

Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026

## Educação Em Saúde E Capacitação De Nutricionistas Da Atenção Básica Na Prevenção Dos Transtornos Alimentares: Uma Revisão Integrativa

*Health Education And Training Of Primary Health Care Nutritionists In The Prevention Of Eating Disorders: An Integrative Review*

Gabrielle Sobrinho de Brito

Prof. Msc. Juliana Malinovski

Káren Arielle Carvalho Barreto

### Resumo

**Introdução:** Os Transtornos Alimentares (TA) constituem uma preocupação crescente para a saúde pública, atingindo indivíduos de diversas idades que são atendidas na Atenção Primária à Saúde (APS). Esses transtornos se manifestam por meio de mudanças nos hábitos alimentares, na percepção do corpo e em comportamentos relacionados à alimentação, demandando uma abordagem que considere aspectos nutricionais, psicológicos e clínicos de forma integrada. Nesse cenário, o nutricionista tem um papel essencial na prevenção, na identificação precoce e na orientação em saúde, incentivando práticas alimentares saudáveis e favorecendo um atendimento mais humanizado. Contudo, ainda existem lacunas significativas na formação e na atualização desses profissionais, o que dificulta a identificação inicial dos sinais e a abordagem interdisciplinar necessária para o tratamento dos TA. **Objetivo:** Analisar como a educação em saúde e a capacitação de nutricionistas da Atenção Básica podem contribuir para a prevenção dos transtornos alimentares na Atenção Primária à Saúde. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Foram incluídos artigos Publicados entre 2021 e 2025, que abordassem a atuação, capacitação ou formação de nutricionistas relacionados à prevenção ou manejo de transtornos alimentares, principalmente no contexto da Atenção Primária à Saúde ou em ambientes multiprofissionais. A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados SciELO, PubMed, Research, Society and Development (RSD Journal) e MDPI (Nutrients Journal), complementada por busca manual de referências cruzadas. **Resultados e Discussões:** As pesquisas revisadas indicam que, apesar de o nutricionista ter um papel crucial na prevenção e tratamento dos transtornos alimentares na Atenção Primária à Saúde, persistem lacunas significativas na formação acadêmica, na educação continuada e no preparo emocional desses profissionais. Observou-se falta de diretrizes clínicas específicas, insegurança profissional, baixa integração multiprofissional e escassez de programas estruturados de capacitação contínua. Adicionalmente, a literatura mostra que os transtornos alimentares são pouco discutidos em estudos nacionais e internacionais focados na APS, o que restringe o avanço de estratégias eficazes para a formação profissional e intervenções nos serviços públicos. Os resultados ressaltam a urgência em expandir as discussões sobre hábitos alimentares, saúde mental e comunicação terapêutica na formação dos nutricionistas, assim como a importância de fortalecer redes de apoio e supervisão clínica. **Conclusão:** A revisão evidenciou que a educação em saúde e a capacitação profissional contínua são fundamentais para aprimorar a atuação do nutricionista frente aos TA na APS. Persistem desafios relacionados à falta de preparo técnico e emocional, à baixa colaboração interdisciplinar e à ausência de diretrizes específicas, fatores que comprometem a qualidade do cuidado. Formação profissional e pesquisas que avaliem o impacto da educação continuada são essenciais para promover uma prática nutricional mais qualificada, humanizada e eficaz no enfrentamento dos transtornos alimentares.

**Palavras-chave:** atenção primária à saúde; educação em saúde; formação profissional; nutricionista; transtornos alimentares.

### Abstract

**Introduction:** Eating disorders (EDs) are a growing public health concern, affecting individuals of all ages who are treated in Primary Health Care (PHC). These disorders manifest through changes in

