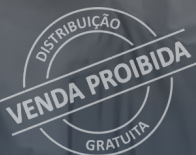


MINISTÉRIO DA SAÚDE
CONSELHO NACIONAL DE SECRETARIAS MUNICIPAIS DE SAÚDE
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

PROGRAMA SAÚDE COM AGENTE
MATERIAL COMPLEMENTAR - DISCIPLINA 25



Brasília – DF
2023

Quais as orientações que podemos fornecer sobre alimentação saudável?

A base da alimentação das pessoas com hipertensão, diabetes e obesidade devem seguir as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira e o manual de orientações para os profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde (APS).



[Clique aqui](#) e leia o Guia Alimentar para a População Brasileira.



[Clique aqui](#) e leia o documento "Alimentação Cardioprotetora: manual de orientações para os profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde".

Foram desenvolvidos os Protocolos de uso do Guia Alimentar para a População Brasileira na orientação alimentar de pessoas com obesidade, hipertensão arterial e Diabetes Mellitus:



[Clique aqui](#) e leia as orientações alimentares para pessoas adultas com obesidade, hipertensão arterial e diabetes mellitus: bases teóricas e metodológicas.



[Clique aqui](#) e leia as orientações alimentares para pessoas adultas com obesidade.



[Clique aqui](#) e leia as orientações alimentares para pessoas adultas com hipertensão arterial.



Para orientar a população podem ser utilizados o “Guia Alimentar para a população brasileira” (versão resumida). [Clique aqui](#)



[Clique aqui](#) e veja mais informações sobre a cartilha “Alimentação Cardioprotetora”.



[Clique aqui](#) e veja o folder “Alimentação saudável para pessoas com obesidade”.



Orientações nutricionais específicas para indivíduos com diabetes:

- Valorize as três principais refeições do dia – café da manhã, almoço e jantar. No almoço e no jantar, procure consumir comida caseira, baseada em alimentos *in natura* e minimamente processados, como arroz e feijão, carnes, ovos, verduras, legumes, entre outros.
- Legumes, verduras e frutas são boas fontes de fibras, vitaminas e minerais. O consumo no dia a dia contribui para o cuidado da glicemia – açúcar no sangue.
- As frutas, de qualquer tipo, podem ser consumidas divididas ao longo do dia. Castanhas, nozes, amêndoas, linhaça, amendoim, avelã, coco seco, iogurte natural e leite são boas opções para combinar com as frutas.
- Prefira o consumo de fruta *in natura* em vez de sucos de frutas, mesmo os naturais.
- Procure comprar legumes, verduras e frutas em feiras e sacolões e varejões, ou ainda, diretamente dos produtores (optando sempre por aqueles da época e da região). Assim, encontrará mais variedade, qualidade e menor preço. Se for possível, dê preferência aos orgânicos e cultive hortaliças em casa.



- O consumo moderado de alimentos fontes de energia, tais como arroz, batata, mandioca, inhame/cará, massas e pães, faz parte da alimentação adequada e saudável e não são alimentos proibidos para pessoas com diabetes. Procure consumi-los com feijões, lentilha, grão-de-bico, ovos, carnes, peixes, leite, azeite ou manteiga – em poucas quantidades.
- Ao longo do dia beba água pura, que é a melhor fonte de hidratação.
- Evite o consumo de bebidas adoçadas, tais como refrigerante, suco e água de coco em caixinha, suco em pó, refrescos, bebidas achocolatadas, dentre outras. As bebidas adoçadas são ricas em açúcar, prejudicando o cuidado da glicemia e favorecendo o ganho de peso excessivo. As bebidas intituladas como zero, light ou diet não são opções saudáveis e devem ser evitadas. Essas bebidas são produtos ultraprocessados e não trazem benefício à saúde.
- Evite o consumo de alimentos ultraprocessados. Os alimentos ultraprocessados são ricos em gorduras, açúcares e sódio e pobres em fibras.



