

Compreensão de nutricionistas sobre abordagens não prescritivas no cuidado nutricional

Nutritionist's understanding of non-prescriptive approaches in nutritional care

La comprensión de los nutricionistas de los enfoques no prescriptivos para el cuidado nutricional

Recebido: 22/11/2022 | Revisado: 06/12/2022 | Aceitado: 08/12/2022 | Publicado: 16/12/2022

Noemi Evelin Santos Rocha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2370-3564>

Universidade Federal da Bahia, Brasil

E-mail: noccarocha@gmail.com

Virgínia Campos Machado

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3568-7343>

Universidade Federal da Bahia, Brasil

E-mail: virginia.campos@ufba.br

Mônica Leila Portela de Santana

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2706-8238>

Universidade Federal da Bahia, Brasil

E-mail: monicalportela@gmail.com

Resumo

Objetivo: Explorar como nutricionistas brasileiros de diversas áreas de atuação compreendem abordagens não prescritivas, se as utilizam no cuidado nutricional e como o fazem. *Método:* Trata-se de estudo qualitativo, de caráter descritivo, recorte de uma pesquisa de mestrado realizada com nutricionistas de ambos os sexos, residentes e atuantes em todo o território nacional. A investigação ocorreu através da análise temática de conteúdo das respostas dos participantes a um questionário *online*. *Resultado:* Dos 80 profissionais que responderam ao questionário, 43 afirmaram utilizar abordagens não prescritivas no seu cuidado nutricional; a partir de suas respostas, foram construídas três categorias temáticas: Mudanças de hábitos alimentares *versus* dieta; Autonomia, autocuidado e empoderamento; Limitações para utilização de abordagens não prescritivas. *Conclusão:* Nutricionistas estão utilizando novas abordagens como contraponto à prescrição e/ou às dietas, sem necessariamente se apropriarem dos processos teóricos da construção dessas abordagens, o que pode levar a uma prática acrítica e que reflete os mesmos problemas apontados na utilização de abordagens consideradas tradicionais.

Palavras-chave: Nutricionistas; Prática profissional; Dieta; Pesquisa qualitativa.

Abstract

Objective: To explore how Brazilian nutritionists from different areas of expertise understand non-prescriptive approaches, whether they use them in nutritional care and how they do it. *Method:* This is a qualitative, descriptive study, part of a master's research carried out with nutritionists of both sexes, residing and working throughout the national territory. The investigation was carried out through thematic content analysis of the participants' responses to an online questionnaire. *Result:* Of the 80 professionals who answered the questionnaire, 43 claimed to use non-prescriptive approaches in their nutritional care, and from their answers 3 thematic categories were constructed: Changes in eating habits versus diet; Autonomy, self-care and empowerment; Limitations for using non-prescriptive approaches. *Conclusion:* Nutritionists are using new approaches as a counterpoint to prescriptions and/or diets, without necessarily appropriating the theoretical processes of building these approaches, which can lead to an uncritical practice that reflects the same problems pointed out in the use of approaches considered traditional.

Keywords: Nutritionists; Professional practice; Diet, Qualitative research.

Resumen

Objetivo: Explorar cómo los nutricionistas brasileños de diferentes áreas de especialización entienden los enfoques no prescriptivos, si los utilizan en el cuidado nutricional y cómo lo hacen. *Método:* Este es un estudio cualitativo, descriptivo, parte de una investigación de maestría realizada con nutricionistas de ambos sexos, residentes y trabajando en todo el territorio nacional. La investigación se llevó a cabo a través del análisis de contenido temático de las respuestas de los participantes a un cuestionario en línea. *Resultado:* De los 80 profesionales que respondieron al cuestionario, 43 afirmaron utilizar abordajes no prescriptivos en su atención nutricional, ya partir de sus respuestas se construyeron 3 categorías temáticas: Cambios en hábitos alimentarios *versus* dieta; Autonomía, autocuidado y empoderamiento; Limitaciones para el uso de enfoques no prescriptivos. *Conclusión:* Los nutricionistas están utilizando nuevos enfoques como contrapunto a las prescripciones y/o dietas, sin necesariamente apropiarse de los

procesos teóricos de construcción de estos enfoques, lo que puede conducir a una práctica acrítica que refleja los mismos problemas señalados en el uso de enfoques considerados tradicionales.