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026**

eating habits, body image, and food-related behaviors, requiring an approach that considers nutritional, psychological, and clinical aspects in an integrated way. In this scenario, nutritionists play an essential role in prevention, early identification, and health guidance, encouraging healthy eating practices and promoting more humanized care. However, significant gaps still exist in the training and updating of these professionals, which hinders the initial identification of signs and the necessary interdisciplinary approach for the treatment of EDs. Objective: To analyze how health education and the training of nutritionists in Primary Care can contribute to the prevention of eating disorders in Primary Health Care. Methodology: This is an integrative literature review. Articles published between 2021 and 2025 that addressed the performance, training, or education of nutritionists related to the prevention or management of eating disorders, mainly in the context of Primary Health Care or in multidisciplinary settings, were included. The search for studies was conducted in the SciELO, PubMed, Research, Society and Development (RSD Journal), and MDPI (Nutrients Journal) databases, supplemented by a manual search of cross-references. Results and Discussion: The reviewed research indicates that, despite the crucial role of nutritionists in the prevention and treatment of eating disorders in Primary Health Care, significant gaps persist in their academic training, continuing education, and emotional preparedness. A lack of specific clinical guidelines, professional insecurity, low multidisciplinary integration, and a scarcity of structured continuing education programs were observed. Additionally, the literature shows that eating disorders are under-discussed in national and international studies focused on Primary Health Care, which restricts the advancement of effective strategies for professional training and interventions in public services. The results highlight the urgency of expanding discussions on eating habits, mental health, and therapeutic communication in the training of nutritionists, as well as the importance of strengthening support networks and clinical supervision. Conclusion: The review highlighted that health education and continuous professional development are fundamental to improving the nutritionist's performance in addressing eating disorders in primary health care. Challenges persist related to a lack of technical and emotional preparedness, low interdisciplinary collaboration, and the absence of specific guidelines, factors that compromise the quality of care. Professional training and research evaluating the impact of continuing education are essential to promote a more qualified, humanized, and effective nutritional practice in addressing eating disorders.

**Keywords:** primary health care; health education; vocational training; nutritionist; eating disorders.

## INTRODUÇÃO

Os Transtornos Alimentares (TA) têm se apresentado como um problema de saúde pública em ascensão, afetando não apenas adolescentes e jovens, mas também adultos e grupos de adultos de meia-idade (31–50 anos) atendidos nos serviços de Atenção Primária à Saúde (APS) (Samaniego-Vaesken, S. *et al.*, 2024). Esses transtornos se manifestam por meio de alterações nos hábitos alimentares e na imagem corporal, exigindo intervenções de equipes multiprofissionais que combinem conhecimentos clínicos, psicológicos e nutricionais (Pereira, 2022). Dentro desse cenário, o nutricionista desempenha uma função crucial tanto na prevenção quanto no tratamento desses distúrbios, especialmente através da educação em saúde e da promoção de práticas alimentares saudáveis (Santos, 2022).

A literatura indica que, mesmo com a importância do nutricionista na APS, ainda persistem deficiências na formação e no aperfeiçoamento contínuo desses profissionais para enfrentar questões complexas como os transtornos alimentares (Setnick, J. *et al.* 2022). Uma pesquisa realizada por

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026**

Santos (2022) em 27 Unidades Básicas de Saúde na cidade de São Paulo, adotou um modelo observacional e descritivo para investigar o papel dos nutricionistas no dia a dia da Atenção Primária, examinando tanto suas intervenções pessoais quanto suas iniciativas em grupo, a partir deste estudo foram encontradas dificuldades para aplicar práticas educativas integradas e preventivas relacionadas à saúde mental e aos hábitos alimentares. Complementando essa perspectiva, Pereira (2022) mencionou em sua revisão de literatura, que teve como foco principal reunir e analisar produções e práticas profissionais na prevenção de TA, mostrou que o nutricionista desempenha um papel fundamental na identificação precoce, na orientação sobre alimentação e na educação nutricional, embora necessite de uma formação específica para atuar de maneira interdisciplinar e humanizada em relação aos transtornos alimentares.

A relevância da educação e do aperfeiçoamento profissional dos nutricionistas é destacada em pesquisas globais. Heafala, Mitchell e Ball (2022), em uma análise qualitativa realizada na Austrália, observaram que nutricionistas que atendem a distúrbios alimentares mencionam a necessidade contínua de apoio, supervisão e formação para enfrentar a complexidade dos casos, sublinhando a importância da formação contínua como um componente vital para uma prática ética e eficiente. De forma semelhante Setnick *et al.* (2022) mostra a falta de preparação técnica é reconhecida em cenários internacionais, em uma pesquisa com 182 nutricionistas licenciadas nos Estados Unidos, os resultados desse estudo indicam que grande parte dos profissionais não teve formação formal sobre distúrbios alimentares durante o curso de graduação, obtendo conhecimentos de maneira autodidata. Os autores destacam a necessidade urgente de programas de treinamento e supervisão clínica organizada para aprimorar o cuidado nutricional e reforçar a atuação profissional.

De maneira análoga, Robertson e Davies (2024), em uma investigação qualitativa realizada no Reino Unido, mostraram que a relação terapêutica entre nutricionistas e indivíduos que enfrentam distúrbios alimentares é fundamental para a recuperação, sendo fortalecida por habilidades de comunicação e empatia capacidades que precisam ser cultivadas desde a formação e aperfeiçoadas por meio de educação continuada.

