destacar a importância do acompanhamento nutricional na prevenção e tratamento da doença.
- Identificar os desafios para a adesão ao tratamento nutricional.

## 4 METODOLOGIA

O recurso metodológico utilizado foi a revisão integrativa, que possui seis fases de elaboração. Dentre essas fases, estão: elaboração de pergunta norteadora; busca na literatura; coleta de dados; análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados encontrados e apresentação da revisão. Para guiar o estudo, definiu-se a seguinte questão norteadora: a presença de nutricionistas na Atenção Básica faz diferença no tratamento da Diabetes Mellitus tipo 2?

Após a definição da pergunta norteadora do estudo, foi realizada uma busca de artigos nas bases de dados PUBMED, SCIELO (Scientific Electronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), utilizando os descritores: diabetes mellitus tipo 2, Atenção Primária à Saúde, nutricionistas e educação alimentar e nutricional. O uso isolado ou a combinação dos descritores seguiu a lógica Booleana com a utilização dos operadores “and”, “or” e “not”, com o intuito de delimitar a temática objeto da revisão integrativa.

Dentre os critérios de inclusão de artigos no estudo figuram: artigos publicados no período de 2015 a 2024, nos idiomas português, inglês e espanhol. Além da pesquisa nas bases de dados, realizou-se uma busca alternativa de artigos a partir das referências bibliográficas relacionadas ao tema, que foram identificadas na leitura dos artigos previamente selecionados. Os critérios de exclusão considerados foram: ausência de resumo do artigo disponível nas bases de dados fontes da pesquisa bibliográfica e artigos que se encontravam fora do escopo de abrangência da temática do estudo.

Para facilitar a análise dos estudos selecionados, foi utilizada uma planilha de coleta de dados contendo: título do periódico, título do artigo, autores, país de origem do estudo, ano de publicação e idioma; objetivos, características metodológicas do estudo, resultados e conclusões.

## 5 RESULTADOS

Inicialmente, foram identificados 129 artigos por meio da pesquisa utilizando termos descritivos. Destes, após leitura dos títulos, restaram 20. Após a leitura dos resumos e aplicação dos critérios de exclusão, permaneceram 12 artigos que posteriormente foram lidos na íntegra e, destes, 8 foram selecionados. Em seguida, durante a fase de seleção, 4 artigos que atendiam os critérios de inclusão foram incluídos a partir das referências dos estudos previamente selecionados na busca (Fluxograma 1).

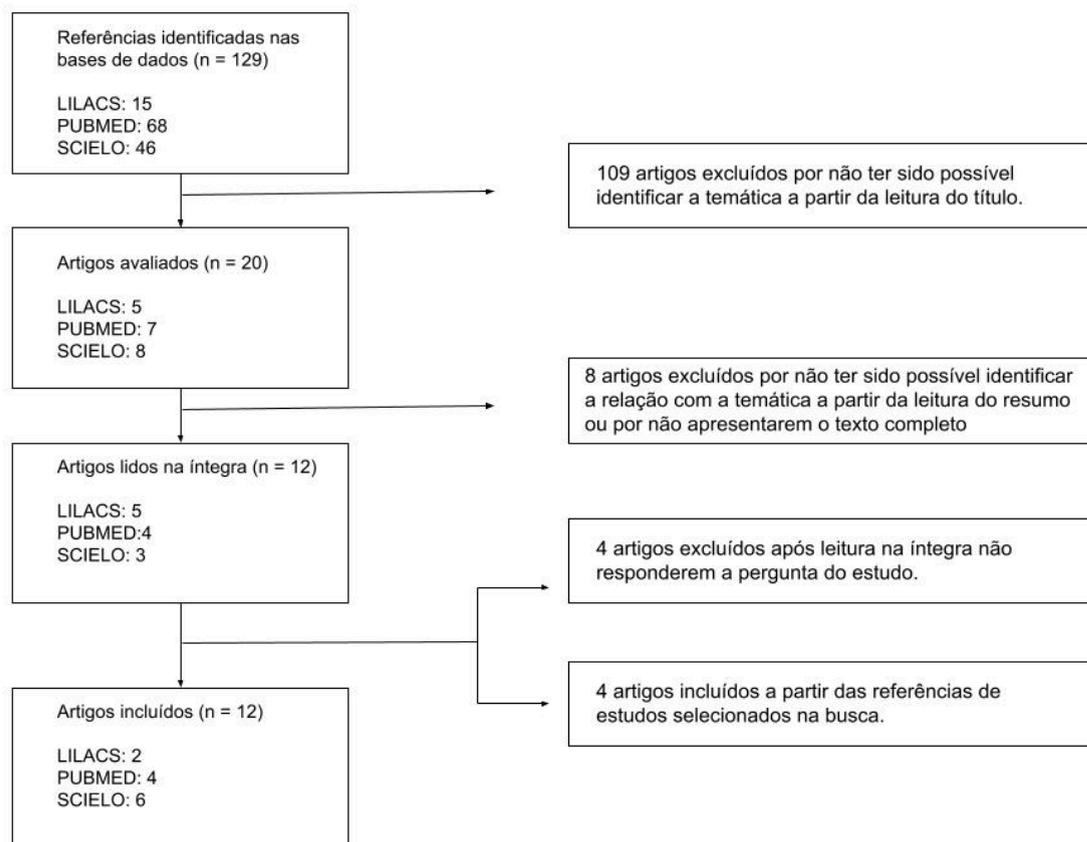


Figura 1 - Fluxograma de identificação e seleção dos estudos nas bases de dados.

Fonte: Elaborado pelo autor.