Orientações nutricionais específicas para pessoas com hipertensão:

- Reduzir o consumo de sal e utilizar pequena quantidade de sal ao temperar e cozinhar alimentos. Usar pouco sal na comida pode contribuir para a normalização da pressão arterial e reduzir os riscos de desenvolvimento de doenças do coração.
- O consumo diário máximo de sal para pessoas com hipertensão é o mesmo para a população em geral: até 3 colheres de café rasas de sal de cozinha, que podem ser utilizadas nas preparações do almoço e jantar. Para se aproximar desta quantidade, tente reduzir gradativamente a quantidade de sal a que você está acostumado a colocar na comida.
- Evite deixar o saleiro na mesa no momento da refeição.
- Evite utilizar temperos prontos industrializados, tais como caldos de carne ou legumes, produtos prontos de alho e sal, e temperos prontos para saladas. Geralmente esses produtos contêm altas quantidades de sal, além de muitos deles serem alimentos ultraprocessados.
- Para dar mais sabor às preparações, use quantidades generosas de temperos naturais ao preparar os alimentos (cebola, alho, louro, salsinha, cebolinha, manjericão, pimenta-do-reino, hortelã, orégano, pimentão, tomate, entre outros). Se possível, cultive alguns temperos naturais em casa.



- Valorize as três principais refeições do dia – café da manhã, almoço e jantar. No almoço e no jantar, procure consumir comida caseira, baseada em alimentos *in natura* e minimamente processados, como arroz e feijão, carnes, ovos, verduras, legumes, entre outros.
- Aumente o consumo de frutas, verduras, legumes, produtos lácteos com baixo teor de gordura, cereais integrais, peixes, aves e oleaginosas (castanhas, amendoim, nozes).
- Comer no dia a dia legumes, verduras e frutas melhora a qualidade da alimentação e contribui para a normalização da pressão arterial.
- Procure comprar legumes, verduras e frutas em feiras e sacolões e varejões, ou ainda, diretamente dos produtores, escolhendo sempre aqueles da época e da região onde encontrarão mais variedade, qualidade e menor preço.
- Frutas como banana-da-terra/banana comprida, prata ou nanica, laranja-pera, mexerica ou tangerina, mamão formosa, goiaba, abacate, melão oleaginosas (castanhas, amendoim, nozes) contribuem para maior ingestão de potássio, que podem auxiliar no manejo da pressão arterial.
- Ao longo do dia beba água pura que é a melhor fonte de hidratação.



- Evite o consumo de bebidas adoçadas, tais como refrigerante, suco e água de coco em caixinha, suco em pó, refrescos, bebidas achocolatadas, dentre outras. As bebidas adoçadas, além de ricas em açúcar, podem possuir muito sódio. As bebidas “zero”, light ou diet também não são saudáveis e, geralmente, contém mais sódio do que as convencionais, o que prejudica o cuidado com a pressão arterial.
- Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados. Os alimentos ultraprocessados são ricos em gorduras, açúcares e sódio e pobres em fibras, vitaminas e minerais. Evitar ou reduzir o consumo desses alimentos, pode contribuir com melhorias na qualidade da alimentação e redução da ingestão de sódio, favorecendo a normalização da pressão arterial.
- Coma em ambientes tranquilos e atento(a) ao momento da refeição. Se possível, tente não se envolver em outras atividades no momento da refeição, como assistir televisão, mexer no celular ou computador, comer à mesa de trabalho, em pé ou andando ou dentro de carros ou transportes públicos. Sempre que possível, faça as suas refeições em companhia da família ou de amigos.
- Aprecie e saboreie a sua refeição. Aproveite de todo o prazer proporcionado pelos diferentes sabores e texturas dos alimentos.



Orientações nutricionais específicas para indivíduos com obesidade:

- Valorize as três principais refeições do dia – café da manhã, almoço e jantar. No almoço e no jantar, procure consumir comida caseira, baseada em alimentos in natura e minimamente processados, como arroz e feijão, carnes, ovos, verduras, legumes, entre outros.
- O consumo regular de legumes, verduras e frutas colabora com o funcionamento intestinal, previne a obesidade e outras doenças, além de ajudar na perda e manutenção de peso saudável.
- Tente iniciar o almoço e o jantar com legumes e verduras para aumentar a saciedade e evitar comer maior quantidade de outros alimentos.
- O consumo de frutas ao longo do dia é muito importante para a prevenção e tratamento da obesidade, mas o excesso pode aumentar a quantidade de calorias ingeridas. Por isso, varie o tipo de fruta diariamente e tenha atenção às quantidades!
- Prefira o consumo de fruta inteira em vez de sucos de frutas, mesmo os naturais. Os sucos naturais feitos a partir da fruta não fornecem os mesmos benefícios e nutrientes que o consumo da fruta inteira, pois concentram apenas os açúcares naturais das frutas.



