

A ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM NA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DO ADOLESCENTE: A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E DAS RECOMENDAÇÕES NO PLANEJAMENTO DO CUIDADO

*THE ROLE OF NURSING IN NUTRITIONAL GUIDANCE FOR ADOLESCENTS:
THE IMPORTANCE OF NUTRITIONAL ASSESSMENT AND
RECOMMENDATIONS IN CARE PLANNING*

*EL PAPEL DE LA ENFERMERÍA EN LA ORIENTACIÓN NUTRICIONAL PARA
ADOLESCENTES: LA IMPORTANCIA DE LA EVALUACIÓN NUTRICIONAL Y
LAS RECOMENDACIONES EN LA PLANIFICACIÓN DE LA ATENCIÓN*

Daniele Kedma dos Reis Souza

Débora Aragão de Aguiar Kowalski

Bárbara Regina da Costa de Oliveira Pinheiro Coutinho

Resumo: A adolescência é uma fase crítica para a intervenção em saúde, na qual a equipe de enfermagem atua na linha de frente, identificando riscos e promovendo hábitos saudáveis. As demandas nutricionais elevadas, somadas a hábitos alimentares inadequados, tornam o adolescente vulnerável a distúrbios como obesidade, anemia e transtornos alimentares. A problemática central reside na subutilização da avaliação nutricional como ferramenta de enfermagem para um planejamento de cuidados efetivo. Diante disso, este estudo tem como objetivo analisar a importância da avaliação nutricional realizada pela enfermagem e a correta aplicação das recomendações dietéticas para o planejamento e a execução de intervenções de educação em saúde direcionadas a adolescentes.

Palavras-chaves: Enfermagem; Avaliação Nutricional; Adolescente; Cuidados de Enfermagem.

Abstract: Adolescence is a critical phase for health intervention, in which the nursing team acts on the front line, identifying risks and promoting healthy habits. High nutritional demands, coupled with inadequate eating habits, make adolescents vulnerable to disorders such as obesity, anemia, and eating disorders. The central problem lies in the underutilization of nutritional assessment as a nursing tool for effective care planning. Therefore, this study aims to analyze the importance of nutritional assessment performed by nursing staff and the correct application of dietary recommendations for the planning and execution of health education interventions directed at adolescents.

Keywords: Nursing; Nutritional Assessment; Adolescent; Nursing Care.

Resumen: La adolescencia es una etapa crucial para la intervención sanitaria, en la que el equipo de enfermería actúa en primera línea, identificando riesgos y promoviendo hábitos saludables. Las altas demandas nutricionales, sumadas a unos hábitos alimentarios inadecuados, hacen a los adolescentes vulnerables a trastornos como la obesidad, la anemia y los trastornos de la conducta alimentaria. El problema central reside en la infrautilización de la evaluación nutricional como herramienta de enfermería

para una planificación eficaz de los cuidados. Por lo tanto, este estudio tiene como objetivo analizar la importancia de la evaluación nutricional realizada por el personal de enfermería y la correcta aplicación de las recomendaciones dietéticas para la planificación y ejecución de intervenciones de educación para la salud dirigidas a adolescentes.

Palabras clave: Enfermería; Evaluación nutricional; Adolescente; Atención de enfermería.

1 Introdução

A adolescência constitui um período de transição biopsicossocial marcado por aceleradas transformações físicas, cognitivas e emocionais, que impõem demandas nutricionais elevadas para suportar o crescimento e o desenvolvimento adequados. Nesta fase, os hábitos alimentares são consolidados e podem influenciar o estado de saúde ao longo de toda a vida adulta. Contudo, é também uma etapa de significativa vulnerabilidade, na qual se observa uma alta prevalência de distúrbios nutricionais, como a obesidade, as deficiências de micronutrientes e o surgimento de transtornos alimentares, frequentemente agravados por escolhas alimentares inadequadas e pela influência de fatores psicossociais e midiáticos.

Nesse cenário, a avaliação nutricional abrangente emerge como instrumento essencial para o diagnóstico preciso do estado nutricional, indo além da simples aferição de peso e altura. Tal avaliação permite identificar necessidades específicas, comportamentos de risco e oportunidades de intervenção precoce, fundamentais para a manutenção da saúde nesta fase crítica do desenvolvimento. A literatura especializada reforça que a utilização de métodos, incluindo dados antropométricos, dietéticos e clínicos, proporciona uma visão holística indispensável para um cuidado nutricional efetivo.

Diante deste contexto, a atuação da Enfermagem torna-se primordial, posicionando-se na linha de frente da Atenção Primária à Saúde para a identificação precoce de riscos e a promoção de estilos de vida saudáveis.

A problemática central investigada reside na subutilização da avaliação nutricional sistematizada como uma ferramenta fundamental no Processo de Enfermagem para este grupo populacional. Portanto, este estudo tem como objetivo principal analisar a imprescindibilidade da avaliação nutricional, realizada pelo profissional de enfermagem, e a correta aplicação das recomendações dietéticas como base para o planejamento de intervenções de educação em saúde efetivas e individualizadas para adolescentes.

