

OBESIDADE: DESAFIOS DE INTERVENÇÃO NUTRICIONAL NA ERA DOS ULTRAPROCESSADOS

Gabrielly Vitória Ribeiro DUARTE*
Isadora Ribeiro BITTENCOURT**
Samara Aparecida Ferreira dos SANTOS***
Elaine Doro Mardegan COSTA****
Letícia Bertoldi SANCHES*****

RESUMO

Introdução: A obesidade é um dos principais problemas de saúde pública no Brasil e no mundo, sendo influenciada por diversos fatores sociais, econômicos e comportamentais. Com o avanço da industrialização, o consumo de produtos ultraprocessados aumentou consideravelmente, tornando-se um fator importante no desenvolvimento da obesidade. Esses alimentos estão diretamente associados ao ganho de peso e a doenças crônicas não transmissíveis. Diante disso, este estudo justifica-se pela necessidade urgente de compreender os desafios enfrentados na intervenção nutricional nesse contexto alimentar atual, buscando estratégias mais eficazes na promoção da saúde e prevenção da obesidade. **Objetivo:** Analisar os desafios enfrentados na intervenção nutricional em indivíduos com obesidade, diante do crescente consumo de alimentos ultraprocessados. **Metodologia:** O estudo adotou abordagem qualitativa e descritiva, com base em pesquisa teórica, analisando fontes bibliográficas, como artigos científicos, livros e documentos oficiais, que abordassem os desafios enfrentados por nutricionistas no tratamento da obesidade, o impacto do acesso, publicidade e custo dos ultraprocessados, a percepção dos pacientes sobre seus hábitos alimentares e a efetividade das estratégias nutricionais para reduzir o consumo desses alimentos. **Resultados:** Os estudos analisados apontam que nutricionistas enfrentam dificuldades na adesão ao tratamento de indivíduos com obesidade devido ao alto consumo de alimentos ultraprocessados, influenciado pela praticidade, baixo custo e forte apelo publicitário. Apesar disso, estratégias como educação alimentar, orientação individualizada e incentivo ao consumo de alimentos in natura mostraram-se eficazes para reduzir o consumo de ultraprocessados e melhorar os resultados clínicos. **Conclusão:** Conclui-se que o enfrentamento da obesidade requer abordagens que considerem fatores sociais e comportamentais, além da orientação nutricional. A redução do consumo de ultraprocessados depende da atuação do nutricionista e de políticas públicas que incentivem escolhas alimentares mais saudáveis.

Palavras-chave: obesidade; alimentos ultraprocessados; intervenção nutricional; hábitos alimentares; estratégias nutricionais.

* Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. gabisvitoriaribeiro@gmail.com;

** Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. isadora16bittencourt@gmail.com;

*** Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. santosamaraaparecida@gmail.com

**** Orientadora, Mestre, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. elamardegan@hotmail.com

***** Orientadora, Doutora, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. lbsanches@funecsantafe.edu.br