- Procure comprar legumes, verduras e frutas em feiras e sacolões, ou varejões, ou ainda, diretamente dos produtores, escolhendo sempre aqueles da época e da região onde encontrarão mais variedade, qualidade e menor preço.
- Ao longo do dia beba água pura que é a melhor fonte de hidratação.
- Evite o consumo de bebidas adoçadas, tais como refrigerante, suco e água de coco em caixinha, suco em pó, refrescos, bebidas achocolatadas, dentre outras. As bebidas adoçadas contribuem para o ganho de peso e aumentam o risco de doenças do coração e diabetes. As bebidas “zero”, light ou diet e o uso de adoçantes não previnem o ganho de peso e não ajudam na perda de peso a longo prazo.
- Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados. Os alimentos ultraprocessados são ricos em gorduras, açúcares e sódio e pobres em fibras, vitaminas e minerais. Evitar ou reduzir o consumo desses alimentos, pode contribuir com melhorias na qualidade da alimentação, previne a obesidade e outras doenças, além de ajudar na perda e manutenção de peso saudável.



- Coma em ambientes tranquilos e atento (a) ao momento da refeição. Se possível, tente não se envolver em outras atividades no momento da refeição, como assistir televisão, mexer no celular ou computador, comer à mesa de trabalho, em pé ou andando ou dentro de carros ou transportes públicos. Sempre que possível, faça as suas refeições na companhia da família ou de amigos.
- Aprecie e saboreie a sua refeição. Aproveite de todo o prazer proporcionado pelos diferentes sabores e texturas dos alimentos.
- Experimente observar como tem sido sua mastigação. Mastigar completamente os alimentos é importante, tanto para saborear a refeição quanto para uma boa digestão dos alimentos e percepção do corpo sobre a chegada dos sinais de saciedade.



Ações direcionadas à promoção da alimentação adequada e saudável

No âmbito local, o elenco de estratégias direcionadas à promoção da alimentação adequada e saudável envolve o incentivo à criação de ambientes institucionais promotores de alimentação adequada e saudável. Isto significa que é muito importante que sejam oferecidos alimentos saudáveis nas escolas e nos ambientes de trabalho, assim como entre pequenos comércios de alimentos e refeições. Para que as pessoas possam ter uma alimentação adequada e saudável, é necessário que sejam sugeridas muitas opções saudáveis, e que as pessoas recebam uma educação alimentar e nutricional.



A responsabilidade das equipes de saúde com relação à promoção da alimentação adequada e saudável deve transcender os limites das unidades de saúde, inserindo-se nos demais equipamentos sociais, como espaços comunitários de atividade física e práticas corporais, escolas e creches, associações comunitárias, redes de assistência social e ambientes de trabalho, entre outros.

São alguns exemplos de ações de promoção da alimentação adequada e saudável que podem ser realizadas por profissionais, incluindo o (a) Agente Comunitário de Saúde (ACS), equipes e gestores de saúde:

- Promover a articulação e a atuação das equipes da saúde em espaços institucionais como escolas, creches, abrigos, presídios, albergues, locais de trabalho, hospitais, restaurantes populares e cozinhas comunitárias, para desenvolvimento de ações de promoção da alimentação adequada e saudável;
- Articular-se com as redes de equipamentos de segurança alimentar e nutricional (bancos de alimentos, cozinhas comunitárias, restaurantes populares, etc), de educação e socioassistencial para desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional;
- Articular-se com o Poder Legislativo local para propor medidas fiscais e regulatórias que promovam e incentivem a construção de ambientes saudáveis no território;



- Garantir e dar prioridade, no âmbito das competências e atuação da Vigilância Sanitária, assistência técnica sobre boas práticas na manipulação, processamento, embalagem e transporte de alimentos oriundos da agricultura familiar, dos assentamentos da reforma agrária e de comunidades tradicionais;
- Incentivar a agricultura/horticultura/fruticultura familiar/comunitária, valorizando os pequenos agricultores das zonas rurais dos municípios, garantindo estratégias e/ ou locais adequados para comercialização de frutas, legumes e verduras e de outros alimentos saudáveis e culturalmente referenciados, a preços acessíveis ou subsidiados, especialmente em áreas mais vulneráveis;
- Articular estratégias com lideranças comunitárias para a criação e manutenção de hortas comunitárias, escolares e urbanas, em espaços públicos adequados, para apoiar a promoção da alimentação adequada e saudável no território;
- Mapear feiras e pontos de venda de alimentos *in natura* e minimamente processados nas comunidades e/ou no município e consumo de alimentos saudáveis no território;



- Intensificar as ações de promoção do aleitamento materno e da alimentação complementar saudável na APS (pré-natal, puerpério e acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil);
- Priorizar e ampliar o acesso aos serviços de saúde das famílias beneficiárias de programas de transferência de renda e outros públicos prioritários ou em situação de vulnerabilidade.