Palabras clave: Nutricionistas; Dieta; Práctica profesional; Investigación cualitativa.

1. Introdução

No campo científico de Alimentação e Nutrição, o cuidado envolve compreender as necessidades nutricionais de um indivíduo ou de uma população e promover, preservar e recuperar a sua saúde por meio da alimentação (Souza et al., 2017). Nesse contexto, o nutricionista é o profissional responsável por avaliar, diagnosticar e intervir no estado nutricional através de diversas ferramentas de atuação (Brasil, 2018), entre as quais a prescrição dietética se apresenta como estratégia padrão para a melhoria da saúde e a perda de peso (Leske et al., 2017). Embora possa ser efetuada de maneiras distintas, essa prescrição, também conhecida como dieta (Freitas et al., 2011; Falcato & Graça, 2015), muitas vezes envolve um plano alimentar calculado e a orientação nutricional individualizada, baseados na restrição de ingestão calórica.

Essa forma de realizar o cuidado nutricional pode levar à construção de um comer racionalizado, que prioriza aspectos fisiológicos em detrimento de aspectos subjetivos das práticas alimentares, fazendo com que a atuação do nutricionista seja percebida como rígida e inflexível (Navolar et al., 2012) e que a alimentação assuma um perfil “medicalizado e farmacologizado” (Viana et al., 2017). Além disso, nos últimos anos questionamentos sobre a efetividade desse tipo de conduta têm sido levantados devido ao índice crescente de obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis, e efeitos a longo prazo como sintomas psicológicos negativos, anabolismo, redução da taxa metabólica de repouso e o aumento da fome e do apetite (Van Strien, 2020).

Tais fatores levaram à popularização de abordagens do cuidado nutricional conhecidas como abordagens não prescritivas ou não dieta (Marchessault et al., 2007). Baseadas em conceitos da Psicologia Comportamental, essas abordagens geralmente envolvem estratégias educacionais que tem como objetivo a mudança no comportamento alimentar e no estilo de vida, afastando-se de uma perspectiva de cuidado nutricional pautada no peso (Clifford et al. 2015). Na literatura, as mais comentadas são o Aconselhamento Nutricional (Rodrigues et al., 2005), o Health at Every Size, o Comer Intuitivo e o Mindful Eating (Alvarenga et al., 2015; Schaefer & Zullo, 2016) e programas baseados em seus princípios. Existe uma ampla discussão sobre a utilização dessas abordagens no cuidado de doenças crônicas não transmissíveis (Presti, 2020; Pootz et al., 2020) e seus efeitos em: marcadores bioquímicos (Soares et al., 2021; Wheeler et al., 2016), atividade física (Ulian et al., 2016; Ulian 2018), índices antropométricos (Van Dyke & Drinkwater, 2014), aspectos psicológicos (Bruce & Ricciardelli, 2016; Bégin et al., 2019) e práticas alimentares (Ulian et al., 2015; Carbonneau et al., 2017; Sabatini et al. 2019).

Entretanto, num contexto em que cada vez mais nutricionistas aderem a essas abordagens – especialmente no Brasil –, os estudos que investigam esse fenômeno sob a perspectiva do profissional de nutrição (Barr et al., 2004; Chapman et al., 2005; MacLellan & Berenbaum, 2007; Marchessault et al., 2007; Taylor et al., 2016; Dworatzek & Stier, 2016; Willer et al., 2019), em sua maioria, analisam como nutricionistas da área clínica utilizam abordagens não prescritivas no cuidado de indivíduos com obesidade. Ampliar esses estudos a fim entender como outras áreas de atuação se relacionam com tais abordagens é fundamental para dar início à discussão sobre quais similitudes, avanços e limitações estas apresentam em comparação com o modelo tradicional de cuidado em nutrição, além de contribuir para lançar luz sobre como esses profissionais percebem e conduzem a sua práxis. Assim, o objetivo deste artigo é explorar como nutricionistas brasileiros de diversas áreas de atuação compreendem abordagens não prescritivas, se as utilizam no cuidado nutricional e como o fazem.

2. Metodologia

Este é um estudo qualitativo, de caráter exploratório, realizado como primeira parte de uma pesquisa de mestrado,

com o objetivo de captar os sentidos e significados atribuídos por nutricionistas às abordagens não prescritivas do cuidado nutricional. A coleta de dados por meio de questionário virtual foi utilizada por viabilizar a realização da pesquisa num momento em que o distanciamento social se faz necessário e por permitir maior abrangência geográfica e menor tempo entre a obtenção e a divulgação de informações (Boni, 2020).

