

Intervenções de promoção da saúde no ambiente escolar para prevenção de fatores de risco de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) em adolescentes: uma revisão bibliográfica

Health Promotion Interventions in the School Environment for the Prevention of Risk Factors for Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs) in Adolescents: A Literature Review
Intervenciones de Promoción de la Salud en el Entorno Escolar para la Prevención de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) en Adolescentes: Una Revisión Bibliográfica

Marta Ellen Menezes Lima Jesus – Faculdade Ages de Jacobina – Bacharelado em Nutrição
Juliana Malinovski, Orientadora
Káren Arielle Carvalho Barreto, Co-orientadora

Resumo:

Introdução: As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) representam um importante problema de saúde pública e estão associadas a fatores de risco como alimentação inadequada, sedentarismo, tabagismo e consumo de álcool. O aumento dessas doenças entre adolescentes evidencia a necessidade de ações preventivas desde a juventude. Nesse contexto, o ambiente escolar destaca-se como um espaço potencial para a promoção da saúde e o desenvolvimento de hábitos saudáveis. **Objetivo:** Analisar a eficácia das ações de promoção da saúde no ambiente escolar na prevenção das DCNT e na melhoria dos comportamentos relacionados à saúde entre adolescentes. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, composta por artigos publicados entre 2022 e 2026, que abordam o impacto da atuação do nutricionista na promoção da saúde de adolescentes e na redução das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Os estudos analisados contemplam intervenções no ambiente escolar, estratégias de educação alimentar e incentivo a hábitos saudáveis. **Resultados e Discussões:** Os estudos demonstraram que a atuação do nutricionista no ambiente escolar contribui significativamente para a redução do consumo de ultraprocessados, melhora da alimentação e prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) em adolescentes. As intervenções presenciais e práticas mostraram-se mais eficazes do que estratégias exclusivamente digitais, promovendo mudanças mais consistentes nos hábitos alimentares. Além disso, observou-se impacto positivo também em pais e professores, ampliando os efeitos das ações para o ambiente familiar e escolar. Os achados reforçam a escola como espaço estratégico para a promoção da saúde, destacando a importância do nutricionista na educação alimentar e na consolidação de hábitos saudáveis duradouros. **Conclusão:** A revisão evidencia que o ambiente escolar é essencial na prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), promovendo hábitos alimentares saudáveis e reduzindo o consumo de ultraprocessados. Nesse contexto, o nutricionista atua como agente de transformação, com impactos que também alcançam o ambiente familiar. Os estudos indicam que intervenções presenciais são mais eficazes do que estratégias digitais, reforçando a importância da atuação humanizada do nutricionista. A participação de pais e professores potencializa os resultados, ampliando o alcance das ações para toda a comunidade escolar.

Palavras-chave:

Ambiente Escolar; Adolescentes; Doenças Crônicas Não Transmissíveis; Educação Alimentar e Nutricional; Nutricionista.

Abstract:

Introduction: Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs) represent a major public health problem and are associated with risk factors such as unhealthy eating habits, physical inactivity, smoking, and alcohol consumption. The increasing prevalence of these diseases among adolescents highlights the need for preventive actions from an early age. In this context, the school environment stands out as a strategic setting for health promotion and the development of healthy habits. **Objective:** To analyze the effectiveness of health promotion actions in the school environment in preventing NCDs and improving health-related behaviors among adolescents. **Methodology:** This is an integrative literature review composed of articles published between 2022 and 2026 that addressed the impact of nutritionists' performance in promoting adolescent health and reducing Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs). The studies analyzed included school-based interventions, nutrition education strategies, and the encouragement of healthy lifestyle habits. **Results and Discussion:** The studies demonstrated that the nutritionist's role in the school environment significantly contributes to reducing the consumption of ultra-processed foods, improving dietary habits, and preventing Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs) among adolescents. Face-to-face and practical interventions proved to be more effective than exclusively digital strategies, promoting more consistent changes in eating behaviors. In addition, positive impacts were observed among parents and teachers, extending the effects of these actions to both the family and school environments. The findings reinforce the school as a strategic setting for health promotion and highlight the importance of nutritionists in nutrition education and the establishment of long-lasting healthy habits. **Conclusion:** This review demonstrates that the school environment plays an essential role in preventing Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs) by promoting healthy eating habits and reducing the consumption of ultra-processed foods. In this context, nutritionists act as agents of change, generating positive impacts that also reach the family environment. The studies indicate that face-to-face interventions are more effective than digital strategies, reinforcing the importance of the nutritionist's humanized approach. The participation of parents and teachers enhances outcomes, expanding the reach of health promotion actions throughout the entire school community.

Keywords:

School Environment; Adolescents; Chronic Non-Communicable Diseases; Food and Nutrition Education; Nutritionist.

Resumen:

Introducción: Las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) representan un importante problema de salud pública y están asociadas a factores de riesgo como la alimentación inadecuada, el sedentarismo, el tabaquismo y el consumo de alcohol. El aumento de estas enfermedades entre los adolescentes evidencia la necesidad de acciones preventivas desde edades tempranas. En este contexto, el entorno escolar se destaca como un espacio estratégico para la promoción de la salud y el desarrollo de hábitos saludables. **Objetivo:** Analizar la eficacia de las acciones de promoción de la salud en el entorno escolar para prevenir las ECNT y mejorar los comportamientos relacionados con la salud entre los adolescentes. **Metodología:** Se trata de una revisión integradora de la literatura compuesta por artículos publicados entre 2022 y 2026 que abordaron el impacto de la actuación del nutricionista en la promoción de la salud de los adolescentes y en la reducción de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT). Los estudios analizados incluyeron intervenciones en el entorno escolar, estrategias de educación alimentaria y estímulo de hábitos de vida saludables. **Resultados y discusión:** Los estudios demostraron que la actuación del nutricionista en el entorno escolar contribuye significativamente a reducir el consumo de alimentos