Além disso, a pesquisa de Samaniego-Vaesken *et al.* (2024), realizada na Espanha, aumentou o entendimento sobre o perfil epidemiológico dos distúrbios alimentares, evidenciando sua significativa ocorrência em adultos de meia-idade. Esse resultado ressalta o papel crucial da Atenção Primária como um local estratégico para iniciativas educativas e preventivas realizadas por nutricionistas treinados para identificar e agir precocemente nesses casos.

Os distúrbios alimentares são identificados como uma questão de saúde pública em ascensão, afetando de maneira significativa a saúde física, mental e social das pessoas. Uma análise sistemática e meta-análise realizada por Silén *et al.* (2022) revisão de literatura com foco na prevalência global de transtornos alimentares (segundo critérios do DSM-5) entre adolescentes e jovens adultos.

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026**

Destacou que a taxa de prevalência ao longo da vida dos distúrbios alimentares varia conforme o tipo de distúrbio e o sexo, mostrando a abrangência e a seriedade dessas condições na população global. Especificamente, constatou-se que a anorexia nervosa tem uma prevalência entre 0,8% e 6,3% nas mulheres e entre 0,1% e 0,3% nos homens; a bulimia nervosa apresenta uma prevalência de 0,8% a 2,6% em mulheres e de 0,1% a 0,2% em homens; e o transtorno do comer compulsivo varia de 0,6% a 6,1% em mulheres e de 0,3% a 0,7% em homens (Silén *et al.*, 2022). Esses números ressaltam a importância dos distúrbios alimentares e a urgência de desenvolver estratégias eficazes de prevenção e tratamento dentro do âmbito da saúde pública.

Nesse cenário, a pesquisa intitulada “Prevalência e gerenciamento de indivíduos com transtornos alimentares atendidos na atenção primária: Um estudo nacional”, conduzida por Ivancic *et al.* (2021) na Austrália, ressalta a relevância da Atenção Primária como um ponto crucial para a identificação precoce e o tratamento dos transtornos alimentares. Este é um estudo observacional de base populacional que examinou mais de 1,5 milhão de atendimentos prestados por médicos de família, revelando que menos de 1% das consultas estavam vinculadas a esses distúrbios. Os autores salientam que muitos casos passam despercebidos no primeiro nível de atendimento, representando uma oportunidade não aproveitada para diagnósticos e referências adequadas. Além disso, foram identificadas baixas taxas de encaminhamento para nutricionistas e especialistas em saúde mental, o que evidencia as falhas na integração entre os cuidados clínicos e nutricionais.

Portanto, fica claro que a formação em saúde e a atualização profissional contínua são fundamentais para aprimorar a atuação do nutricionista na Atenção Primária à Saúde no que se refere aos distúrbios alimentares. A falta de treinamento específico, os recursos insuficientes e a escassez de colaboração entre disciplinas ainda são obstáculos para a eficácia dessas iniciativas. Diante dessa realidade, é essencial resumir e examinar o que a literatura mais recente revela sobre como esses métodos educativos e de formação podem reforçar a função do nutricionista na prevenção e no combate aos distúrbios alimentares no contexto da Atenção Básica que é o foco principal desta revisão integrativa.

## METODOLOGIA

O presente trabalho consiste em uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo exploratório. Que tem como objetivo de responder à seguinte questão norteadora: De que maneira a educação em saúde e a capacitação dos nutricionistas na Atenção Básica podem auxiliar na prevenção e no enfrentamento de transtornos alimentares na Atenção Primária à Saúde (APS)?

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados SciELO, PubMed, Research, Society and Development (RSD Journal) e MDPI (Nutrients Journal) e SAGE Publications. Foram utilizados

