



A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COMO FORMA DE REDUZIR AS COMPLICAÇÕES DO DIABETES MELLITUS

SAMIRA BATISTA DE PAULA; JOÃO PEDRO DE LIMA MARCELINO; ANA LOUISE SAMPAIO SOUSA; MARIA EDILANIA DA SILVA PEREIRA; JÉSSICA MARCO PEREIRA DA CUNHA DUARTE

Introdução: O diabetes mellitus (DM) é uma doença crônica multifatorial e de alta prevalência, sendo um dos principais problemas de saúde pública atualmente. Pela característica crônica e progressiva da doença, o DM necessita de cuidados individualizados que envolvem a modificação do estilo de vida, sendo a melhora dos hábitos alimentares grande aliada para prevenção de complicações. **Objetivos:** Avaliar as ações de educação nutricional como forma de reduzir as complicações do DM em pacientes na Atenção Primária à Saúde. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão bibliográfica qualitativa. A busca ocorreu em fevereiro de 2024 nas bases de dados Biblioteca Virtual de Saúde - BVS e Scientific Electronic Library Online - SciELO. Foram utilizados os descritores “Atenção Primária à Saúde/ Primary Health Care”; “diabetes mellitus/ diabetes mellitus”; “dieta/diet”, “educação nutricional/ Food education”; “Nutrição/ Nutrition” associados ao operador booleano “AND”. Foram incluídos estudos em português, publicados nos últimos cinco anos e excluídos os artigos duplicados e revisões. **Resultados:** Constatou-se que a educação nutricional na Atenção Primária à Saúde é a ferramenta de intervenção mais utilizada pelo seu baixo custo e de grande potencial terapêutico, porém, muitos pacientes têm dificuldade de aderir as dietas propostas para tratamento sob a alegação de não serem fáceis de seguir. Observou-se que a educação nutricional promove alterações de hábitos diários sendo capaz de promover mudanças significativas no controle glicêmico e diminuição das complicações. Além disso, é capaz de fornecer subsídios para que a população assistida sinta-se responsável pela sua saúde, fortalecendo a cidadania através de escolhas alimentares adequadas, valorizando a cultura do povo como fatores importantes para adoção de hábitos alimentares saudáveis. **Conclusão:** Portanto, a educação nutricional realizada na Atenção Primária à Saúde impacta positivamente a saúde dos indivíduos atendidos, entretanto, a adesão aos hábitos alimentares saudáveis é um desafio a ser enfrentado.

Palavras-chave: Atenção primária à saúde, Diabetes mellitus, Dieta, Educação nutricional, Nutrição.