Os principais dados dos artigos de revisão estão disponíveis no Quadro 1, possibilitando as seguintes características dos artigos selecionados: título do periódico, título do artigo, ano de publicação, idioma, objetivo, delineamento, principais resultados e conclusões.

Os artigos foram publicados em revistas tanto nacionais quanto internacionais, abrangendo o período de 2016 a 2024, nos idiomas português (n=8) e inglês (n=4). Em sua maioria, a amostra dos estudos selecionados consiste em adultos, tanto com quanto sem diabetes mellitus tipo 2 e outras condições médicas associadas. Os objetivos dos artigos estão diretamente ligados à pergunta central de cada estudo.

Quanto à metodologia, os estudos escolhidos adotam uma abordagem diversificada, envolvendo aspectos quantitativos, qualitativos e descritivos. Isso ocorre devido à variedade de métodos avaliativos utilizados, que incluem exames bioquímicos e entrevistas para a coleta de dados relacionados à patologia, como hábitos alimentares, além de informações demográficas e antropométricas.

De maneira geral, os artigos mostram uma correlação, destacando a ligação entre uma dieta adequada e a patologia em estudo. Além disso, evidenciam a necessidade da população por orientações sobre alimentação, bem como os benefícios da presença do nutricionista na atenção básica, alcançando os objetivos de prevenção e melhora do quadro da diabetes mellitus entre os usuários do serviço.

**Quadro 1 - Caracterização dos artigos incluídos no estudo**

Título do periódico	Título do artigo	Ano	Idioma	Objetivos	Delineamento	Resultados	Conclusão
Endocrinologia, diabetes y nutrición	Padrão de comportamento alimentar e hemoglobina glicosilada em pessoas com diabetes tipo 2 no início e final de uma intervenção educativa.	2020	Inglês	Avaliar as mudanças no padrão de consumo alimentar e na hemoglobina glicosilada níveis em pacientes com diabetes tipo 2 após uma intervenção educativa.	Pessoas maiores de 18 anos com diabetes tipo 2 que receberam uma intervenção educacional em postos de saúde na Costa Rica. Foram coletadas informações sociodemográficas, bioquímicas e antropométricas. O controle glicêmico e o padrão de consumo alimentar foram avaliados. Os dados foram processados usando o SPSS. Foi utilizado um teste t de Student para amostras dependentes e um teste de McNemar para avaliar o impacto da intervenção.	O estudo com 702 pacientes com DM2, predominantemente mulheres, mostrou que uma intervenção educacional levou a uma significativa melhoria no controle glicêmico, com uma redução na hemoglobina glicosilada de 8,8% para 7,8%. Além disso, houve um aumento na adesão ao padrão alimentar. Pacientes com maior adesão tiveram melhor controle metabólico. Esses resultados destacam a eficácia da intervenção educacional.	A abordagem de intervenção educativa na terapia nutricional teve impacto positivo no padrão de consumo alimentar e nos níveis de hemoglobina glicosilada, mostrando que a terapêutica a educação faz parte do tratamento do diabetes para atingir os objetivos.
Acta Médica Portuguesa	Hábitos Alimentares de Pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2 em Portugal: Um Estudo	2024	Inglês	Identificar os principais erros nos hábitos alimentares de pessoas com diabetes mellitus tipo 2 em Portugal e avaliar suas associações com	Estudo multicêntrico transversal em uma amostra de pessoas com diabetes mellitus tipo 2 em Unidades de Atenção Primária à Saúde. O Questionário de Diabetes e Dieta do Reino Unido (UKDDQ) - traduzido e adaptado - foi aplicado de julho a outubro de 2022. Foram realizadas análises	Do total de 550 participantes, 52,2% eram mulheres, 68,3% tinham 65 anos ou mais, 55,8% tinham escolaridade até o quarto ano, 24,7% vivenciavam privação econômica, e o tempo médio desde o diagnóstico foi de $10,60 \pm 8,13$ anos. Apenas 33,6% da amostra tinha uma pontuação saudável no UKDDQ.	A maioria dos participantes não adotou hábitos alimentares saudáveis, destacando a necessidade de enfatizar o consumo de alimentos ricos em fibras. Ações educativas devem ser direcionadas especialmente para pacientes mais jovens e do sexo masculino.

	Transversal.			variáveis sociodemográficas.	estatísticas descritivas e inferenciais.	Menos da metade tinha hábitos saudáveis em itens como consumo de fibras e escolhas de gorduras. A idade mostrou uma correlação positiva fraca, mas significativa, com escolhas mais saudáveis de alimentos. Mulheres tendiam a ter hábitos mais saudáveis, especialmente em relação ao consumo de gorduras e fibras.	
International Journal of Environmental Research and Public Health	Eficácia das Estratégias de Terapia Nutricional para Pacientes com Diabetes Tipo 2 e/ou Hipertensão na Atenção Primária: Uma Revisão Sistemática e Meta-Análise	2022	Inglês	Avaliar a eficácia da TN no manejo de pacientes com DM2 e/ou hipertensão na atenção primária.	Os principais resultados nas bases foram sobre HbA1c, pressão arterial sistólica (PAS) e pressão arterial diastólica (PAD). Trinta e nove estudos foram incluídos, trinta sobre DM2 e nove sobre hipertensão.	Programas educacionais na atenção primária provavelmente reduzem a HbA1c em pacientes com DM2, com uma redução média de -0,37 em 27 estudos envolvendo 7437 pacientes, e de -0,54 em 2 estudos com 440 pacientes. Um estudo sobre a dieta mediterrânea para DM2 não encontrou diferenças entre os grupos. Programas educacionais e de aconselhamento provavelmente reduzem a pressão arterial diastólica em pacientes com hipertensão, com uma redução média de -1,79 em 9 estudos envolvendo 2840 pacientes, mas o efeito na pressão arterial sistólica permanece incerto devido	Estratégias de terapia nutricional (ou seja, programas educacionais/orientação e programas de substituição de alimentos) na atenção primária melhoraram a HbA1c em pacientes com DM2 e a PAD em indivíduos com hipertensão.