ultraprocesados, mejorar la alimentación y prevenir las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) en adolescentes. Las intervenciones presenciales y prácticas resultaron más eficaces que las estrategias exclusivamente digitales, promoviendo cambios más consistentes en los hábitos alimentarios. Además, se observaron impactos positivos en padres y profesores, ampliando los efectos de estas acciones al entorno familiar y escolar. Los hallazgos refuerzan a la escuela como un espacio estratégico para la promoción de la salud y destacan la importancia del nutricionista en la educación alimentaria y en la consolidación de hábitos saludables duraderos. Conclusión: La revisión evidencia que el entorno escolar es esencial para la prevención de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT), promoviendo hábitos alimentarios saludables y reduciendo el consumo de alimentos ultraprocesados. En este contexto, el nutricionista actúa como agente de transformación, generando impactos positivos que también alcanzan al entorno familiar. Los estudios indican que las intervenciones presenciales son más eficaces que las estrategias digitales, reforzando la importancia de una actuación humanizada del nutricionista. La participación de padres y profesores potencia los resultados y amplía el alcance de las acciones de promoción de la salud a toda la comunidad escolar.

Palabras clave:

Entorno Escolar; Adolescentes; Enfermedades Crónicas No Transmisibles; Educación Alimentaria y Nutricional; Nutricionista.

INTRODUÇÃO

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) estão entre os principais problemas de saúde pública do Brasil e do mundo, representando cerca de 70% das mortes ocorridas, tendo como principais fatores de risco o tabagismo, consumo alimentar inadequado, sedentarismo e consumo de bebidas alcoólicas, segundo a (Organização Mundial da Saúde, 2023). Atualmente, essas doenças não se restringem à população idosa, sendo observadas com frequência crescente entre adolescentes e jovens. Seu aparecimento precoce está associado principalmente a fatores relacionados ao estilo de vida, o que evidencia a importância de ações de prevenção e promoção da saúde desde as fases iniciais da vida (Organização Mundial de Saúde, 2023).

Em perspectiva complementar, o Ministério da Saúde (2021) enfatiza que as DCNT constituem agravos de etiologia multifatorial que se processam de maneira perigosa ao longo do ciclo vital. No espectro clínico, destacam-se a obesidade, o Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) e a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), cujas trajetórias são severamente impactadas por determinantes comportamentais modificáveis (BRASIL, 2021). Fatores como o tabagismo, o consumo nocivo de álcool, o sedentarismo, padrões dietéticos deletérios, aporte excessivo de sódio e açúcares simples atuam como precursores críticos para o surgimento precoce dessas patologias (Organização Mundial da Saúde, 2023). Diante desse cenário, a implementação de estratégias preventivas no ecossistema escolar torna-se necessária, uma vez que a adolescência

representa o período fundamental para a consolidação de hábitos de vida que tendem a persistir na fase adulta (BRASIL, 2021).

Nessa perspectiva, o ambiente escolar configura-se como um espaço estratégico e privilegiado para a implementação de medidas de promoção e prevenção de fatores de risco (Organização Mundial da Saúde, 2023). Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (2023), um estudo realizado com adolescentes de 11 a 17 anos, predominantemente estudantes do ensino fundamental e médio, evidenciou que os hábitos de vida e os padrões alimentares estabelecidos durante a juventude tendem a persistir ao longo da vida, influenciando diretamente a saúde na fase adulta. Esse período é marcado pela consolidação de hábitos e comportamentos, como sedentarismo, alimentação inadequada, consumo de substâncias e privação do sono, que podem impactar negativamente a saúde futura (Organização Mundial da Saúde, 2023).

Desta forma, a escolha deste público justifica-se pela relevância de intervenções precoces em ambientes escolares, considerados espaços estratégicos para a promoção da saúde, visando a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis e o fortalecimento de práticas saudáveis ao longo da vida (Organização Mundial da Saúde, 2023).

No cenário da vigilância epidemiológica nacional, o governo federal instituiu o “Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030”, como mecanismo central para amenizar o impacto das DCNT, as quais figuram como a principal causa de mortalidade no país, sendo responsáveis por 54,7% dos óbitos registrados em 2019 (Organização Mundial da Saúde, 2023). De acordo com as diretrizes do plano de ações supracitado, o controle dos determinantes comportamentais modificáveis, monitorados via Vigitel e que incluem o tabagismo, a inatividade física e a inadequação nutricional associada ao consumo de alimentos ultraprocessados, exige a implementação de políticas intersetoriais que atuem diretamente sobre os determinantes sociais e as escolhas de saúde da população.

Segundo o Fundo de Desenvolvimento da Educação (FNDE), no Brasil são desenvolvidas estratégias destinadas ao fortalecimento da alimentação escolar, incluindo a elaboração de cardápios nutricionalmente adequados e o incentivo ao consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados, segundo as diretrizes do Ministério da Educação (2020).

Nesse contexto, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), destaca o papel do nutricionista como essencial para o desenvolvimento de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), atuando como instrumento de prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) e de promoção da formação de hábitos alimentares saudáveis durante

a infância e a adolescência, que conseqüentemente favorece a redução de risco associados a alimentação inadequada e sedentarismo, especialmente no que se refere à prevenção, à promoção da saúde e à atuação sobre determinantes sociais, (BRASIL, 2020).