O questionário utilizado foi hospedado na plataforma SurveyMonkey, entre os meses de outubro e novembro de 2020, divulgado em redes sociais (Instagram, Facebook, WhatsApp) e enviado por *e-mail* a contatos conhecidos. A ferramenta foi testada previamente e continha perguntas objetivas e subjetivas sobre identificação, formação e atuação profissional, e sobre percepção e utilização de abordagens não prescritivas, que foram definidas como abordagens interdisciplinares, com foco na promoção de hábitos alimentares saudáveis e na prática de exercícios físicos, que não priorizam perda de peso e geralmente são utilizadas como contraponto ao plano alimentar calculado (dieta) (Clifford et al. 2015).

Os critérios de elegibilidade para responder ao questionário foram: ser nutricionista, residir e atuar em qualquer parte do território nacional. Os participantes assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido virtual, que continha o convite para a pesquisa e explicava os seus objetivos, os riscos e como ocorreria sua realização. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Nutrição da UFBA pelo parecer de número 3.958.533.

Para a análise das respostas abertas, foi considerada a análise temática de conteúdo proposta por Minayo (2004) e Cavalcante et al. (2017), que consiste na construção de categorias através das etapas de pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados, inferência e interpretação, num esforço de captar significações presentes nas falas e, assim, compreender quais fatores mediam a forma como nutricionistas percebem as abordagens não prescritivas. Essas etapas foram realizadas com auxílio do software de análise qualitativa NVivo (versão 11).

3. Resultados

Dos 80 nutricionistas que responderam ao questionário, 92,5% eram do sexo feminino, com uma média de idade de 35,11 anos (\pm DP 9,73) e com atuação predominante em estados das regiões Nordeste e Sudeste do país. A maioria desses profissionais (83,5%) realizou graduação em instituições públicas de ensino; dos 75 profissionais que afirmaram ter realizado ou estar realizando pós-graduação, a especialização foi o tipo mais referido.

Do universo de respondentes, 43 nutricionistas afirmaram utilizar abordagens não prescritivas na sua prática de cuidado, sendo 11,6% de Nutrição em Alimentação Coletiva, 18,6% de Nutrição em Saúde Coletiva, 25,6% de Nutrição no Ensino, Pesquisa e Extensão e 44,2% de Nutrição Clínica. As abordagens utilizadas, de forma combinada ou não, foram: Educação Alimentar e Nutricional, Orientação Nutricional, Aconselhamento Nutricional, Entrevista Motivacional, Diário Alimentar, Construção de Metas (mais predominantes nas áreas voltadas para o cuidado de coletividades e ensino), e Mindfulness, Mindful Eating, Método Sophie Deram, Método Alimentação Consciente e Intuitiva, e Terapia Cognitivo-Comportamental (mais frequentes na área clínica).

Com base nas respostas subjetivas do questionário, foram destacadas palavras, frases e expressões que eram mais relevantes para os respondentes, apareceram com mais frequência e apresentavam uma relação de similaridade e/ou complementariedade. Esses dados foram organizados nas seguintes categorias temáticas: Mudanças de hábitos alimentares *versus* dieta; Autonomia, autocuidado e empoderamento; Limitações para utilização de abordagens não prescritivas.

3.1 Mudanças de hábitos alimentares *versus* dieta

Quando questionados sobre como utilizavam abordagens não prescritivas, nutricionistas exemplificaram diversos contextos, que tinham por objetivo comum exercer um cuidado nutricional capaz de promover mudanças nos hábitos alimentares.

“Na alimentação escolar podemos promover os hábitos alimentares saudáveis com essa abordagem não prescritiva” (R2, Alimentação Coletiva).

“[Utilizo] desenvolvendo atendimentos mais focados na escuta, acolhimento e mudança de práticas alimentares” (R17, Saúde Coletiva).

“Busco atuar junto com colegas da Psicologia e Terapia Ocupacional, com a construção de estratégias de acompanhamento (nos limites da Atenção Básica) e buscando usar os equipamentos do território na intervenção para mudanças de hábitos” (R9, Saúde Coletiva).