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026**

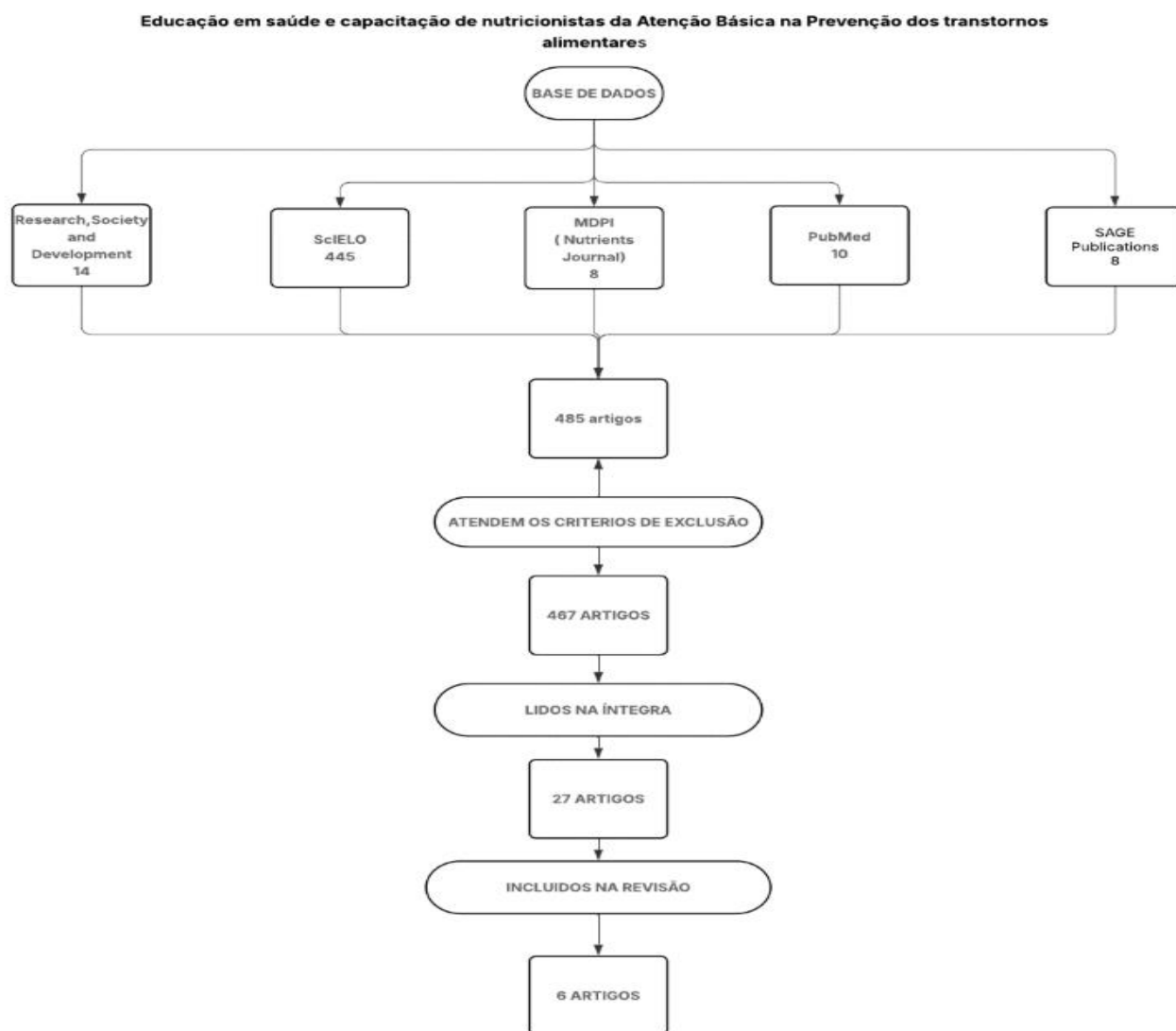
descritores combinados por operadores booleanos, a saber: “nutricionista” Or “dietista” AND “transtornos alimentares” Or “transtornos do comportamento alimentar” AND “educação em saúde” Or “capacitação profissional” E “atenção básica” Or “atenção primária à saúde”. Foram utilizados os termos em inglês para presente pesquisa.

Foram incluídos estudos primários publicados entre 2021 e 2025, disponíveis em português, inglês ou espanhol, que abordassem a atuação, capacitação ou formação do nutricionista na prevenção ou manejo dos transtornos alimentares, especialmente no contexto da Atenção Primária à Saúde. Foram excluídos estudos duplicados, monografias, revisões de literatura, editoriais, opiniões, dissertações, resumos de eventos, que não apresentassem relação com a prática profissional do nutricionista ou com processos de educação em saúde e transtornos alimentares.

A coleta de dados foi realizada em etapas sequenciais. Inicialmente, procedeu-se à busca dos estudos nas bases selecionadas utilizando os descritores definidos. Em seguida, foi feita a leitura dos títulos e resumos para seleção dos artigos que atendiam aos critérios de inclusão. Após essa triagem, realizou-se a leitura integral dos textos, permitindo a identificação das principais evidências sobre a importância da educação em saúde e da capacitação profissional dos nutricionistas na APS para o manejo e prevenção dos transtornos alimentares.