						ao risco de viés e imprecisão.	
Journal of Medical Internet Research	Ingestão Alimentar e Estado de Saúde de Pacientes Idosos com Diabetes Mellitus Tipo 2: Estudo Transversal Utilizando um Aplicativo Móvel na Atenção Primária	2021	Inglês	Avaliar a ingestão alimentar e o estado de saúde de pacientes idosos com diabetes mellitus tipo 2 (DM2) na atenção primária, (2) utilizar um aplicativo móvel como ferramenta para coleta e análise de dados no contexto da atenção primária e (3) verificar as percepções dos profissionais de saúde multidisciplinares sobre o uso do aplicativo.	Foi desenvolvido um aplicativo móvel com base no SISVAN do Brasil para coletar dados sobre a saúde e a ingestão alimentar de 154 idosos com diabetes tipo 2 em centros de atenção primária. Além de informações demográficas, antropométricas e bioquímicas, também foi coletado dados sobre o estilo de vida dos participantes. Foram testadas as associações entre a ingestão alimentar e outras variáveis usando testes qui-quadrado. Além disso, foi avaliado a usabilidade e a aceitação do aplicativo com 20 profissionais de saúde.	Entre agosto e dezembro de 2018, os participantes mostraram uma adesão satisfatória às diretrizes recomendadas para a ingestão de certos alimentos, como saladas cruas, frutas e produtos lácteos, mas não para feijão, leguminosas, vegetais cozidos e produtos de carne processados. Houve diferenças significativas na adesão às diretrizes entre participantes com diferentes características, como gênero, local de residência, histórico familiar de diabetes, atividade física, histórico de tabagismo e presença de doença coronariana. O aplicativo utilizado na coleta de dados recebeu avaliações positivas de usabilidade e aceitação por parte dos profissionais de saúde.	Foi identificado que a maioria dos participantes seguiu as diretrizes de ingestão recomendadas para 7 das 10 categorias nas diretrizes do SISVAN. No entanto, a maioria dos participantes estava com sobrepeso e apresentava distúrbios nutricionais e clínicos, o que justifica investigações adicionais nesta população. O aplicativo foi bem avaliado pelos profissionais de saúde e foi considerado uma ferramenta útil e promissora para coleta e análise de dados em configurações de atenção primária.
Revista de APS	Autocuidado em indivíduos com Diabetes	2018	Português	Conhecer as práticas construídas sobre autocuidado,	A pesquisa foi exploratória, descritiva e qualitativa, envolvendo indivíduos com Diabetes Mellitus tipo 2 que frequentavam Unidades de	A primeira categoria abordou as estratégias de enfrentamento e o autocuidado diário de pessoas com Diabetes	Este estudo revelou as complexidades enfrentadas por pessoas com Diabetes Mellitus tipo 2. A falta de adesão aos tratamentos propostos está

	Mellitus na Atenção Primária à Saúde: compreensão sobre o papel da alimentação			especialmente no que diz respeito à adesão e às escolhas terapêuticas relacionadas à alimentação de pessoas com Diabetes Mellitus tipo 2.	Estratégia de Saúde da Família. Utilizou-se a técnica de "Bola de Neve" para seleção dos participantes e entrevistas guiadas por roteiro como instrumento de pesquisa. A análise temática revelou três categorias principais: estratégias de enfrentamento e autocuidado, sentimentos e percepções após o diagnóstico, e o papel dos serviços de saúde no cuidado do diabetes tipo 2.	Mellitus tipo 2, incluindo suas escolhas alimentares e uso de medicamentos. Muitos lutam para seguir rigorosamente as orientações dos profissionais de saúde, o que reflete em uma dificuldade em controlar os impulsos alimentares. Há uma lacuna na comunicação entre os pacientes e os profissionais de saúde, e a adesão ao tratamento não deve ser apenas responsabilidade do paciente, mas também dos profissionais e serviços de saúde.	ligada ao conhecimento limitado sobre a doença. Muitas acreditam poder controlá-la apenas com medicação e escolhas alimentares específicas. No entanto, a falta de compreensão sobre a gravidade da condição pode levar a complicações graves e até mesmo à morte. Profissionais de saúde desempenham um papel crucial, mas há uma lacuna na educação sobre a doença. É importante ressaltar que todas as participantes do estudo não participaram de programas de educação em saúde, como o HiperDia.
Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento	Fatores que dificultam a adesão à terapia nutricional em indivíduos com diabetes mellitus tipo 2: uma revisão integrativa	2024	Português	Identificar os fatores que podem interferir na adesão de pacientes diabéticos tipo 2 ao tratamento nutricional.	Trata-se de uma revisão integrativa realizada entre fevereiro e maio de 2022, abrangendo artigos originais sobre adultos e/ou idosos com Diabetes Mellitus tipo 2, encontrados nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Science Direct. Os descritores utilizados foram adesão ao tratamento, terapia nutricional, diabetes mellitus tipo 2 e diabetes tipo 2	Após a análise, quatro artigos foram selecionados. Os principais fatores associados à não adesão ao tratamento dietético incluíram a falta de orientações sobre alimentação adequada, dificuldade de compreensão ou seguir as orientações recebidas, conforme relatado em três dos estudos analisados. Além disso, questões emocionais e problemas econômicos foram identificados como fatores limitantes para aderir adequadamente à dieta.	É necessário que os profissionais de saúde tenham conhecimento do perfil dos seus pacientes, levando em consideração suas características e particularidades, e que passem orientações utilizando uma linguagem clara e acessível ao público-alvo, a fim de que haja uma melhor condução e adesão ao tratamento.