“Utilizo na minha prática em geral, principalmente no manejo da obesidade e no tratamento de pessoas que buscam melhora da relação com o seu corpo e a comida” (R31, Clínica).

Fica evidente, também, que para esses profissionais a construção da saúde está relacionada a uma prática distanciada de dietas e restrições e que não é pautada na necessidade de atingir um peso corporal específico.

“Trabalho com foco em orientação para mudança de hábitos, sem foco em peso corporal, mas em saúde” (R21, Saúde Coletiva).

“Quando evito as pesagens nas consultas. Quando o foco é a alimentação saudável e não as medidas antropométricas” (R46, Saúde Coletiva).

“[Há] pessoas que não precisam necessariamente redução de peso/emagrecimento, mas sim melhorar os hábitos alimentares a fim de prevenir doenças” (R33, Clínica).

“Oriento no sentido da readequação alimentar com objetivo principalmente para a saúde” (R34, Alimentação Coletiva).

“Procuro mudança de hábitos alimentares! Não dietas engessadas!” (R15, Saúde Coletiva).

“Não prescrevo dietas calculadas” (R47, Ensino, Pesquisa e Extensão).

“Não realizo grandes restrições e procuro entender o porquê de algumas escolhas alimentares” (R58, Ensino, Pesquisa e Extensão).

3.2 Autonomia, autocuidado e empoderamento

Para os 43 nutricionistas que as utilizam, as abordagens não prescritivas estão diretamente relacionadas com a apropriação do processo alimentar pelo do sujeito e, conseqüentemente, do seu cuidado em saúde, conforme pode ser observado nas falas abaixo.

“Lógica assistencial na perspectiva da promoção da autonomia do autocuidado” (R9, Saúde Coletiva).

“Importância de um atendimento voltado para a prevenção de doenças e qualidade de vida e, portanto, voltado para o empoderamento dos pacientes/clientes por vias do diálogo para que tomem posse da própria condição de saúde/doença” (R38, Ensino, Pesquisa e Extensão).

“Desenvolvem a autonomia do paciente, o autoconhecimento, o não julgamento, a percepção de si e do meio e, como isso, influencia suas escolhas alimentares, promovendo a construção do aprendizado sobre sua relação com o comer e a comida” (R31, Clínica).

“Promove maior autonomia aos pacientes, e sendo assim também desperta autoeficácia e infinitas possibilidades de autoconhecimento” (R66, Clínica).

“Menos descontrolado com a comida, maior satisfação e desejo de autocuidado” (R63, Clínica).

3.3 Limitações para utilização de abordagens não prescritivas

No que diz respeito a possíveis limitações para utilização de abordagens não prescritivas, as questões apontadas pelos respondentes estavam relacionadas a diversos fatores, conforme os trechos abaixo.

“Pacientes com doenças preexistentes, pacientes com histórico de acompanhamentos anteriores sempre com dietas prescritas, por perceber maior resistência” (R14, Clínica).

“A falta de conhecimento da população em geral, as crenças [...] de que dietas restritivas são as melhores abordagens, mesmo que o paciente consiga se dar conta de que não [são]” (R66, Clínica).

“Contraindicação a pacientes com agravos agudos de saúde” (R78, Clínica).

“Acredito que o maior limite é o desejo do paciente. A maioria dos meus pacientes sente a necessidade de um plano calculado, que diga o que ele tem que comer e quanto” (R76, Clínica).

“Presença de alguma enfermidade em que seja necessário controle da ingestão de nutrientes específicos (doença renal, por exemplo), presença de enfermidade ou uso de medicamentos/tratamentos que suprimem o apetite” (quimioterapia, por exemplo), e atletas (R31, Clínica).

“Os pacientes já virem para a consulta com tudo organizado na mente, que a gente vai prescrever uma dieta milagrosa e ponto” (R33, Clínica).

“Orientações dos demais profissionais que acompanham o mesmo paciente que muitas vezes entra em conflito e ‘puxa’ o paciente para o pensamento de dieta e foco no peso” (R63, Clínica).

“Forte estigmatização de abordagens não tradicionais” (R56, Clínica).

“A descrença da população” (R13, Clínica).

“O paradigma nutricional biomédico que reduz o alimento a remédio” (R45, Clínica).