Portanto, o objetivo geral deste estudo é analisar a eficácia da promoção da saúde no ambiente escolar na melhoria de comportamentos relacionados à saúde, bem como seu impacto na prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) em adolescentes. Busca-se, ainda, compreender como intervenções desenvolvidas no ambiente escolar podem contribuir para a redução dos fatores de risco associados as DCNT e para a promoção à saúde entre adolescentes.

METODOLOGIA

A presente pesquisa estrutura-se por meio de uma revisão integrativa, com abordagem analítica e descritiva, reunindo as principais contribuições científicas dentro do período definido. Este percurso busca promover a síntese de evidências que permitam responder a seguinte pergunta norteadora: “Como intervenções de promoção da saúde no ambiente escolar podem contribuir para a prevenção de fatores de risco para Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) em adolescentes?”

A análise do referencial teórico operacionalizou-se mediante a consulta aos sites acadêmicos científicos de confiança, com ênfase nas bases de dados PubMed (U.S National Library of Medicine) e SciELO (Scientific Elec-tronical Library Online). A escolha das fontes para este estudo foi realizada por meio de uma busca detalhada, utilizando palavras-chave em inglês para abarcar uma mais quantidade de pesquisas relevantes sobre o tema.

Para construir esta análise literária sobre a promoção da saúde, foram unidos os termos através dos operadores booleanos “AND” e “OR” da seguinte forma: "adolescentes" OR "adolescents" AND "ambiente escolar" OR "school setting" AND "promoção da saúde" OR "health promotion". O objetivo deste caminho foi reunir dados concretos sobre como as atividades educativas e as ações de saúde impactam o dia a dia dos jovens no ambiente escolar. Essa estratégia permitiu organizar as informações de forma clara e completa, garantindo que a visão apresentada no artigo esteja baseada em estudos de confiança e qualidade científica.

A seleção das fontes deste estudo baseou-se na escolha de artigos originais de fonte primária de 2022 a 2026, disponíveis para leitura completa e escritos em português e inglês. O objetivo da análise foi identificar pesquisas que mostrassem o impacto das estratégias no âmbito

escolar em relação a diminuição ou desenvolvimentos de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

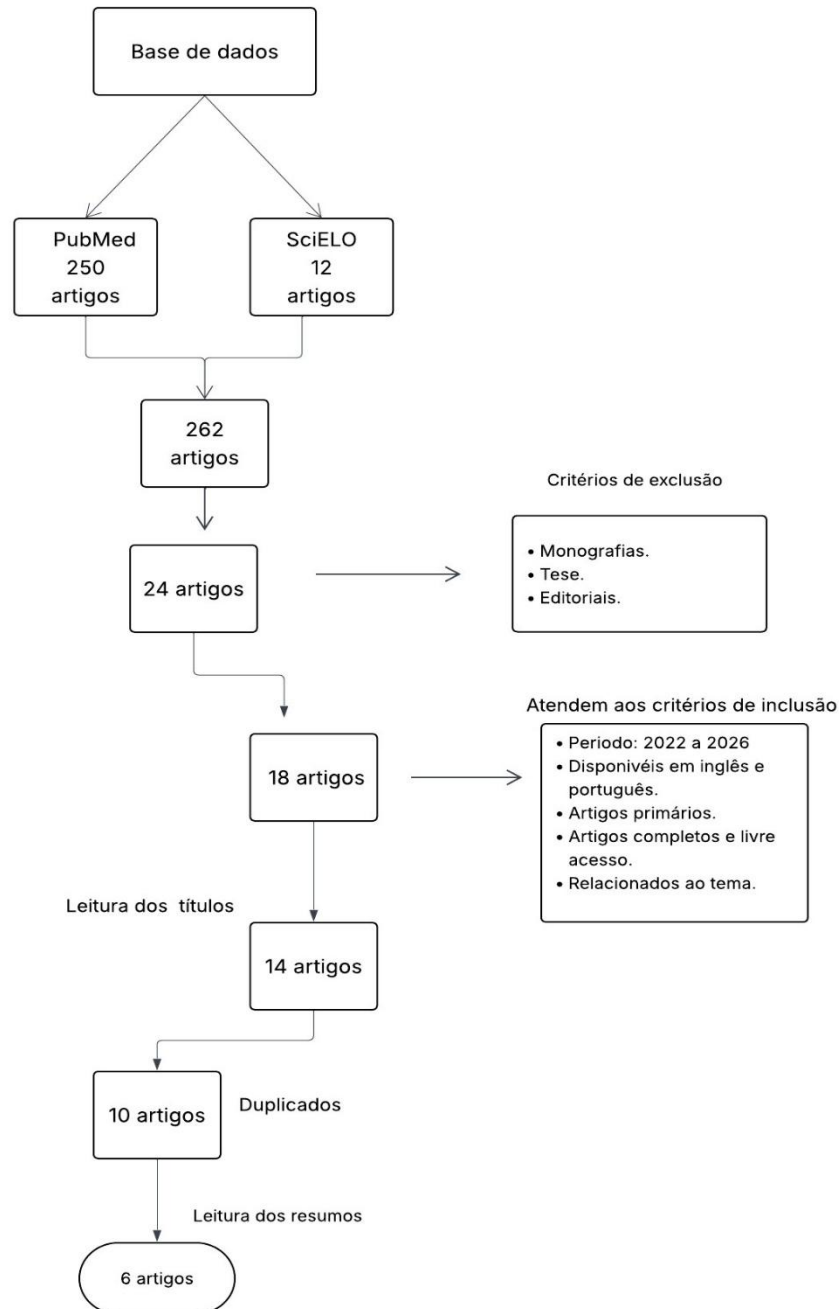
Foram priorizados estudos que avaliassem fatores de risco importantes, como obesidade, resistência à insulina e pressão alta, focando especificamente no público de jovens e adolescentes. Quanto aos critérios de exclusão, foram descartados os estudos repetidos entre as bases de dados e aqueles publicados fora do período definido, ou seja, antes de 2022. Além disso, foram desconsiderados resumos de congressos, dissertações e monografias, bem como textos de opinião, editoriais e cartas ao editor. Por fim, excluíram-se os artigos de revisão que não possuíam um caráter analítico ou sistemático sobre os resultados.