<p>Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação -REASE</p>	<p>Efetividade do Programa HIPERDIA na Atenção Primária em Saúde: Uma Revisão de Literatura</p>	<p>2022</p>	<p>Português</p>	<p>Descrever a efetividade do programa HIPERDIA na atenção primária em saúde e apresentar sua importância diante da prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).</p>	<p>As buscas foram conduzidas em plataformas digitais como SCIELO, LILACS e diversas bibliotecas virtuais de revistas especializadas. Foram utilizados descritores em língua portuguesa e "and /or". Foram incluídas publicações em língua portuguesa, realizadas entre 2010 e 2020, que abordassem o tema em questão.</p>	<p>O estudo da literatura destaca o programa HIPERDIA como uma ferramenta eficaz para reduzir hospitalizações e garantir acompanhamento e tratamento adequados na atenção primária. A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é mais prevalente do que a diabetes mellitus (DM), devido às alterações associadas ao envelhecimento e maus hábitos alimentares. O controle da pressão arterial pelo programa tem obtido resultados satisfatórios, tanto com tratamentos medicamentosos quanto não medicamentosos.</p>	<p>Através do trabalho apresentado, pode-se observar que o programa HIPERDIA tem se tornado uma grande referência para a população que está em busca do autoconhecimento sobre a hipertensão e diabetes. a HAS e DM são controladas de formas adequadas e com multiprofissionais que são; nutricionistas, enfermeiros, médicos, educador físico e fisioterapeutas.</p>
<p>Brazilian Journal of Health View</p>	<p>Percepção da função do profissional nutricionista por parte dos usuários idosos da atenção primária</p>	<p>2021</p>	<p>Português</p>	<p>Identificar a percepção dos idosos sobre a importância do trabalho do nutricionista na atenção primária em uma unidade básica de saúde e se eles reconhecem essa atuação</p>	<p>Foram realizadas entrevistas semiestruturadas individualmente com usuários da Unidade Básica de Saúde Nímio Insfran, atendidos pela equipe da unidade. As entrevistas foram transcritas e realizou-se análise textual discursiva.</p>	<p>O estudo entrevistou 95 idosos residentes na área de abrangência da UBS Nímio Insfran do conjunto Universitário, Rio Branco – AC. O perfil sociodemográfico revelou que 68,4% eram mulheres e 66,3% eram idosos jovens. A maioria (89,5%) eram aposentados, 51,6% tinham companheiros e 65,3% tinham escolaridade abaixo de oito anos, enquanto 31,5% tinham mais de oito anos de</p>	<p>Observa-se neste trabalho que o nutricionista é quem possui conhecimentos capazes de melhorar o perfil nutricional dos idosos, respeitando suas mudanças fisiológicas e individualidades. E a falta deste profissional abre espaço para cuidados pouco resolutivos e superficiais da saúde do idoso frente à magnitude dos problemas alimentares apresentados atualmente e maiores custos à saúde pública.</p>

				como importante para a comunidade.		estudo. Cerca de 71,6% dos participantes afirmaram conhecer o profissional nutricionista, destacando em suas entrevistas a importância desse especialista. Dentre os relatos, destacam-se afirmações como: “É importante pra orientar e educar a se alimentar” (P57), como também “Importante, ajuda para orientar na dieta pra educar quem tem diabetes e pressão alta” (P90). Além disso, a presença de doenças crônicas foi observada em 51,6% dos entrevistados, sendo a hipertensão mais prevalente (49%), seguida pelo diabetes mellitus (5,3%). Por outro lado, 11% relataram ter ambas as doenças, enquanto 22,1% afirmaram não possuir nenhuma.	
Revista da Escola de Enfermagem da USP	Fatores associados ao controle glicêmico em pessoas com diabetes na	2016	Português	Identificar fatores associados ao controle glicêmico em pessoas com Diabetes Mellitus (DM) tipo 2 cadastradas	Estudo transversal que investigou as associações entre o controle glicêmico (hemoglobina A glicosilada menor ou maior que 7%) em pessoas com diabetes mellitus e diversas variáveis, incluindo condições sociodemográficas, hábitos	Estudo realizado com 746 pessoas com DM tipo 2 e 40 anos ou mais de idade, revelou que mais de 65% dos participantes apresentaram controle glicêmico inadequado, principalmente aqueles com idade menor, duração da doença mais longa, mais	A evolução do diabetes dificulta o controle adequado, todavia, a atenção às pessoas com DM mais jovens e os encaminhamentos para especialistas são fatores suscetíveis de melhora do controle glicêmico.