Dada a falta de pesquisas detalhadas sobre o papel do nutricionista na prevenção e no tratamento dos transtornos alimentares, o escopo da investigação foi ampliado para incluir estudos que abordassem outros profissionais da saúde que atuam com indivíduos afetados por essas condições, desde que contivessem aspectos relacionados à educação em saúde, formação profissional ou colaboração interdisciplinar. Também foram integrados artigos que examinaram tanto os pacientes com transtornos alimentares quanto as práticas profissionais relacionadas ao seu tratamento, com o objetivo de promover uma compreensão mais completa sobre o assunto. Além disso, foram levados em conta trabalhos que abordavam o trabalho do nutricionista na Atenção Primária à Saúde, mesmo quando essa atuação não estivesse diretamente ligada à prevenção, identificação ou tratamento dos transtornos alimentares, desde que ajudassem na reflexão sobre a formação, capacitação e educação em saúde desses profissionais.

Figura 1 - Fluxograma da seleção dos artigos selecionados para a atual pesquisa



**Fonte:** desenvolvido pelos autores, 2025.

No quadro 1, descrito a seguir, foram compilados os resultados mais significativos de cada artigo científico selecionado na pesquisa, assim como autores, tipo de estudo, ano de publicação, local do estudo, amostra, objetivos, metodologia e resultados. Os 06 artigos são estudos primários publicados em periódicos nacionais e internacionais, sendo realizados no Brasil, Austrália, Espanha, Estados Unidos, Reino Unido. Dos artigos selecionados, dois foram publicados em português, três em inglês e um em espanhol, refletindo a diversidade linguística e geográfica das produções científicas sobre a atuação do nutricionista na prevenção e manejo dos transtornos alimentares.

**Quadro 1.** Resumo dos artigos analisados para revisão

Artigos	Autor, ano de publicação, local do estudo	Delineamento, tipo de estudo e N	Objetivos do estudo	Metodologia	Principais achados



Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026

1	Sandri El. <i>et al.</i>  2024  Espanha	Estudo observacional, transversal e descritivo.  N= 9.913 adultos espanhóis (homens e mulheres, 31–50 anos)	O estudo buscou caracterizar e comparar perfis de adultos com e sem transtornos alimentares, relacionando aspectos nutricionais, demográficos e comportamentais para compreender melhor o contexto desses distúrbios na população espanhola de meia-idade	Inquérito nacional com 9.913 adultos espanhóis, que utilizou questionário on-line para coletar dados sobre diagnóstico de TA, alimentação e estilo de vida, analisados por meio de estatística descritiva e inferencial para identificar associações entre variáveis.	O estudo revelou que AN e BN estão presentes em cerca de 3% dos adultos espanhóis de meia-idade, e que esses indivíduos têm pior qualidade alimentar, maior preocupação corporal e menor atividade física. Aponta a importância de estratégias preventivas e intervenção multiprofissional (com participação do nutricionista) para essa faixa etária.
2	Santos, L.F.  2022  São Paulo	Estudo comparativo, observacional  N= 27 serviços	Comparar organização da Atenção Nutricional com/sem nutricionista em serviços de APS	Avaliação de serviços com e sem nutricionistas; análise comparativa	Presença do nutricionista melhora parceria com ensino, agendamento por vulnerabilidade, projetos terapêuticos, acompanhamento de grupos, planejamento e avaliação de ações coletivas.
3	Heafala N. <i>et al.</i>  2022  Australia	Estudo qualitativo, exploratório e descritivo.  N= 24	Explorar as perspectivas e experiências vividas de pessoas com transtornos alimentares e de seus cuidadores sobre o cuidado prestado por dietistas (nutricionistas) na atenção primária à saúde na Austrália.	Pesquisa de campo original com coleta e análise de dados primários. com entrevistas semiestruturadas e análise temática.	O Cuidado centrado na pessoa e a aliança terapêutica são vistos como mais importantes do que o conteúdo técnico isolado. O vínculo e a escuta ativa são determinantes para o sucesso do tratamento nutricional de TA. Profissionais precisam entender o contexto emocional e social do paciente. Há necessidade de formação e apoio aos nutricionistas para que desenvolvam habilidades de comunicação empática e trabalho interdisciplinar. O estudo indica que, em muitos casos, as práticas atuais ainda carecem dessa sensibilidade, o que reduz a efetividade do cuidado.
4	Setnick N. <i>et al.</i>  2022  Estados Unidos(EUA)	Observacional, descritivo e transversal.  N=182	Investigar a atuação, formação e percepções dos profissionais dos nutricionistas registrados (RDNs) que trabalham com	Inquérito por questionário eletrônico estudo quantitativo que coletou informações de nutricionistas (RDNs) sobre	O estudo revelou que a maioria dos nutricionistas que atua com transtornos alimentares carece de formação formal e supervisão estruturada, mas ainda assim desempenha papel

Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026

			transtornos alimentares (Eating Disorders) nos Estados Unidos.	sua prática profissional no cuidado de transtornos alimentares.O questionário avaliou formação, experiência, ambientes de trabalho e percepções sobre o papel do nutricionista em diferentes níveis de atendimento.	crucial na avaliação, reeducação alimentar e apoio psicossocial. Há demanda urgente por treinamento padronizado e reconhecimento institucional do trabalho desses profissionais.
5	Robertson N. <i>et al.</i>  2024  Reino Unido	Estudo qualitativo descritivo entrevistas semiestruturadas  N=17	O estudo buscou compreender como a relação entre o nutricionista e o paciente influencia o processo terapêutico, a recuperação alimentar e emocional e o engajamento no tratamento.	Realizado no Reino Unido, com 6 nutricionistas e 11 pacientes. Utilizou entrevistas e grupos focais, analisados por análise temática reflexiva, para compreender como se constrói a relação terapêutica entre o nutricionista e o paciente durante o tratamento de transtornos alimentares.	O estudo conclui que o nutricionista é peça-chave no cuidado dos transtornos alimentares, e que sua capacidade de construir uma relação terapêutica segura, empática e colaborativa é determinante para o sucesso do tratamento. Reforça-se a importância de formação específica em comunicação, comportamento alimentar e saúde mental na prática dietética.
6	Ivancic L. <i>et. Al.</i>  2021  Australia	Observacional, transversal (seccional).  N= 1.000 médicos / 1.568.100 atendimentos (1,3 milhão de pacientes)	Investigar a prevalência e o manejo de pessoas com transtornos alimentares atendidas na atenção primária à saúde na Austrália, analisando como esses casos são identificados, tratados e encaminhados pelos médicos de clínica geral (GPs).	Utilizando dados secundários do programa nacional australiano BEACH (Bettering the Evaluation and Care of Health), que monitora a prática clínica de médicos de atenção primária.	O estudo mostrou que, apesar de os transtornos alimentares estarem presentes na atenção primária, são pouco diagnosticados e subtratados, com baixas taxas de encaminhamento e manejo especializado. O fortalecimento da capacitação dos profissionais e a integração entre cuidados primários e saúde mental são essenciais para melhorar o atendimento a essa população.

Fonte: desenvolvido pelos autores, 2025



As pesquisas analisadas apresentaram uma variedade de abordagens, incluindo três estudos qualitativos, dois observacionais e descritivos e um estudo comparativo proporcionando uma compreensão abrangente sobre a atuação, formação e os obstáculos que os nutricionistas enfrentam na prevenção e no tratamento dos transtornos alimentares na Atenção Básica.

De forma geral, os achados mostram que os autores concordam sobre a importância da formação profissional e da educação em saúde como estratégias essenciais para aprimorar a atuação do nutricionista. No entanto, todos os estudos também ressaltam a existência de lacunas significativas na formação acadêmica e na oferta de educação continuada voltada especialmente para os distúrbios alimentares, principalmente no âmbito da atenção primária à saúde.

O estudo de Santos (2022), conduzido em 27 unidades de saúde da Atenção Básica na cidade de São Paulo onde foram analisadas a atuação de nutricionistas em entrevistas e práticas clínicas desenvolvidas nessas unidades, demonstrou que o papel do nutricionista ainda se concentra em atendimentos individuais e ações de cura, com limitada participação nas estratégias coletivas voltadas para a promoção da saúde e a prevenção de distúrbios alimentares. A pesquisa também evidenciou a carência de formação específica em saúde mental e comportamento alimentar, o que dificulta a identificação precoce de sinais de risco e o encaminhamento adequado dos casos.

Ademais, Pereira (2022) notou em seu estudo realizado no Brasil, desenvolvido a partir da análise de produções científicas e registros de práticas profissionais na área que apesar de o nutricionista ser considerado essencial dentro da equipe multiprofissional, existe uma falta de treinamentos específicos e orientações clínicas que guiem sua atuação em situações envolvendo distúrbios alimentares. A autora sublinha a urgência de investir na educação continuada, particularmente em assuntos como imagem corporal, comportamento alimentar e comunicação empática fatores fundamentais para o tratamento adequado dos transtornos alimentares. Embora esta pesquisa não tenha sido incluída na presente revisão por não ser um estudo primário, seus resultados refletem consistentemente os principais achados dos estudos analisados na presente revisão.