O processo de busca dos materiais foi estruturado em etapas sistemáticas. Inicialmente, realizou-se a identificação dos estudos nas bases de dados selecionadas, por meio da aplicação de descritores previamente definidos e alinhados ao tema da pesquisa. Em seguida, procedeu-se à triagem dos estudos a partir da leitura dos títulos e resumos, considerando critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, a fim de selecionar apenas as publicações pertinentes ao objetivo do estudo. Por fim, os artigos elegíveis foram submetidos à leitura na íntegra, possibilitando a extração, organização e análise das informações relacionadas ao papel das intervenções de promoção da saúde no ambiente escolar na prevenção de fatores de risco e na melhoria da qualidade de vida de adolescentes.

A etapa de identificação e seleção dos estudos foi representada por meio de um fluxograma (Figura 1), no qual estão detalhadas as fases do processo, desde a busca inicial nas bases de dados até a inclusão final dos artigos que compuseram a revisão.

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

INTERVENÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE NO AMBIENTE ESCOLAR PARA PREVENÇÃO DE FATORES DE RISCO DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS (DCNT), EM ADOLESCENTES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.



Fonte: desenvolvido pelos autores, 2026.

No Quadro 1, apresentado a seguir, foram reunidas as principais informações de cada artigo científico incluído na pesquisa, contemplando autores, delineamento do estudo, ano de

publicação, local de realização, características da amostra, objetivos, metodologia empregada e principais resultados. Os 06 artigos foram publicados em língua inglesa e portuguesa e são estudos primários publicados em periódicos nacionais e internacionais, sendo realizados na Índia, Texas, Austrália e Portugal.

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
1	Kaur S., <i>et al.</i> 2026 Índia	Estudo controlado, randomizado. N= 12 escolas públicas (adolescentes do 8º ano)	O estudo avaliou se uma intervenção escolar, com participação dos pais, reduz o consumo de ultraprocessados e melhora hábitos alimentares, contribuindo para prevenir DCNT em adolescentes	A intervenção incluiu 11 encontros educativos para adolescentes ao longo de 6 meses, além de uma sessão única voltada aos pais, com foco na conscientização sobre a redução do consumo de ultraprocessados e no estímulo a hábitos alimentares mais saudáveis.	A intervenção escolar reduziu significativamente o consumo de alimentos ultraprocessados entre os adolescentes, demonstrando que estratégias educativas no ambiente escolar são eficazes para melhorar hábitos alimentares e contribuir para a prevenção de DCNT,
2	Kaur S., <i>et al.</i> 2024 India	Estudo randomizado, e controle, N = 453 adolescentes; 395 (pais dos adolescentes) 94 (professores)	Avaliar o efeito de uma intervenção de promoção da saúde no ambiente escolar na redução de fatores de risco comportamentais para doenças crônicas.	Ensaio controlado por cluster em 12 escolas, com adolescentes, pais e professores, baseado no modelo PRECEDEPROCEED; incluiu sessões alimentares educativas, com avaliação na redução dos fatores de risco.	A intervenção escolar reduziu fatores de risco comportamentais entre adolescentes, como consumo de sal e álcool, além de aumentar a ingestão de frutas e o nível de atividade física.

3	Kaur S., <i>et al.</i> 2022 India	Estudo experi- mental, N= 360 alunos (10 a 16 anos)	Avaliar a eficá- cia de um pacote de intervenções de promoção da saúde em ambiente escolar na me- lhoria dos fato- res de risco com- portamentais para doenças crônicas entre adolescentes, seus professores e pais.	Estudo randomi- zado por cluster em 6 es- colas e 12 grupos (30 alunos). Durante seis meses para promover hábitos saudáveis e re- duzir fatores de risco comporta- mentais.	O estudo demonstrou melhorias na educa- ção alimentar, no consumo de frutas e vegetais, na redução de açúcar e sal e na promoção de hábitos saudáveis no ambiente escolar, destacando a importância do nutricionista na promoção da saúde coletiva e escolar.
4	O'dean, Siobhan <i>et al.</i> 2024 Austrália	Ensaio contro- lado randomi- zado. N= 71 escolas publicas esco- lhidas.	Avaliar a eficácia da intervenção Health4Life em modificar fatores de risco para doenças crônicas em adolescentes.	Ensaio controlado randomizado por clusters (escolas), com intervenção digital aplicada em sala de aula e acompanhamento dos alunos ao longo do tempo para avaliar mudanças em fatores de risco.	O estudo mostrou que a intervenção Health4Life, baseada em video aulas educativas e tecnologia digital, não apresentou resultados significativos na redução de fatores de risco, como consumo de álcool, alimentação inadequada e tempo excessivo em dispositivos eletrônicos. Os achados reforçam a importância de estratégias mais efetivas de promoção da saúde presencialmente no ambiente escolar, destacando o papel do nutricionista na educação alimentar e na prevenção de doenças crônicas entre adolescentes.
5	Jeans, M.R., <i>et al.</i> 2023 Texas	Estudo randomizado N=16 escolas	O objetivo do estudo foi avaliar se a intervenção Texas Sprouts, baseada em	Ensaio randomi- zado por escolas, com intervenção de jardinagem e educação nutricional,	O estudo TX Sprouts demonstrou que intervenções educativas envolvendo jardinagem, culinária e nutrição