	Estratégia de Saúde da Família em Pernambuco			na Estratégia Saúde da Família (ESF) em Pernambuco, Brasil.	de vida, características do diabetes, tratamento e acompanhamento pelos serviços de saúde, usando regressão múltipla.	contatos anuais com a ESF e regime terapêutico complexo. Pessoas com DM sem encaminhamentos para especialistas apresentaram um maior descontrole glicêmico. Associações com escolaridade e obesidade não permaneceram significativas no modelo multivariado.	
Práticas e Cuidado: Revista de Saúde Coletiva	Associação entre manejo nutricional e obtenção de alvos terapêuticos de pacientes com diabetes mellitus tipo 2 atendidos na atenção primária à saúde	2022	Portugues	Analisar as características de pacientes com DM2 acompanhados por equipes ampliadas de saúde da família (EqASF) incluindo o nutricionista em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) no Sul do Brasil.	Estudo transversal realizado com a totalidade dos pacientes com DM2 atendidos por nutricionista em uma UBS entre janeiro de 2018 e dezembro de 2019. Foram incluídos os usuários que tinham acompanhamento individual por um período mínimo de três meses com profissional nutricionista e no mínimo duas aferições de exames bioquímicos de controle do diabetes. Dados da pesquisa obtidos em prontuários individuais.	Dos 142 pacientes atendidos, 64,1% eram idosos. Entre as comorbidades, 83,8% dos pacientes apresentavam Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e 67,9% risco para doença cardiovascular (DCV) elevado. No início do acompanhamento nutricional, a média ajustada e o erro padrão da glicemia de jejum foram 177,73 mg/dL (6,62) e da hemoglobina glicada (HbA1c) foram 8,48% (0,18), respectivamente. Após o período de acompanhamento, houve uma redução significativa nesses valores, para 151,89 mg/dL (11,19) para glicemia de jejum (p=0,017) e 7,76% (0,26) para HbA1c (p=0,001). Também foram	O acompanhamento nutricional pode auxiliar no controle glicêmico, bem como na redução do risco de complicações secundárias dos indivíduos com diabetes na Atenção Primária à Saúde

						observados níveis elevados de triglicerídeos e índices de risco para DCV no perfil lipídico dos pacientes.	
Revista Enfermag em UFPI	Orientação nutricional para prevenção do diabetes mellitus tipo 2 em comunidade rural: relato de experiência	2021	Português	Descrever a experiência vivenciada por meio da oferta de uma ação de orientação nutricional para prevenção do diabetes mellitus tipo 2 em uma comunidade rural.	Relato de experiência de uma ação de orientação nutricional realizada em uma comunidade rural do Rio Grande do Norte. Para execução da ação, seguiu-se o fluxo: recepção e acolhimento dos usuários; triagem e explicação dos serviços que seriam ofertados; anamnese e avaliação de saúde pela equipe multiprofissional e orientações nutricionais, conforme a necessidade dos participantes.	Dos 18 indivíduos que realizaram o teste de glicemia em jejum, seis apresentaram alterações glicêmicas significativas, sendo estes direcionados para a orientação nutricional individual para uma conduta mais específica. As orientações foram realizadas de forma objetiva e acessível por uma nutricionista, que explicou o que deveria ser evitado e o que escolher dentro da alimentação.	A experiência foi relevante para os usuários e a equipe de saúde local, que obteve um reforço no mapeamento de casos de doenças crônicas que agem, muitas vezes, de forma silenciosa. Também foi identificada a necessidade de um nutricionista para a continuidade da assistência.
Revista Brasileira de Enfermag em	Qualidade da assistência à saúde na Atenção Primária: perspectiva de pessoas com Diabetes Mellitus	2023	Português	Identificar como as pessoas com diabetes avaliam o cuidado oferecido pelas equipes de Atenção Básica.	Estudo seccional, realizado a partir de entrevistas estruturadas com aplicação do instrumento Patient Assessment of Chronic Illness a pessoas com Diabetes Mellitus 2. Os dados foram submetidos à análise estatística.	Participaram do estudo 451 indivíduos, sendo mais da metade com 60 anos ou mais (64,0%); 63,9% tinham diagnóstico há mais de cinco anos; e 23,9% faziam uso de insulina. O escore médio obtido foi de 2,5, o que indicou pouco envolvimento no autocuidado e baixo suporte ao cuidado da condição crônica por parte da equipe da ESF, e foi maior entre as mulheres e pessoas com companheiro(a).	As pessoas com diabetes consideram que não recebem tratamento individualizado, com diálogo e discussão para o estabelecimento de metas, e que não são preparados para a autogestão da condição de saúde.

## 6 DISCUSSÃO

O diabetes mellitus representa uma significativa preocupação de saúde pública global, com números alarmantes que evidenciam sua crescente prevalência e impacto socioeconômico. Segundo dados recentes da Organização Mundial da Saúde (OMS), que foi publicada no Relatório Mundial de Diabetes de 2021, estima-se que mais de 400 milhões de pessoas vivem com diabetes em todo o mundo, número que tende a aumentar devido ao envelhecimento da população, mudanças nos estilos de vida e fatores genéticos.

Uma pesquisa realizada por Souza, Oliveira e Ribeiro (2018) revelou, por meio de entrevistas com pacientes de uma Unidade Básica de Saúde, que o diagnóstico da DM2 ocorre, na maioria dos casos, por médicos em hospitais ou unidades de saúde. No entanto, foi observado que, apesar das orientações gerais sobre a necessidade de mudanças alimentares, muitas vezes não há uma explicação mais detalhada sobre os motivos e a importância das adaptações para o controle da doença. Nesse contexto, o nutricionista desempenha um papel essencial ao traduzir o conhecimento técnico em orientações acessíveis e individualizadas, esclarecendo os porquês e como realizar tais mudanças. O relato de uma das entrevistadas ilustra essa lacuna na comunicação: “Não, ele só disse assim pra mim: - A senhora tá com diabetes, pega os exames e leva no posto.” (E5). “Não, ele não explicou só disse pra evitar [...] eu vou te receitar o remédio e você pega no posto.” (E1). A falta dessa informação mais aprofundada dificulta a adoção dos hábitos saudáveis, evidenciando a necessidade da intervenção de um profissional adequado como o nutricionista.

