



A IMPORTÂNCIA DO INCENTIVO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

NAYARA FERNANDES MENDONÇA; MARIA EDUARDA PROFIRIO BRAGA; VANESSA DA SILVA MOREIRA TEIXEIRA; CAMILA AFONSO BRUNO

Introdução: O Programa de promoção da saúde, através do estímulo à alimentação saudável, desempenha um papel crucial nas Unidades Básicas de Saúde. Este, não apenas orienta escolhas alimentares, mas visa instaurar hábitos nutricionais benéficos, contribuindo para a melhoria da saúde da população brasileira. **Objetivos:** Explorar a importância desta estratégia, destacando como a integração do incentivo à alimentação saudável na rotina da Atenção Primária mostra-se determinante para prevenção de doenças e promoção de saúde. **Metodologia:** Estudo de revisão literária com base em artigos científicos publicados nas bases de dados BVS e SciELO. Selecionando publicações científicas dos últimos 5 anos, na língua portuguesa, utilizando os descritores “alimentação saudável”, “Brasil”, “promoção à saúde” e “sistema único de saúde”. Critérios de exclusão: artigos não relacionados ao tema alvo ou relativos à alimentação saudável fora do Brasil. Critérios de inclusão: alimentação saudável e promoção de saúde. Analisou-se 6 artigos ao total. **Resultados:** Observa-se que, em média 50% da população adulta brasileira apresenta excesso de peso, devido, principalmente, uma alimentação inadequada, que corrobora para morbidades e mortalidade, com destaque para Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT), como obesidade, hipertensão e Diabetes Mellitus. Nesse cenário, estudos evidenciam um elevado percentual de encaminhamento de usuários com obesidade, para a atenção especializada, o que indica que o tratamento e cuidado dessas pessoas na Atenção Primária à Saúde - porta preferencial de acesso dos indivíduos ao sistema de saúde, ainda é um empecilho. Destaca-se que a APS, é responsável por altos índices de resolutividade dos problemas, oferecendo ações, como vigilância alimentar e nutricional, promoção da alimentação adequada e saudável e prevenção das carências nutricionais. Porém, a baixa qualificação dos profissionais, no que diz respeito a orientações sobre alimentação adequada e a sensibilização do acolhimento de pessoas com excesso de peso, somado à falta de diálogo destes para com os pacientes, corrobora para a desvalorização da doença alvo. **Conclusão:** Os dados recolhidos ressaltam que, o Programa de Promoção da Saúde é uma estratégia essencial no fortalecimento do incentivo à alimentação saudável nas Unidades Básicas de Saúde pois além de orientar escolhas alimentares e promover hábitos nutricionais benéficos, visa a redução de doenças crônicas.

Palavras-chave: Alimentação saudável, Brasil, Promoção à saúde, Sistema único de saúde, Unidade básica de saúde.