			jardinagem,		
			culinária e educação nutricional, influencia o consumo alimentar, e observando mudanças na ingestão de alimentos não processados e ultraprocessados.	avaliando a dieta por recordatórios de 24h e classificação NOVA.	contribuíram para o aumento do consumo de alimentos <i>in natura</i> e redução de alimentos ultraprocessados entre adolescentes de baixa renda, destacando a importância do nutricionista na educação alimentar e promoção da saúde no ambiente escolar.
6	Machado Rodrigues, Aristides M. <i>et al.</i> 2024 Portugal	Estudo transversal N= 245s, adolescentes (12 à 17 anos)	Comparar o consumo de ultraprocessado comportamento sedentário e bem-estar entre sexos, e analisar sua relação com o risco de sobrepeso em adolescentes.	Estudo transversal com adolescentes, utilizando medidas antropométricas, questionários para consumo de ultraprocessados, comportamento sedentário e bem-estar, com análise estatística por correlação e regressão.	Não houve diferença entre meninos e meninas no consumo de ultraprocessados; meninos apresentaram mais tempo em atividades sedentárias com eletrônicos e maior bem-estar; e o consumo de ultraprocessados mostrou associação com maior risco de sobrepeso, porém sem significância estatística.

Fonte: desenvolvido pelos autores, 2026

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As pesquisas analisadas apresentaram diferentes abordagens metodológicas, com predominância de ensaios clínicos randomizados e intervenções escolares presenciais, em sua maioria com resultados positivos na redução do consumo de alimentos ultraprocessados,

melhora da alimentação e promoção de hábitos saudáveis. Embora um dos estudos baseado exclusivamente em tecnologia digital não tenha apresentado resultados significativos, seus achados reforçaram que as estratégias eletrônicas, isoladamente, não substituem a atuação presencial e humanizada do nutricionista no ambiente escolar.

De forma geral, os estudos convergem ao evidenciar a importância do nutricionista na promoção da saúde e na educação alimentar e nutricional como estratégias fundamentais para a prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Além de impactar positivamente os adolescentes, as intervenções também alcançaram pais e professores, demonstrando que a atuação do nutricionista possui efeito ampliado sobre toda a comunidade escolar e familiar.

No estudo de Kaur *et al.*, (2026), foi desenvolvido um ensaio clínico randomizado por conglomerados realizado em 12 escolas públicas da cidade de Chandigarh, na Índia, envolvendo adolescentes do 8º ano e seus pais. A intervenção foi baseada no Modelo PRECEDE-PROCEED, amplamente utilizado em programas de promoção da saúde, e consistiu em 11 sessões educativas conduzidas ao longo de seis meses com os adolescentes. Paralelamente, os pais participaram de uma sessão educativa voltada para a conscientização sobre os riscos do consumo de alimentos ultraprocessados e a importância da adoção de hábitos alimentares mais saudáveis.

Para avaliar a eficácia da intervenção, foram realizados recordatórios alimentares de 24 horas em dois momentos distintos, no início e ao final do estudo. Os alimentos consumidos foram classificados de acordo com o sistema NOVA, que categoriza os alimentos segundo o grau de processamento industrial. Os resultados demonstraram redução significativa no consumo energético proveniente de alimentos ultraprocessados entre os adolescentes participantes, com diminuição média de 1.062 kcal/dia. Também foi observada redução no consumo de alimentos processados, evidenciando a efetividade das ações educativas realizadas no ambiente escolar. Em contrapartida, não houve alterações significativas no consumo de alimentos minimamente processados.

Os achados reforçam a importância do ambiente escolar como espaço estratégico para a promoção da saúde e prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). A elevada adesão dos estudantes às atividades demonstra que intervenções presenciais, contínuas e estruturadas podem contribuir para mudanças positivas nos hábitos alimentares dos adolescentes. Dessa forma, o estudo evidencia que a atuação educativa em escolas constitui uma ferramenta relevante para a redução do consumo de alimentos ultraprocessados e para a promoção de hábitos alimentares mais saudáveis durante a adolescência.

Na investigação de Kaur *et al.*, (2024), realizada com 453 adolescentes na Índia, a intervenção envolveu pais, professores e alunos apresentou resultados positivos, com redução do consumo de sal e melhora nos níveis de atividade física. O diferencial do estudo foi o impacto observado também nos adultos, especialmente pais e docentes, que aumentaram o consumo de frutas e vegetais, demonstrando que o envolvimento familiar fortalece as ações de promoção da saúde. Nesse contexto, evidencia-se o papel fundamental do nutricionista no ambiente escolar, atuando de forma ampla e estratégica por meio de atividades educativas, reuniões e orientações direcionadas não apenas aos adolescentes, mas também às famílias e à comunidade escolar. Os achados reforçam que a atuação do nutricionista ultrapassa os limites da escola, promovendo mudanças nos hábitos alimentares dentro do ambiente familiar e contribuindo para a formação de hábitos saudáveis que podem persistir até a vida adulta.

Apesar do sucesso, a intervenção não afetou o uso de tabaco ou a ingestão de açúcar, indicando que alguns hábitos de risco são mais resistentes a programas escolares gerais e podem exigir estratégias específicas. Esses resultados reforçam que o modelo é eficaz para a prevenção primordial, pois permite "alcançar os jovens cedo" e disseminar hábitos saudáveis para além dos portões da escola, impactando a comunidade escolar como um todo.