4. Discussão

Conforme observado nas falas dos respondentes, a utilização de abordagens não prescritivas está presente em diferentes áreas de atuação e seus contextos de cuidado específicos. Além disso, nota-se que, enquanto nutricionistas de áreas de atuação voltadas para coletividades e ensino apontam diversas abordagens como não prescrição, aqueles atuantes na área clínica mencionaram apenas abordagens comportamentais e ferramentas da Psicologia.

Na área clínica, o cuidado é historicamente pautado na centralidade do sujeito e nas suas escolhas pessoais (Scrinis, 2021); entretanto, esse foco não consegue abarcar a complexidade da subjetividade dos indivíduos, tampouco a compreende como constructo resultante das mediações entre fatores sociais, políticos, econômicos, culturais e biológicos (González Rey & Patiño Torres, 2017). Assim, os nutricionistas da área clínica acabam cedendo às novas superespecialidades (Seixas et al., 2020) que envolvem ferramentas da Psicologia numa tentativa de construir uma prática ampliada, que considere a subjetividade dos sujeitos, enquanto tentam ao mesmo tempo acompanhar as demandas impostas pelo mercado de trabalho.

No entanto, apropriar-se de tais ferramentas sem se aprofundar nas bases teóricas que as sustentam pode levar a um processo de psicologização do cuidado nutricional em que, mais uma vez, as “condições materiais e históricas de produção da vida social” (Benelli, 2009) são convertidas em questões individuais e psicológicas, fazendo com que o cuidado nutricional recaia apenas nas escolhas pessoais dos sujeitos (Gruda, 2016).

Foi posta, também, a ideia de que a prescrição de dieta não está ou não pode estar incluída num processo de modificação de hábitos alimentares, pois trata-se de uma prática “engessada”. Dessa forma, a dieta como instrumento de cuidado nutricional não se apresenta como “instrumento-e-resultado” (Newman, 2002), ou seja, como ferramenta capaz de ser internalizada pelo sujeito que a utiliza mobilizando-o a realizar mudanças duradouras nos aspectos relacionados ao seu

processo de saúde.

Encarar a prescrição como algo fixo pode levar a uma substituição acrítica de uma abordagem por outra e à construção de um cuidado nutricional em que ferramentas e perspectivas se confundem, reproduzindo, assim, os problemas das práticas já estabelecidas que se propunha superar. Conforme apontado por Willer et al. (2019), nutricionistas podem encarar a ideia de “não dieta” como sinônimo de flexibilidade e, ainda assim, desenvolver uma prática que está muito mais alinhada com a perda de peso (ainda que implicitamente) do que com o cuidado nutricional sem foco no peso. Desta forma, é preciso atenção ao classificar abordagens utilizadas no processo de cuidado nutricional como “não prescritivas” apenas por não envolverem a prescrição/dieta, quando, na verdade, tão importante quanto a abordagem em si é a forma como ela é utilizada e realizada.

Além disso, assumir imediatamente que a prescrição é algo engessado é esgueirar-se do fato de que, no contexto da práxis do nutricionista, prescrição e não prescrição são produtos de uma atividade de trabalho que explicita conexões históricas, sociais, emocionais e materiais, envolvendo tanto aspectos individuais quanto coletivos desses profissionais e estando, portanto, em permanente construção (Clot, 2007; Cenci & Damiani, 2018).

Nutricionistas apresentaram a compreensão de abordagens não prescritivas como ferramenta para uma prática alimentar autônoma e empoderadora, que torna o indivíduo capaz e responsável por seu próprio cuidado em saúde. No entanto, alguns profissionais afirmaram a inviabilidade da utilização delas para o cuidado nutricional de indivíduos portadores de condições de saúde específicas. Isso exprime uma ideia de autonomia pautada unicamente na individualidade e que, a depender da condição de saúde, pode e até mesmo deve ser retirada. Observa-se, mais uma vez, a contradição existente entre a tentativa de construir um cuidado em saúde considerando a complexidade do sujeito e a reprodução de ideias de um modelo de cuidado em saúde mecanicista e individualizante (Demétrio et al., 2011).

De acordo com Fleury-Teixeira et al. (2008), uma prática de cuidado em saúde que se propõe a promover autonomia deve envolver ações individuais, mas também ultrapassá-las, visto que o processo de saúde deve acontecer através da articulação entre individual e coletivo, considerando aspectos sociais, culturais e históricos dos sujeitos. Considerar autonomia apenas como sinônimo de individualidade é reforçar a ideia neoliberal de aparente liberdade pessoal e autorresponsabilização dos sujeitos e negar o fato de que a autonomia é relativa e que depende, também, “de condições externas ao sujeito, ainda que ele participe da criação dessas circunstâncias” (Haeser et al., 2012).

