

**AÇÕES DE ENFERMAGEM NA MELHORA DA QUALIDADE ALIMENTAR DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

Amanda Rodrigues de Sales Fontes<sup>1</sup>, Carlos Eduardo Rolim de Oliveira<sup>2</sup>, Osânia Rodrigues de Santana Domingos<sup>3</sup>, Valquíria Santana Silveira Lima<sup>4</sup>, Beatriz Angel de Azevedo Soares André<sup>5</sup>, Luiz Faustino dos Santos Maia<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: amandarodrigues6666@outlook.com; <sup>2</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: creduardo@hotmail.com; <sup>3</sup>Enfermeira. Formada pela Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: osania.rodrigues@outlook.com; <sup>4</sup>Enfermeira. Formada pela Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: val\_santina@hotmail.com; <sup>5</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: biaangel35@gmail.com; <sup>6</sup>Enfermeiro. Escritor. Editor Científico. Mestre em Terapia Intensiva. Docente no Centro Universitário Estácio de São Paulo, Docente e Coordenador do Curso de Enfermagem na Faculdade Estácio de Carapicuíba. Discente do Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde do IAMSP. E-mail: dr.luizmaia@yahoo.com.br

**Introdução:** Há inúmeros fatores que favorecem para a obesidade, entre eles estão sedentarismo, falta de sono, ansiedade e/ou depressão, fatores genéticos e hormonais sendo a primeira a má alimentação, a ingesta maior de ultraprocessados (sódio e gordura) e pela redução de alimentos saudáveis. Resultante da ausência de atividades físicas e exposição a telas, onde atrapalha consideravelmente a qualidade de vida de crianças e adolescentes. Entretanto para que tenham uma qualidade no desenvolvimento é necessário o acompanhamento com a equipe de enfermagem e multidisciplinar visando o peso e a altura, e em caso de diagnóstico, ter um tratamento e orientação adequado. **Objetivo:** Identificar na literatura as principais ações de enfermagem na melhora da qualidade alimentar. **Material e Método:** Trata-se de uma revisão da literatura, utilizando artigos publicados no período de 2018 a 2023, em português. Artigos que não mostraram relação com o objeto do estudo ou que não estavam disponíveis na íntegra foram excluídos. **Resultados e Discussão:** O Sistema Único de Saúde é a porta de entrada para essas crianças e adolescentes que precisam de orientação e acolhimento, o profissional de enfermagem transmite essas informações através de ações educativas em parcerias com o Programa de Saúde na Escola (PSE), para melhorar o hábito de alimentação com menos sódio, e adquirir uma alimentação mais saudável, os serviços prestados pelo (APS) Atenção Primária da Saúde devem estar dentro das normas da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN). Considerando que o aumento da obesidade infantil cada dia só aumenta e conduzir essa situação de alimentação/nutrição não é uma tarefa fácil, impor uma disciplina alimentar para essa faixa etária requer muita persistência do profissional que está acompanhando o caso, deve coletar o máximo de informação na consulta de enfermagem importante saber se tem histórico de obesidade na família, e assim organizar um roteiro para guiar meios de prevenção, como incentivar as atividades físicas, uma alimentação mais adequada, juntamente com os pais adotar hábitos mais saudáveis para que aconteça a prevenção, sendo assim a educação alimentar deve ser instruída desde muito cedo para os familiares, por exemplo, o enfermeiro deve incentivar a amamentação, e explicar alguns dos benefícios que terá menos chance de desenvolver alergias, obesidade no futuro e etc. **Conclusão:** Portanto, com o passar dos anos a deficiência de ingestão de alimentos saudáveis diminui, acaba sendo extremamente prejudicial para a saúde das crianças e adolescentes. A população necessita de profissionais qualificados para esses acompanhamentos. **Contribuições:** É notório que o enfermeiro é importante na educação em saúde, no cuidado e o quanto contribui para o bem-estar desta população em crescimento. **Descritores:** Educação em Saúde; Obesidade Infantil; Alimentação; Promoção da Saúde.