[Clique aqui](#) e saiba com você pode fazer o monitoramento do consumo alimentar, recomenda-se a utilização de testes como o “Como está a sua Alimentação?” que permite identificar práticas não saudáveis e conhecer as orientações para uma alimentação saudável, com base no “*Guia Alimentar para a População Brasileira*”.



Orientações sobre alimentação adequada e saudável, atividade física e temas relacionados à importância do peso saudável e ao controle do tabagismo estão disponíveis na plataforma Saúde Brasil, no endereço eletrônico. [Clique aqui e veja!](#)



Essa plataforma também disponibiliza o envio das orientações para telefone celular cadastrado, facilitando o acesso da população ao conteúdo. *Utilizando as tecnologias citadas, os (as) profissionais da APS podem realizar ações educativas para promover adaptação da rotina familiar para manutenção de comportamentos alimentares saudáveis, principalmente voltados para pessoas com diabetes e hipertensão (BRASIL, 2020).*

A stack of books is shown in a close-up, slightly angled view. The books are dark in color, and their spines are visible. A semi-transparent blue overlay covers the bottom half of the image. A white line graphic starts from the top right, goes down to a white dot, then diagonally up to another white dot, and finally horizontally to the right, ending at a third white dot. The word "REFERÊNCIAS" is written in white, bold, uppercase letters across the middle of the blue overlay.

REFERÊNCIAS

ASKARI, M.; HESHMATI, J.; SHAHINFAR, H. et al. **Ultra-processed food and the risk of overweight and obesity: a systematic review and meta-analysis of observational studies**. International Journal of Obesity, v. 10, n. 44, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32796919/>. Acesso em 25/02/2023.

BRASIL. Casa Civil. **Decreto Presidencial n.º 5.658, de 2 de janeiro de 2006**. Dispõe sobre a Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco. Brasília, 2006. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/decreto/d5658.htm. Acesso em 25/02/2023.

BRASIL. Casa Civil. **Lei n.º 10.216, de 6 de abril de 2001**. Dispõe sobre a proteção das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo de assistência em saúde mental. Brasília, 2001. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.htm. Acesso em 25/02/2023.

BRASIL. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa nacional de saúde do escolar (PeNSE): 2019 / IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais**. Rio de Janeiro, 2021. 162p. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101852.pdf>. Acesso em: 03/05/2023.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2017-2018: avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil**. Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101742>. Acesso em: 25/02/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Carteira de serviços da Atenção Primária à Saúde (CaSAPS): versão profissionais de saúde e gestores**. Brasília, 2020. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/casaps_versao_profissionais_saude_gestores_completa.pdf. Acesso em: 25/02/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes para o cuidado das pessoas com doenças crônicas nas redes de atenção à saúde e nas linhas de cuidado prioritárias**. Brasília, 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes%20_cuidado_pessoas%20_doencas_cronicas.pdf. Acesso em: 03/05/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica**. Brasília, 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica.pdf. Acesso em: 03/05/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **e-SUS Atenção Primária à Saúde: Manual do Sistema com Prontuário Eletrônico do Cidadão PEC – Versão 4.2**. Brasília, 2021. Disponível em: https://desau.omegapiraju.com.br/manuais/pdf/Manual_PEC_V_4_0.pdf. Acesso em 03/05/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Linha de cuidado do adulto com Hipertensão Arterial Sistêmica**. Brasília, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual - como organizar o cuidado de pessoas com doenças crônicas na APS no contexto da pandemia**. Brasília, 2020. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/arquivos/2020/manual_como-organizar-o-cuidado-de-pessoas-com-doencas-cronicas-na-aps-no-contexto-da-pandemia.pdf. Acesso em: 21/02/2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030**. Brasília, 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-da-nt-2022_2030.pdf/view. Acesso em: 28/03/2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Humanização da Atenção e Gestão do SUS: Gestão participativa e cogestão**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/gestao_participativa_cogestao.pdf Acesso em: 22/02/2022.