2 Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de natureza quali-quantitativa, realizada em novembro de 2025. A busca foi conduzida nas bases de dados SciELO, PubMed e LILACS, utilizando os descritores "nursing care", "nutritional assessment", "adolescent" e "health education". Foram incluídos artigos publicados entre 2019 e 2024, em português, inglês e espanhol, que abordavam a prática da enfermagem na avaliação nutricional e educação alimentar de adolescentes. A análise dos dados seguiu os preceitos da análise temática.

3 Resultados e Discussão

Os resultados evidenciam que a avaliação nutricional é uma ferramenta essencial para o Processo de Enfermagem, permitindo a identificação de Diagnósticos de Enfermagem (DE) realistas, como "Nutrição Desequilibrada: Mais do que as Necessidades Corporais" ou "Conhecimento Deficiente sobre Nutrição". A discussão aponta que o enfermeiro, ao dominar técnicas antropométricas básicas (como aferição de peso, estatura e cálculo do IMC) e métodos de avaliação dietética simplificada, pode realizar um rastreio eficaz na atenção primária.

Verificou-se que as recomendações dietéticas, quando traduzidas pela enfermagem em linguagem acessível e contextualizada à realidade do adolescente, potencializam a adesão às orientações. A abordagem deve ser centrada no adolescente, utilizando estratégias de escuta ativa e aconselhamento, o que fortalece o vínculo e a eficácia do cuidado.

Considerações finais

Conclui-se que a sistematização da avaliação nutricional pela enfermagem é fundamental para um planejamento de cuidados individualizado e baseado em evidências para o público adolescente. Esta prática permite intervenções precoces e educativas, com foco na promoção da saúde e na prevenção de agravos.

Como implicação prática, destaca-se a necessidade de capacitação contínua da equipe de enfermagem para a realização e interpretação da avaliação nutricional, bem como para o desenvolvimento de habilidades de comunicação e educação em saúde. Para pesquisas futuras, sugere-se a criação e validação de protocolos de enfermagem específicos para o rastreamento nutricional de adolescentes em diferentes contextos de saúde.

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2. ed. Brasília, 2014.

COLLINS, C. E. et al. Measuring dietary intake in children and adolescents in the context of overweight and obesity. **International Journal of Obesity**, v. 44, n. 4, p. 865-878, 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de Orientação: Adolescência Nutrição**. Departamento de Adolescência, 2021.

SILVA, D. F.; OLIVEIRA, J. M. Avaliação do estado nutricional de adolescentes: uma revisão de escopo. **Revista de Nutrição**, v. 35, p. e210175, 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Guideline: Implementing Effective Actions for Improving Adolescent Nutrition**. Geneva: WHO, 2018.

Editorial


Editor-chefe:

Vicente de Paulo Augusto de Oliveira Júnior
Centro Universitário Fanor Wyden
vicente.augusto@wyden.edu.br


Editora responsável:

Ozângela de Arruda Silva
Centro Universitário Fanor Wyden
ozangela.arruda@wyden.edu.br

Autor(es):

Daniele Kedma dos Reis Souza 
Centro Universitário Fanor Wyden
202304250537@alunos.unifanor.edu.br
Contribuição: *Investigação, escrita e desenvolvimento do texto.*

Débora Aragão de Aguiar Kowalski
Centro Universitário Fanor Wyden
202304250537@alunos.unifanor.edu.br
Contribuição: *Investigação, escrita e desenvolvimento do texto.*

Bárbara Regina da Costa de Oliveira Pinheiro Coutinho 
Centro Universitário Fanor Wyden
202304250537@alunos.unifanor.edu.br
Contribuição: *Investigação, orientação, escrita e desenvolvimento do texto.*

Submetido em: 26.11.2025

Aprovado em: 27.12.2025

Publicado em: 27.12.2025

DOI: 10.5281/zenodo.18072352

Financiamento: N/A

Como citar este trabalho:

SOUZA, Daniele Kedma dos Reis; KOWALSKI, Débora Aragão de Aguiar; COUTINHO, Bárbara Regina da Costa de Oliveira Pinheiro. A ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM NA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DO ADOLESCENTE: A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E DAS RECOMENDAÇÕES NO PLANEJAMENTO DO CUIDADO. **Duna: Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino**, [S. l.], p. 03–07, 2025. Disponível em: <https://wyden.periodicoscientificos.com.br/index.php/jornadacientifica/article/view/1163>. Acesso em: 27 dez. 2025. (ABNT)

Souza, D. K. dos R., Kowalski, D. A. de A., & Coutinho, B. R. da C. de O. P. (2025). A ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM NA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DO ADOLESCENTE: A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E DAS RECOMENDAÇÕES NO PLANEJAMENTO DO CUIDADO. *Duna: Revista Multidisciplinar De Inovação E Práticas De Ensino*, 03–07. Recuperado de <https://wyden.periodicoscientificos.com.br/index.php/jornadacientifica/article/view/1163>. (APA)



© 2025 Duna – Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino. Centro Universitário Fanor Wyden – UniFanor Wyden. Este trabalho está licenciado sob uma licença *Creative Commons* Atribuição - Não comercial - Compartilhar 4.0 Internacional CC-BY NC 4.0 Internacional).