Essas descobertas alinham-se ao estudo de Robertson e Davies (2024), realizado no Reino Unido, que revelou, por meio de entrevistas com 17 nutricionistas e seus pacientes, que a relação terapêutica é um dos elementos mais relevantes para a eficácia do tratamento. A pesquisa ressaltou que a aquisição de habilidades de comunicação e empatia está diretamente ligada à formação continuada e à supervisão clínica, apontando a falta de treinamentos estruturados para preparar os nutricionistas tanto emocional quanto tecnicamente para lidar com o sofrimento psicológico dos pacientes.

A carência de formação formal foi ressaltada no estudo de Setnick *et al.* (2022), realizado nos

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026**

Estados Unidos com 182 nutricionistas registrados. Os pesquisadores descobriram que menos de 10% dos profissionais recebeu preparo sobre transtornos alimentares durante sua formação universitária. A maioria mencionou que aprendeu de forma autônoma, por meio de leitura e cursos extracurriculares. Essa informação destaca a necessidade urgente de integrar tópicos sobre transtornos alimentares nos programas de Nutrição, além de criar políticas de educação contínua que ofereçam suporte técnico e emocional aos profissionais.

Da mesma forma, a pesquisa de Heafala *et al.* (2022), realizada na Austrália com 24 nutricionistas, onde foram investigadas percepções, experiências e desafios desses profissionais no atendimento, mostrou que o trabalho com pacientes que possuem transtornos alimentares é visto como emocionalmente difícil e carente de apoio institucional. As autoras apontam que muitos profissionais sentem insegurança e falta de preparo para lidar com esses casos, devido à ausência de formação continuada e de redes para supervisão clínica. Essa insegurança afeta diretamente a qualidade do atendimento e pode prejudicar a confiança dos pacientes, um aspecto também evidenciado no estudo de Robertson *et al.* (2024), que investigou a relação terapêutica entre nutricionistas e pacientes com transtornos alimentares através de entrevistas qualitativas demonstrando que habilidades de comunicação, empatia e escuta ativa são fundamentais para o sucesso do tratamento.

De maneira semelhante, o estudo de Santos (2022) indica que, no Brasil, a educação continuada ainda não é uma prática estabelecida entre os nutricionistas da Atenção Primária à Saúde, o que restringe o desenvolvimento de habilidades para enfrentar situações complicadas, como os transtornos alimentares. Esses achados evidenciam a necessidade de implementar programas de capacitação contínua focados em prevenção, diagnóstico precoce e manejo interdisciplinar na Atenção Básica.

A pesquisa transversal conduzida por Sandri E. *et al.* (2024) na Espanha, envolvendo 9.913 adultos da população geral, teve como objetivo avaliar a prevalência e os fatores associados à anorexia e à bulimia nervosa em indivíduos de 31 a 50 anos e demonstrou que os distúrbios alimentares não se limitam apenas aos jovens, mas também afetam de maneira significativa pessoas de meia-idade, destacando a relevância da Atenção Primária à Saúde como um local de monitoramento e fomento à alimentação saudável. Apesar de não ter analisado diretamente a atuação do nutricionista, o estudo sublinha a necessidade urgente de capacitar os profissionais da APS para que possam reconhecer e atuar precocemente em relação a comportamentos alimentares de risco, especialmente em grupos que não estão tradicionalmente no centro das iniciativas de prevenção.

Nesse mesmo contexto, o estudo internacional de Ivancic *et al.* (2021), realizado na Austrália, complementa esses achados ao investigar a prevalência e o manejo de pessoas com transtornos alimentares atendidas na atenção primária. Os resultados mostraram que, embora os transtornos

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026**

alimentares sejam frequentemente identificados nesse nível de atenção, o reconhecimento e o manejo pelos profissionais de saúde ainda são limitados, especialmente pela falta de treinamento específico e de protocolos de encaminhamento. O estudo também evidenciou que a abordagem interdisciplinar é essencial para a efetividade do cuidado, ressaltando o papel do nutricionista em conjunto com médicos e psicólogos na detecção precoce e no suporte contínuo aos pacientes. Esses resultados sublinham a urgência de criar programas de treinamento contínuo voltados à prevenção, diagnóstico precoce e ao manejo interdisciplinar no contexto da Atenção Básica.