Segundo Pucci et al. (2018), os profissionais de saúde têm um papel crucial na compreensão da doença pelo paciente, sendo o serviço de saúde o ponto central onde ocorrem os encontros, interlocuções e esclarecimentos necessários para a formação de vínculos e o sucesso do tratamento. A estruturação de um serviço de saúde multiprofissional e comprometido é vital para alertar sobre a gravidade do diabetes e para garantir que os pacientes estejam bem informados sobre os riscos de um controle inadequado da doença, o que pode ter consequências fatais. As orientações fornecidas pelos profissionais de saúde funcionam como normas que guiam o comportamento do paciente, destacando a importância de uma

comunicação eficaz e do trabalho em equipe para melhorar os resultados de saúde dos indivíduos com diabetes.

A abordagem de intervenção educativa na terapia nutricional demonstrou um impacto positivo significativo tanto no padrão de consumo alimentar quanto nos níveis de hemoglobina glicada, conforme evidenciado por uma revisão sistemática recente realizada por Cunha (2020). Esta revisão engloba diversos tipos de intervenções em programas de terapia nutricional realizados em ambientes de atenção primária, com foco principal na promoção de uma alimentação saudável ao longo de um período mínimo de quatro meses. As estratégias nutricionais adotadas foram complementares ao tratamento farmacológico regular para diabetes tipo 2 e/ou hipertensão, abrangendo desde programas educacionais e de aconselhamento sobre recomendações nutricionais até dietas específicas como a mediterrânea, DASH, pobre em carboidratos, vegetariana, de baixo índice glicêmico e rico em proteínas. Os resultados da revisão indicaram que essas intervenções não apenas melhoraram os hábitos alimentares dos participantes, incentivando a redução de calorias e gordura dietética, mas também voltadas para a adoção de comportamentos saudáveis de estilo de vida. Além disso, observou-se uma redução consistente nos níveis de hemoglobina glicada, refletindo um melhor controle metabólico entre os pacientes submetidos aos programas de terapia nutricional.

O estudo conduzido por Pasini et al. (2022) comprova a relevância do acompanhamento nutricional no manejo da diabetes mellitus tipo 2, ao evidenciar melhorias expressivas nos indicadores bioquímicos dos pacientes submetidos a essa intervenção. Dentre aqueles que receberam acompanhamento individualizado por um período mínimo de três meses, observou-se uma redução na glicemia de jejum média, de 177,73 mg/dL para 151,89 mg/dL, bem como na hemoglobina glicada (HbA1c), de 8,48% para 7,76%. Esses achados reafirmam a eficácia das estratégias dietéticas na modulação do controle glicêmico. Além disso, a elevada prevalência de comorbidades associadas, como HAS e risco aumentado para DCV, ressalta a necessidade de uma abordagem multidisciplinar na atenção primária à saúde. Nesse contexto, o papel dos nutricionistas torna-se fundamental na promoção da adesão terapêutica, contribuindo para a prevenção de complicações metabólicas e para a melhoria da qualidade de vida dos portadores da diabetes.

Ademais, é necessário destacar que barreiras culturais e psicossociais também impactam diretamente as escolhas alimentares. Rodrigues et al. (2024), apontam que os principais fatores associados à não adesão ao tratamento dietético incluem a falta de orientações específicas sobre alimentação e dificuldades na compreensão ou seguimento das instruções. Além disso, questões emocionais e problemas econômicos emergem como barreiras importantes à adesão alimentar. Em consonância com esses achados, o estudo transversal realizado por Rodriguez et al. (2024), com 550 participantes, revelou que 55,8% tinham escolaridade até o quarto ano e 24,7% vivenciavam privação econômica. O tempo médio desde o diagnóstico foi de  $10,60 \pm 8,13$  anos, evidenciando a necessidade de acompanhamento contínuo para a melhora dos hábitos alimentares, pois apenas 33,6% dos participantes atingiram uma pontuação saudável no UKDDQ e menos da metade consumia fibras e gorduras adequadamente, refletindo deficiências na qualidade da alimentação. Diante desses achados, torna-se essencial de intervenções nutricionais direcionadas para maior adesão às recomendações dietéticas.

De acordo com o relato de experiência de Souza (2016), na cidade do Rio Grande no Norte, é possível mencionar a importância do nutricionista na atenção básica, com uma atuação baseada nos princípios básicos da nutrição (qualidade, quantidade, harmonia e adequação) fundamentada por Pedro Escudero, por meio de ações de educação alimentar e nutricional aplicada em uma comunidade da zona rural. A ação incluiu a apresentação dos “10 passos para uma alimentação saudável”, além disso, foi realizado o teste de glicemia capilar, onde 06 dos 18 pacientes apresentaram glicemia  $>100$  mg, os quais foram encaminhados para uma consulta nutricional específica, recebendo orientações do que deviam ou não evitar, buscando maior autonomia para o paciente. Este relato reforça a relevância das ações de educação alimentar e nutricional para a promoção do autoconhecimento da doença para o paciente, concluindo assim, um vínculo de confiança entre nutricionista-paciente. Essa iniciativa teve impacto significativo na comunidade e na equipe de saúde, auxiliando na identificação de doenças crônicas, que frequentemente se desenvolvem de forma silenciosa.

Por meio da revisão da literatura, conduzida por Rodrigues da Silva et al. (2022), observa-se que o programa HIPERDIA tem se consolidado como uma referência essencial para a população em busca de autoconhecimento sobre hipertensão e diabetes. Esse programa prioriza ações de prevenção, promoção e recuperação da saúde de forma integral e contínua, contribuindo significativamente para a diminuição dos casos de Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM). Com informações e participação nas reuniões, os participantes conseguem compreender melhor suas condições de saúde e o funcionamento do tratamento, o que visa a melhoria do quadro clínico e a prevenção de agravamentos futuros.