Na presente pesquisa de Kaur *et al.*, (2022), foi realizada uma intervenção de promoção da saúde no ambiente escolar voltada para adolescentes, pais e professores, utilizando o modelo PRECEDE-PROCEED como base para o planejamento e implementação das ações. A estratégia incluiu atividades educativas sobre alimentação saudável, prática de atividade física e prevenção do consumo de álcool e tabaco, desenvolvidas ao longo de seis meses em escolas públicas da Índia.

Os achados sugerem que o ambiente escolar é um local estratégico para a prevenção dos fatores de risco associados às DCNT, uma vez que muitos desses comportamentos são adquiridos durante a adolescência. A inclusão de pais e professores no processo educativo fortalece a criação de uma rede de apoio capaz de favorecer mudanças comportamentais mais duradouras. Outro aspecto relevante foi a utilização de um modelo teórico para orientar a intervenção, permitindo uma abordagem estruturada e adaptada às características socioculturais dos participantes. O estudo destaca ainda a importância de ações contínuas e multifatoriais, que abordem simultaneamente alimentação, atividade física e prevenção ao uso de substâncias nocivas.

Dessa forma, os resultados esperados reforçam o potencial das intervenções escolares para promover hábitos saudáveis, reduzir fatores de risco comportamentais e contribuir para a

prevenção precoce das DCNT, evidenciando a necessidade de ampliar esse tipo de estratégia em países de baixa e média renda.

A intervenção foi considerada bem-sucedida para o público adolescente, validando a eficácia do método aplicado como referencial para a prevenção primordial no ambiente educativo. O estudo demonstrou que a escola é um campo estratégico para modificar fatores de risco de doenças crônicas não transmissíveis, embora tenha encontrado limitações ao tentar alterar o comportamento alimentar dos pais, que não apresentaram mudanças significativas. Esses resultados reforçam que, para garantir a sustentabilidade das mudanças, as políticas de saúde devem buscar uma integração mais profunda entre o ecossistema escolar e o ambiente doméstico.

O ponto de convergência entre esses três estudos de Kaur *et al.*, (2022), é a validação do Modelo PRECEDE-PROCEED, modelo de planejamento em promoção da saúde utilizado para desenvolver, implementar e avaliar intervenções educativas, considerando fatores sociais, comportamentais e ambientais que influenciam a saúde da população, focando simultaneamente em adolescentes, pais e professores. Em comum, os achados demonstram que a intervenção foi capaz de gerar mudanças reais em hábitos de risco, como a redução expressiva no consumo de alimentos ultraprocessados, diminuição da ingestão de sal e a queda na prevalência do uso de álcool, além de promover o aumento dos níveis de atividade física, reforçando assim, a atuação do nutricionista com atividades educativas voltadas para pais e alunos no ambiente escolar exerce papel crucial na formação de hábitos saudáveis e na prevenção de doenças crônicas desde a adolescência.

Na pesquisa denominada Health4Life, realizada em 71 escolas e com uma amostra de 6.640 alunos do 7º ano, foi avaliada uma intervenção baseada em saúde eletrônica (eHealth), que utiliza tecnologias digitais, como aplicativos, plataformas online, vídeo aulas e dispositivos eletrônicos, para promover educação, prevenção e cuidados em saúde. Os resultados demonstraram que a intervenção não foi estatisticamente mais eficaz do que a educação em saúde convencional na modificação de doze desfechos comportamentais. Após 24 meses de acompanhamento, os resultados não indicaram mudanças significativas em fatores críticos como a ingestão inadequada de frutas e vegetais, o aumento da atividade física leve ou a redução na frequência do uso de álcool e tabaco.

Observa-se, portanto, que intervenções exclusivamente eletrônicas não apresentam a mesma eficácia das ações presenciais, reforçando a importância da atuação direta do nutricionista no ambiente escolar. Dessa forma, destaca-se que o contato humanizado, o

acompanhamento contínuo e as atividades presenciais com alunos e famílias são fundamentais para promover mudanças reais nos hábitos alimentares e na prevenção das doenças crônicas.

Esses dados sugerem uma resistência maior à mudança de hábitos quando as intervenções são mediadas exclusivamente por plataformas digitais sem estratégias de engajamento intensivas. Em conclusão, a intervenção não obteve êxito em superar o ensino escolar regular para modificar os fatores de risco de doenças crônicas em adolescentes. Esse resultado apresenta uma divergência importante em relação à série de estudos de Kaur *et al.*, (2022), na Índia, onde intervenções ocorreram de forma presencial e foram estruturadas no Modelo PRECEDE-PROCEED. Esses achados significam que, embora a escola seja um campo estratégico, o formato da entrega (digital *vs* presencial) e a densidade das atividades são determinantes fundamentais para que a promoção da saúde resulte em mudanças clínicas e comportamentais duradouras. Mesmo com os avanços das tecnologias e das intervenções digitais, elas não substituem a presença e a atuação do nutricionista no ambiente escolar, sendo fundamental o acompanhamento presencial e humanizado para promover educação alimentar efetiva e mudanças duradouras nos hábitos de vida.