Constatou-se que cinco dos seis estudos revisados (Santos, 2022; Setnick *et al.*, 2022; Robertson & Davies, 2024; Heafala *et al.*, 2022; Ivancic *et al.*, 2021) destacam especialmente a necessidade de uma investigação mais aprofundada sobre a função do nutricionista no tratamento de distúrbios alimentares, principalmente na Atenção Primária à Saúde. Esses textos revelam lacunas tanto na capacitação técnica e emocional quanto na colaboração entre diversas áreas da saúde, enfatizando a importância de fomentar uma abordagem verdadeiramente multidisciplinar e baseada em evidências.

## CONCLUSÃO

A presente revisão integrativa revelou que a educação em saúde e a formação contínua são essenciais para aprimorar a atuação do nutricionista na atuação e na prevenção dos transtornos alimentares, especialmente no contexto da atenção primária à saúde. Os estudos analisados indicaram que, mesmo ocupando uma posição crucial na promoção de uma alimentação saudável e adequada, ainda persistem lacunas relevantes na formação universitária e na disponibilidade de programas de educação continuada que abranjam questões como hábitos alimentares e saúde mental.

Observou-se que o exercício profissional, muitas vezes, é restringido pela falta de capacitação técnica e emocional, pela limitada colaboração entre disciplinas e pela inexistência de diretrizes concretas para o tratamento dos transtornos alimentares na APS. Diante desse panorama, é essencial promover investimentos em políticas públicas e pesquisas que foquem na formação dos nutricionistas, além de fomentar estudos empíricos e interventivos que analisam os efeitos da educação continuada na qualidade do atendimento oferecido.

Portanto, chega-se à conclusão de que o fortalecimento da educação continuada em saúde e a expansão de pesquisas focadas na ação do nutricionista voltados aos transtornos alimentares são caminhos fundamentais para estabelecer uma prática mais compassiva, colaborativa e eficaz na prevenção dos distúrbios alimentares.

Além disso, ressalta-se a importância de realizar pesquisas que explorem especificamente a perspectiva e as vivências do nutricionista em relação aos distúrbios alimentares, pois entender suas



Ano VI, v.1 2026 | submissão: 17/01/2026 | aceito: 19/01/2026 | publicação: 21/01/2026

opiniões, dificuldades e restrições pode fornecer informações valiosas para a melhoria das práticas profissionais, a criação de abordagens de cuidados mais humanizadas e o fortalecimento da função do nutricionista nas equipes interdisciplinares da atenção primária à saúde.

## REFERÊNCIAS

HEAFALA, Alana; MITCHELL, Lana J.; BALL, Lauren; et al. **Informing care through lived experiences: perspectives of consumers and carers regarding dietetic care for eating disorders in Australia.** Eating and Weight Disorders, v. 27, n. 8, p. 3449-3456, dez. 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36269547/> . Acesso em: 5 nov. 2025.

IVANCI, L.; MAGUIRE, S. L.; MISKOVI-WHEATLEY, J.; HARRISON, C.; NASSAR, N. **Prevalence and management of people with eating disorders presenting to primary care: a national study.** Australian & New Zealand Journal of Psychiatry, v. 55, n. 11, p. 1089–1100, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33722071/> . Acesso em: 5 nov. 2025.

PEREIRA, Thaiany de Sena Alves. **Contribuições do nutricionista em casos de transtornos alimentares: revisão de literatura.** Research, Society and Development, v. 11, n. 9, p. e30611936878, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/download/36878/30684/405202> . Acesso em: 5 nov. 2025.

ROBERTSON, Nicole; DAVIES, Luke. **The experiences of a therapeutic relationship between dietitians and patients in UK eating disorder treatment: a qualitative study.** Nutrients, v. 16, n. 5, p. 670, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38890773/> . Acesso em: 5 nov. 2025.

SANDRI, E.; CANTÍN LARUMBE, E.; CERDÁ OLMEDO, G.; LUCIANI, G.; MANCIN, S.; SGUANCI, M.; PIREDDA, M. **Anorexia and Bulimia Nervosa in Spanish Middle-Aged Adults: Links to Sociodemographic Factors, Diet, and Lifestyle.** Nutrients, v. 16, n. 16, p. 2671, 2024. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/16/16/2671> . Acesso em: 5 nov. 2025.

SANTOS, Luciana F. **Nutricionistas na Atenção Primária à Saúde e o cuidado nutricional à população adulta no município de São Paulo, SP, Brasil.** Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 32, n. 3, p. e320335, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/inter/a/yd5xYwjgw8zNzszSgSZZD4w/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 5 nov. 2025.