Ademais, o cuidado ao paciente portador da diabetes exige uma abordagem multiprofissional, pois questões socioeconômicas, emocionais e comportamentais influenciam diretamente no tratamento e na adesão às recomendações nutricionais. Dessa forma, além do nutricionista, é fundamental que a equipe de saúde trabalhe de maneira integrada, esclarecendo a população sobre o manejo da doença e suas complicações. Como a diabetes mellitus tipo 2 é uma condição crônica que exige acompanhamento contínuo, não basta apenas a realização de ações educativas; é necessário um suporte completo e sistemático da equipe multiprofissional para promover o autocuidado e melhorar os desfechos clínicos dos pacientes. Nesse contexto, torna-se essencial uma melhor organização da relação entre número de profissionais e usuários, bem como o fortalecimento do matriciamento entre as equipes, garantindo uma assistência interprofissional mais eficaz e qualificada.

Apesar da importância do nutricionista na Atenção Primária à Saúde (APS), sua atuação ainda enfrenta desafios, como a escassez da presença desse profissional, mesmo com a criação do Núcleo Ampliado de Saúde da Família (NASF) e das equipes multiprofissionais (e-Multi) possibilitando a inserção do nutricionista nas APS. Ainda assim, é importante exigir melhorias na organização e na distribuição desses profissionais para atender adequadamente à demanda da população.

## 7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa abordou a importância da presença do nutricionista na Atenção Primária à Saúde, evidenciando seu papel fundamental na promoção da adesão ao tratamento dietético e melhoria da qualidade de vida dos pacientes. A elevada prevalência de indivíduos com diabetes descompensada levanta questões importantes, especialmente quanto à ausência de profissionais especializados nas UBS e aos diversos desafios enfrentados pelos pacientes no manejo da doença.

Os resultados da pesquisa bibliográfica apresentaram evidências consistentes que sustentam a hipótese formulada, demonstrando que a atuação dos nutricionistas, por meio de intervenções e orientações alimentares, é essencial para a redução das complicações da Diabetes Mellitus tipo 2. A presença desses profissionais não só contribui para a adesão ao tratamento e a promoção de hábitos alimentares saudáveis, mas também está associada à melhora de indicadores metabólicos, como os níveis de hemoglobina glicada (Hb1Ac).

Diante das evidências apresentadas, fica claro que a atuação dos nutricionistas na atenção primária à saúde é um fator determinante para a adesão ao tratamento da Diabetes Mellitus tipo 2. No entanto, existem desafios a serem superados, como a escassez desses profissionais nas Unidades Básicas de Saúde e as barreiras enfrentadas pelos pacientes para seguir as recomendações nutricionais. Nesse sentido, é fundamental que políticas públicas ampliem a presença e o acesso a esse suporte especializado, garantindo um acompanhamento contínuo e eficaz.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Mariana; OLIVEIRA, Andreia. Padrão Alimentar Mediterrâneo e Atlântico-uma abordagem às suas características-chave e efeitos na saúde. **Acta Portuguesa de Nutrição**, v. 11, p. 22-28, 2017.

ALMEIDA, Cristina Vaz de; VEIGA, Ana. Literacia em saúde e capacitação do idoso na prevenção da diabetes mellitus tipo 2 em contexto comunitário. **JIM-Jornal de Investigação Médica**, v. 1, n. 2, p. 006-021, 2020.

ALVES, Cristina Garcia Lopes; LUZ, Verônica Gronau; TÓFOLI, Luís Fernando. Competências do nutricionista para a Atenção Primária à Saúde. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 32, p. e320304, 2022.

AMERICAN DIABETES ASSOCIATION. Introduction: Standards of medical care in diabetes—2022. **Diabetes care**, v. 45, n. Supplement\_1, p. S1-S2, 2022.

AMERICAN DIABETES ASSOCIATION. **Diabetes Overview**: the path to understanding diabetes starts here. The path to understanding diabetes starts here. Disponível em: <https://www.diabetes.org/diabetes>. Acesso em: 09 set. 2023.

ARAYA, Marlene Roselló; PADILLA, Sonia Guzman. Feeding behavior pattern and glycosylated hemoglobin in people with type 2 diabetes at the beginning and end of an educational intervention. **Endocrinol Diabetes Nutr (Engl Ed)**. 2020 Mar;67(3):155-163. English, Spanish. doi: 10.1016/j.endinu.2019.07.007.

BARROS, Dayane Melo de et al. A atuação e importância do nutricionista no âmbito da saúde pública / Nutritionist 's role and importance in public health. **Brazilian Journal of Development**, v. 5, n. 10, p. 17715-17728, 2019.

BORELLI, Marina et al. A inserção do nutricionista na Atenção Básica: uma proposta para o matriciamento da atenção nutricional. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 2765-2778, 2015.

BRASIL. Gestão Municipal das Políticas de Alimentação e Nutrição e de Promoção da Saúde na Atenção Básica, **Ministério da saúde**, 38p, 2017.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Portaria nº 635, de 12 de Maio de 2023. Institui as Equipes e-Multi no âmbito da Atenção Primária à Saúde. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 12 de Maio de 2023. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-gm/ms-n-635-de-22-de-maio-de-2023-484773799>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos Não Transmissíveis no Brasil, 2021-2030**. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022\\_2030.pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf). Acesso em: 6 fev. 2025.

CFN - CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. O Papel do Nutricionista na Atenção Primária à Saúde. Brasília: **CFN**, 2015.