O experimento Texas Sprouts, ensaio clínico randomizado em aglomerados realizado com 468 adolescentes (baixa renda) em 16 escolas primárias nos Texas, avaliou o impacto de um programa de educação em jardinagem, culinária e nutrição no consumo de alimentos processados e ultraprocessados. Os principais achados demonstraram que a intervenção resultou em um aumento significativo no consumo de alimentos não processados (2,3%) e uma redução significativa na ingestão de ultraprocessados (-2,4%), em comparação ao grupo controle. Notavelmente, o efeito foi ainda mais acentuado entre os adolescentes, o que reforça a eficácia de estratégias que utilizam o contato direto com o cultivo e o preparo de alimentos para modificar o perfil dietético de populações vulneráveis com base na promoção à saúde que o nutricionista aplica, pois é fundamental sua colaboração nesse quesito. Em conclusão, a intervenção demonstrou que a integração de hortas escolares e atividades práticas de culinária melhora a qualidade da alimentação, favorecendo a substituição de alimentos ultraprocessados por alimentos *in natura*. Os achados reforçam o papel fundamental do nutricionista no ambiente escolar, promovendo educação alimentar e estratégias que contribuem para hábitos mais saudáveis e para a prevenção de doenças crônicas desde a adolescência.

Na pesquisa de Machado-Rodrigues *et al.*, (2024), realizado nos distritos de Coimbra e Viseu, Portugal, com uma amostra de 245 adolescentes (12 a 17 anos), em que objetivou avaliar a associação entre o estilo de vida comportamental e a obesidade pediátrica. Os autores identificaram que o consumo de alimentos ultraprocessados está associado a um maior risco de

excesso de peso entre os jovens, embora com significância estatística marginal. Um achado de relevância foi a identificação de que filhos de mães com altos níveis de escolaridade apresentavam menor probabilidade de serem classificados com sobrepeso ou obesidade, o que evidencia o papel dos determinantes sociais na saúde e a importância do nutricionista nesse cenário. Esse resultado apresenta semelhança com os achados de Kaur *et al.*, (2022), na Índia, ao reforçar que a inadequação nutricional precoce é um precursor crítico para patologias metabólicas e DCNT, reforçando mais uma vez o papel do nutricionista no âmbito escolar, promovendo educação e saúde nutricional e que de forma positiva tem um impacto na saúde futuro dos adolescentes.

Em desfecho, o estudo demonstrou que hábitos alimentares inadequados já impactam negativamente o estado nutricional na adolescência, reforçando a necessidade de intervenções precoces e direcionadas. Os achados evidenciam a importância das políticas de saúde e da implementação de estratégias que considerem o contexto socioeducativo familiar, visto que o envolvimento da família se mostrou fundamental na promoção da alimentação saudável e na redução do consumo de alimentos ultraprocessados. Além disso, os estudos destacam o papel essencial do nutricionista no ambiente escolar, atuando na educação alimentar e nutricional de adolescentes e pais, por meio de estratégias educativas capazes de promover mudanças positivas nos hábitos de vida e contribuir para a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis.

A análise conjunta desses estudos demonstra que o ambiente escolar é um espaço estratégico para a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes. O estudo de Kaur *et al.*, (2022), fundamentado no modelo PRECEDEPROCEED, apresentou resultados positivos na mudança de hábitos de vida. De forma semelhante, o TX Sprouts, intervenção escolar baseada em jardinagem, culinária e educação nutricional, também evidenciou efeitos benéficos, como o aumento do consumo de alimentos *in natura* e a redução de alimentos ultraprocessados, considerados fontes de calorias vazias. Dessa forma, ambos os estudos se complementam ao demonstrar que intervenções educativas associadas à atuação do nutricionista no ambiente escolar contribuem significativamente para a promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas entre adolescentes.

Por outro lado, os resultados estatisticamente nulos do estudo Health4Life e a significância marginal em Rodrigues *et al.*, (2024), são igualmente interessantes e fundamentais para a conclusão do tema. Eles provam que a simples transmissão de informações ou o uso de plataformas digitais sem suporte presencial são insuficientes para modificar hábitos profundamente enraizados. Além disso, a relevância do contexto familiar e da escolaridade materna indica que a promoção da saúde na escola, necessita de estratégias que integrem o

ecossistema familiar. Portanto, todos os artigos selecionados convergem para a ideia de que a prevenção primordial exige abordagens multifocais, práticas e socialmente contextualizadas para serem verdadeiramente eficazes.

Apesar dos resultados positivos encontrados, algumas limitações devem ser consideradas. Os estudos foram realizados em diferentes países e contextos, o que pode dificultar a aplicação dos resultados a outras populações. Além disso, houve diferenças entre os métodos utilizados, tempo de acompanhamento e número de participantes. Muitos dados foram obtidos por meio de questionários e relatos dos próprios participantes, o que pode gerar erros nas informações. Outro ponto importante é que a maioria das pesquisas avaliou apenas os efeitos de curto prazo, não sendo possível saber se as mudanças nos hábitos foram mantidas ao longo do tempo. Por fim, alguns comportamentos de risco, como o consumo de álcool, tabaco e açúcar, mostraram-se mais difíceis de modificar, indicando a necessidade de ações contínuas envolvendo escola, família e comunidade.

CONCLUSÃO

A presente revisão evidenciou que o ambiente escolar é um dos pilares mais potentes para a prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) na adolescência. Os estudos analisados demonstraram que intervenções fundamentadas em educação alimentar e nutricional foram capazes de reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados, estimular hábitos saudáveis e transformar comportamentos ainda na fase em que os padrões de vida estão sendo construídos. Os estudos analisados evidenciam que a atuação do nutricionista no ambiente escolar contribui significativamente para a promoção à saúde, prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) e fortalecimento de hábitos alimentares saudáveis entre adolescentes.

Os achados reforçam que a atuação do nutricionista no âmbito escolar ultrapassa os limites da orientação nutricional. Sua presença promove vínculo, conscientização e pertencimento, permitindo que adolescentes compreendam a alimentação como instrumento de saúde e qualidade de vida. Mais do que modificar escolhas alimentares, o nutricionista contribui para formar indivíduos críticos, conscientes e capazes de construir uma relação mais saudável com o próprio corpo, com a comida e com o futuro. O impacto dessas ações não permanece restrito à escola, mas ecoa dentro dos lares e alcança toda a dinâmica familiar.