BRASIL. **Portaria nº 3, de 28 de setembro de 2017.** Consolidação das normas sobre as redes do Sistema Único de Saúde. Brasília, 2017.

Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0003_03_10_2017.html. Acesso em: 21/12/2022.

BRASIL. **Portaria nº 483, de 1º de abril de 2014.** Redefine a Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e estabelece diretrizes para a organização das suas linhas de cuidado.

Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt0483_01_04_2014.html

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 874, de 16 de maio de 2013.** Institui a Política Nacional para a Prevenção e Controle do Câncer na Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, 2013.

Disponível em:

<https://www.inca.gov.br/publicacoes/legislacao/portaria-874-16-maio-2013>

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria Nº 908, de 20 de abril de 2022.** Dispõe sobre as diretrizes para a organização dos serviços e do cuidado à pessoa tabagista no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, 2022.

Disponível em:

<https://www.in.gov.br/web/dou/-/portaria-gm/ms-n-908-de-20-de-abril-de-2022-394569754>

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.073, de 31 de agosto de 2011.** Regulamenta o uso de padrões de interoperabilidade e informação em saúde para sistemas de informação em saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde, nos níveis Municipal, Distrital, Estadual e Federal, e para os sistemas privados e do setor de saúde suplementar. Brasília, 2011. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt2073_31_08_2011.html. Acesso em: 02/01/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.436, DE 21 DE SETEMBRO DE 2017**. Aprova a Política Nacional da Atenção Básica. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html. Acesso em: 03/05/2023.

BRASIL. **Portaria nº 3.008, de 4 de novembro de 2021**. Institui a Estratégia de Saúde Cardiovascular na Atenção Primária à Saúde. Brasília, 2017. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-gm/ms-n-3.008-de-4-de-novembro-de-2021-356965606>. Acesso em: 02/01/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 4.279, de 30 de dezembro de 2010**. Estabelece diretrizes para a organização da Rede de Atenção à Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, 2010. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/prt4279_30_12_2010.html. Acesso em: 02/01/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. Brasília, 2018. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude.pdf. Acesso em: 02/01/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos Clínicos e Diretrizes Terapêuticas (PCDT)**. Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/protocolos-clinicos-e-diretrizes-terapeuticas-pcdt>. Acesso em: 03/05/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Rastreamento**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/rastreamento_cader_no_atencao_primaria_n29.pdf. Acesso em: 28/03/2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Recomendações para a Operacionalização da Política Nacional de Promoção da Saúde na Atenção Primária à Saúde**. Brasília, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2021: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2021.** Brasília, 2022.

Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/vigitel/vigitel-brasil-2021-estimativas-sobre-frequencia-e-distribuicao-sociodemografica-de-fatores-de-risco-e-protecao-para-doencas-cronicas/#:~:text=Vigitel Brasil 2021 %3A vigilância de, em 2021 %2F Ministério da Saúde%2C>. Acesso em: 03/05/2023.

CARVALHO, F. F. B.; COHEN, S. C.; AKERMAN, M. **Refletindo sobre o instituído na Promoção da Saúde para problematizar 'dogmas'.**

Saúde em Debate, v. 41, p. 265–276, 2017. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/xV7FHZBmscvF7J3Xt85Yc9t/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01/01/2023.

HALL, K. D.; AYUKETAH, A.; BRYCHTA, R. *et al.* **Ultra-Processed Diets Cause Excess Calorie Intake and Weight Gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad Libitum Food Intake.** Cell Metabolism, v. 30, n. 1, 2019. Disponível em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1550413119302487#bib51>. Acesso em 25/02/2023.

INSTITUTO DE ESTUDOS PARA POLÍTICAS DE SAÚDE. **Linhas de Cuidado de Doenças Crônicas Não Transmissíveis na Atenção Primária à Saúde.**

São Paulo: IEPS; Umane, 2021. Disponível em:

https://ieps.org.br/wp-content/uploads/2021/11/Panorama_IEPS_02.pdf. Acesso em: 20/12/2022.