CFN - CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. **Definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições** - Resolução CFN N° 600/2018.

Acesso em: 10 set. 2023. Disponível em:

[https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2019/06/Oficina\\_Resol\\_CFN\\_Res\\_CFN-n\\_600\\_2018\\_desafios.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2019/06/Oficina_Resol_CFN_Res_CFN-n_600_2018_desafios.pdf)

DOURADO, Blenda Onorato de Lima; MANCIN, Wynnne Thalita de Araujo Lima; CAMPOS, Katia Fernanda Constancia Ferrão. Percepção da função do profissional nutricionista por parte dos usuários idosos da atenção primária/Perception of the function of the nutritionist professional by elderly users of primary care. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 4, n. 4, p. 16962–16984, 2021. DOI:

10.34119/bjhrv4n4-203. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/34206>. Acesso em: 7 nov. 2024.

EMADIAN, Amir; ENGLAND, Clare Y; THOMPSON, Janice L. Dietary intake and factors influencing eating behaviours in overweight and obese South Asian men living in the UK: mixed method study. **BMJ Open**. 2017 Jul 20;7(7):e016919. doi: 10.1136/bmjopen-2017-016919.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE DIABETES. **Atlas de Diabetes da IDF**. 10. ed. Bruxelas: Federação Internacional de Diabetes, 2021. Disponível em: <https://diabetesatlas.org/>. Acesso em: 06 nov 2024.

FREITAS, Pollyanna Evelyn Ferreira; COSTA, Josiane Moreira; NUNES, Ciomara Maria Pérez. Implantação de um serviço sobre orientação de insulina na transição do cuidado: contribuições para o autocuidado. **Revista de APS**, v. 22, n. 1, 2019.

GALENDI, Julia Simões Corrêa *et al.* Effectiveness of Strategies for Nutritional Therapy for Patients with Type 2 Diabetes and/or Hypertension in Primary Care: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Int J Environ Res Public Health**. 2022 Apr 2;19(7):4243. doi: 10.3390/ijerph19074243.

JAIME, Patrícia Constante *et al.* Um olhar sobre a agenda de alimentação e nutrição nos trinta anos do Sistema Único de Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 6, p. 1829-1836, 2018.

LIMA, Rodrigo Fonseca *et al.* Factors associated with glycemic control in people with diabetes at the Family Health Strategy in Pernambuco. **Rev Esc Enferm USP**. 2016 Nov-Dec;50(6):937-945. English, Portuguese. doi: 10.1590/S0080-623420160000700009.

LYNCH, B. E., *et al.* Design of the Lifestyle Improvement through Food and Exercise (LIFE) study: A randomized controlled trial of self-management of type 2 diabetes among African American patients from safety net health centers. **National Institutes of health**, Chicago, 2014.

MACHADO, Patrícia Maria de Oliveira; LACERDA, Josimari Telino; COLUSSI, Claudia Flemming; CALVO, Maria Cristina Marino. Estrutura e processo de trabalho

para as ações de alimentação e nutrição na Atenção Primária à Saúde no Brasil, 2014. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 30, n. 2, e2020635, 2021.

NASCIMENTO, Arthur Grangeiro do; CORDEIRO, Joselma Cavalcanti. Núcleo ampliado de saúde da família e atenção básica: análise do processo de trabalho. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 17, 2019.

PALASSON, Rosilene Rocha et al. Qualidade da assistência à saúde na Atenção Primária: perspectiva de pessoas com Diabetes Mellitus. **Rev Bras Enferm.** 2023;76(5):e20230008

PAPATHEODOROU, Konstantinos et al. Complications of diabetes 2017. **Journal of diabetes research**, v. 2018, 2018.

PASINI, Isadora Staggemeier; BERBIGIER, Marina Carvalho; SCHUCH, Ilaine. Associação entre manejo nutricional e obtenção de alvos terapêuticos de pacientes com diabetes mellitus tipo 2 atendidos na atenção primária à saúde. **Práticas e Cuidado: Revista de Saúde Coletiva**, Salvador, v.3, n.e13164, p.1-19, 2022.

PUCCI, Vanessa Rodrigues et al. O autocuidado em indivíduos com Diabetes Mellitus na Atenção Primária à Saúde: Compreensão sobre o papel da alimentação. **Revista de APS**: v. 21, n. 3, 2018.

RODRIGUES, Emilia de Sousa et al. Fatores que dificultam a adesão a terapia nutricional em indivíduos com diabetes mellitus tipo 2: uma revisão integrativa. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 18, n. 112, p. 143-151, 21 jan. 2024.

RODRIGUEZ, Beatriz Correia et. al. Hábitos Alimentares das Pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2 em Portugal: Um Estudo Transversal [Eating Habits of People with Type 2 Diabetes Mellitus in Portugal: A Cross-Sectional Study]. **Acta Med Port.** 2024 Jan 3;37(1):27-35. Portuguese. doi: 10.20344/amp.19738. Epub 2024 Jan 3. PMID: 38183233.

SILVA, Alanna Gomes da et al. Monitoramento e projeções das metas de fatores de risco e proteção para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis nas capitais brasileiras. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 1193-1206, 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. **Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes**: Tratamento do diabetes mellitus tipo 2 no SUS. Disponível em: <https://diretriz.diabetes.org.br> Acesso em: 20 set. 2023.

SOUZA, Jaionara Almeida de; LIMA, Angelica de Godoy Torres; CORDEIRO, Jessica Kelly Ramos. Orientação nutricional para rientação nutricional para prevenção do diabetes mellitus tipo 2 em comunidade rural: relato de experiência. **Rev. Enfermagem UFPI.** 11(1): e2733, 2022-12-31.