Um dos achados mais relevantes desta revisão foi a constatação de que mesmo os estudos que não demonstraram resultados positivos forneceram evidências importantes para a

compreensão da temática investigada. As intervenções exclusivamente digitais mostraram que tecnologias, aplicativos e plataformas eletrônicas podem auxiliar, mas jamais substituirão a presença humanizada do nutricionista. Os estudos analisados sugerem que estratégias exclusivamente digitais apresentam menos efetividade quando comparadas a intervenções presenciais desenvolvidas no ambiente escolar. Esse achado fortalece a compreensão de que promover saúde exige presença, continuidade e relações humanas reais.

Além disso, os estudos evidenciaram que quando pais e professores são incluídos nas intervenções, os resultados tornam-se ainda mais expressivos e duradouros. Isso demonstra que o trabalho do nutricionista não transforma apenas a vida do adolescente, mas reverbera sobre famílias inteiras e fortalece a construção de uma cultura de saúde coletiva. Portanto, defender a presença do nutricionista nas escolas é defender prevenção, qualidade de vida e futuro. As ações de educação alimentar e nutricional representam uma importância estratégica de promoção da saúde e prevenção de fatores de risco associados às DCNT.

Apesar das evidências encontradas demonstrarem o potencial das intervenções escolares na promoção da saúde e na prevenção das DCNT, alguns aspectos merecem consideração durante a interpretação dos resultados. Verificou-se que parte significativa dos estudos selecionados foi desenvolvida por um mesmo grupo de autores e em contextos geográficos específicos, o que pode reduzir a diversidade de perspectivas contempladas nesta revisão.

Além disso, foi observada dificuldade na identificação de estudos brasileiros que abordassem diretamente a atuação do nutricionista no ambiente escolar voltada à prevenção das DCNT em adolescentes, o que limitou a inclusão de evidências nacionais e a discussão dos resultados à luz da realidade brasileira. Considerando as diferenças culturais, sociais, econômicas e estruturais entre os países, torna-se importante interpretar os achados com cautela e incentivar a realização de novas pesquisas no contexto nacional.

Ainda assim, os estudos incluídos apresentaram qualidade metodológica e contribuíram de forma consistente para a compreensão da temática, oferecendo evidências relevantes sobre o potencial das intervenções escolares na promoção da saúde e na prevenção das DCNT entre adolescentes.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Resolução nº 6, de 8 de maio de 2020**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Brasília, DF:

FNDE, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/ptbr/aceso-a-informacao/legislacao/resolucoes/2020/resolucao-no-6-de-08-de-maiode-2020/view>. Acesso em: 8 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas e agravos não transmissíveis no Brasil 2021-2030**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencascronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf. Acesso em: 8 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN)**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/>. Acesso em: 23 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Ficha informativa: **Cenário Das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (Vigitel)**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/vigitel/fact-sheet-cenario-das-doencas-cronicasnao-transmissiveis-vigitel>. Acesso em: 23 maio 2026.

JEANS, Matthew R. et al. **Efeitos de uma intervenção escolar com atividades de jardinagem, culinária e educação nutricional sobre o consumo de alimentos in natura e ultraprocessados: ensaio clínico randomizado por conglomerados**. The Journal of Nutrition, v. 153, n. 7, p. 2073-2084, 2023. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10375509/>. Acesso em: 23 maio 2026.

KAUR, Sandeep; KUMAR, Rajesh; KAUR, Manmeet. **Intervenção escolar voltada à mudança de comportamento para a redução do consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes: evidências provenientes de um ensaio clínico randomizado por conglomerados**, na Índia. BMJ Global Health, v. 11, n. 1, e020799, 2026. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12815165/>. Acesso em: 23 maio 2026.

KAUR, Sandeep; KUMAR, Rajesh; LAKSHMI, Pinnaka V. M.; KAUR, Manmeet. **Eficácia de uma intervenção escolar voltada à mudança de comportamento na redução dos fatores de risco para doenças crônicas**. Chandigarh (Índia): a clusterrandomised controlled trial. The Lancet Regional Health – Southeast Asia, v. 21, 100353, 2024. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10832458/>. Acesso em: 23 maio 2026.

KAUR, Sandeep; KAUR, Manmeet; KUMAR, Rajesh. **Intervenção de promoção da saúde para prevenção dos fatores de risco das doenças crônicas: protocolo de um ensaio clínico randomizado por conglomerados realizado com adolescentes no ambiente escolar**. Chandigarh (Índia). PLOS ONE, v. 17, n. 2, e0263584, 2022. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8853575/>. Acesso em: 23 maio 2026.

MACHADO-RODRIGUES, Aristides M. et al. **Consumo de alimentos ultraprocessados e sua associação com o risco de obesidade, sedentarismo e bem-estar entre adolescentes**. Nutrients, v. 16, n. 22, p. 3827, 2024. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11597557/>. Acesso em: 23 maio 2026.



O'DEAN, Siobhan et al. **A intervenção em saúde digital Health4Life para a mudança de comportamentos de risco relacionados ao estilo de vida de adolescentes: resultados secundários de um ensaio clínico randomizado por conglomerados.** Medical Journal of Australia, 2024. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.5694/mja2.52279>. Acesso em: 23 maio 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **OMS: 80% dos adolescentes no mundo não praticam atividades físicas suficientes.** Genebra: OMS, 2023. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/80165-oms-80-dos-adolescentes-no-mundo-nãopraticam-atividades-físicas-suficientes>. Acesso em: 8 jun. 2026.