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA). **O agente comunitário de saúde e o controle do tabagismo no Brasil.**

Rio de Janeiro, 2018. Disponível em:

https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/docme nt//cartilha-do-agente-comunitario_2018.pdf. Acesso em 03/05/2023.

MALTA, D. C. et al. **Carga das Doenças Crônicas Não Transmissíveis nos Países de Língua Portuguesa**. Cien Saude Colet [periódico na internet] (2022/Nov). [Citado em 27/12/2022]. Disponível em: <http://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/carga-das-doencas-cronicas-nao-transmissiveis-nos-paises-de-lingua-portuguesa/18584?id=18584>. Acesso em: 01/01/2023.

MALTA, D. C. et al. **Probabilidade de morte prematura por doenças crônicas não transmissíveis, Brasil e regiões, projeções para 2025**. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 22, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/r7QkT4hR3HmkWrBwZc6bshG/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01/01/2023.

MALTA, D. C.; MERHY, E. E. **O percurso da linha do cuidado sob a perspectiva das doenças crônicas não transmissíveis**. Interface – Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 14, n. 34, p. 593-605, jul./set. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/Vp4G9JR7JkP7K5N8SCRh3qr/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 01/01/2023.

MENDES, E. V. **As redes de atenção à saúde**. Revista de Medicina de Minas Gerais, [S.l.], v. 18, p.3-11, 2008. Disponível em: <http://rmmg.org/artigo/detalhes/1262>. Acesso em: 21/12/2022.

MENDES, E. V. et al. **O cuidado das condições crônicas na atenção primária à saúde: o imperativo da consolidação da estratégia da saúde da família**. 2012. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49107>. Acesso em: 03/05/2023.

MENDES, E. V. **O cuidado das condições crônicas na atenção primária à saúde**. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, [S. l.], v. 31, n. 2, 2018. DOI: 10.5020/18061230.2018.7839. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/7839>. Acesso em: 30/12/2022.

MENDES, E. V. **As redes de atenção à saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2011. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/redes_de_atencao_saude.pdf. Acesso em: 22/12/2022.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Alimentação saudável**. 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/alimentacao-saudavel>. Acesso em: 22/12/2022.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Marco de Referência sobre a Dimensão Comercial dos Determinantes Sociais da Saúde: Articulação com a agenda de enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis.** Brasil, 2021. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52975>. Acesso em: 14/12/2022.

PAGLIAI, G.; DINU, M.; MADARENA, M. P.; *et al.* **Consumption of ultra-processed foods and health status: a systematic review and meta-analysis.** British Journal of Nutrition, v. 125, n. 3, p. 1–11, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32792031/>. Acesso em: 25/12/2022.

SANTOS, F. S. d. *et al.* **Food processing and cardiometabolic risk factors: a systematic review.** Revista de Saúde Pública, [S. l.], v. 54, p. 70, 2020. DOI: 10.11606/s1518-8787.2020054001704. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/173245>. Acesso em: 26/02/2023.

SILVA, F. *et al.* **Processamento de alimentos e fatores de risco cardiometabólicos: revisão sistemática.** Rev. Saúde Pública, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/rsp/2020.v54/70/pt>. Acesso em: 25/02/2023.

SILVA, M.B.O; BECKER, K.L. **Análise de impacto da Estratégia Saúde da Família sobre medidas de saúde preventiva e DCNT dos adultos no Brasil.** 2021. Disponível em: https://www.anpec.org.br/encontro/2022/submissao/files_1/i12-e88e6135a17b4f831f76f63501389ac6.pdf. Acesso em: 25/02/2023.

TASCA, T. G; CAMPOS, R. F. **Reinventando a Roda? A harmonização Entre Os ODS E Os Documentos Da ONU Para Fatores De Risco De doenças não transmissíveis.** Journal of Global Studies, v. 21, 2020. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/MED/issue/view/2021>. Acesso em: 25/12/2022.

TOSCANO, C. M. **As campanhas nacionais para detecção das doenças crônicas não transmissíveis: Diabetes e hipertensão arterial.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 9, n. 4, p. 885–895, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/JCSxJ3YztL763KFDwkbKpLq/>. Acesso em: 26/12/2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Prevenção de doenças crônicas: um investimento vital.** Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; 2005. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/1852.pdf> Acesso em: 27/12/2022.



**SAÚDE COM
AGENTE**

**DISQUE
SAÚDE 136**

Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde
bvsms.saude.gov.br



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