Desconhecimento, descrença e o “pensamento de dieta” por parte da população foram apontados como algumas limitações para a utilização de abordagens não prescritivas. Essas falas revelam que na visão desses profissionais, para a sociedade em geral, a identidade do nutricionista ainda está relacionada a restrições e a um comer utilitário, que “reduz o alimento a remédio”, conforme pontuado por uma das respondentes. A busca por abordagens não prescritivas pode ser reflexo não só da necessidade de ferramentas mais efetivas no cuidado nutricional, mas também de uma tentativa de realizar o contraponto com essa imagem social do nutricionista, colocando-o como profissional flexível e aberto ao diálogo (Seixas et al., 2020).

5. Conclusão

Ante o exposto, fica claro que os nutricionistas estão se apropriando cada vez mais de abordagens não prescritivas independentemente de sua área de atuação. Embora áreas diversas tenham visões diferentes sobre essas abordagens, para esses profissionais a não prescrição se estabelece como uma alternativa ao modelo tradicional do cuidado nutricional que permite uma melhor relação dos indivíduos com a alimentação.

Observa-se, também, que esses profissionais significam abordagens não prescritivas como algo que se opõe à prescrição/dieta, e as utilizam sem se apropriar teoricamente dos processos implicados nessa utilização e sem apontar limitações que sejam próprias às abordagens, e não ao indivíduo-alvo do cuidado. Estabelecer a utilização de novas

ferramentas como contraponto à restrição e/ou a dietas pode levar a uma prática acrítica e mecânica, que tende a repetir os mesmos problemas apontados no cuidado nutricional baseado em ferramentas prescritivas.

Cabe ressaltar que toda prática profissional é permeada por subjetividade, o que implica que sua construção e execução acontecem das mediações entre conhecimento, experiências e relações entre nutricionista e sujeitos que são alvo de cuidado nutricional. Dessa forma, o esforço deste estudo em se aproximar desse fenômeno é um primeiro passo para aprofundar-se na complexidade envolvida na mudança da práxis profissional observada. Embora os resultados encontrados não sejam passíveis de generalização, eles provêm um apanhado interessante para iniciar a compreensão de como nutricionistas utilizam abordagens não prescritivas, além de suscitar o debate de porque e como o fazem. Uma possível limitação para esse estudo é o fato de que geralmente respostas de *websurveys* consistem em frases curtas e palavras, o que não permite uma análise mais aprofundada de motivos e necessidades.

Portanto, é preciso que mais estudos sejam realizados para compreender melhor as relações entre a utilização dessas abordagens e a prática profissional do nutricionista. Uma possibilidade é desenvolver estudos que ultrapassem a hegemonia positivista presente na produção científica no campo da Alimentação e Nutrição, através da interface com referenciais teóricos das Ciências Humanas e Sociais. Assim, pode-se desnaturalizar o fenômeno aqui observado sem isolá-lo da realidade, apreendendo suas dimensões subjetiva e social sem dicotimizá-las.

Referências

- Alvarenga, M., Antonaccio, C., Timerman, F., & Figueiredo, M. (2015). *Nutrição comportamental*. Manole.
- Barr, S. I., Yarker, K. V., Levy-Milne, R., & Chapman, G. E. (2004). Canadian dietitians' views and practices regarding obesity and weight management. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 17(6), 503-512.
- Bégin, C., Carbonneau, E., Gagnon-Girouard, M. P., Mongeau, L., Paquette, M. C., Turcotte, M., & Provencher, V. (2019). Eating-related and psychological outcomes of health at every size intervention in health and social services centers across the Province of Quebec. *American Journal of Health Promotion*, 33(2), 248-258.
- Benelli, S. J. (2009). A cultura psicológica no mercado de bens de saúde mental contemporâneo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 26, 515-536.
- Boni, R. B. D. (2020). Websurveys en tiempos de la COVID-19. *Cadernos de Saúde Pública*, 36.
- Brasil. (2018). Resolução CFN Nº 600. Conselho Federal de Nutricionistas.
- Bruce, L. J., & Ricciardelli, L. A. (2016). A systematic review of the psychosocial correlates of intuitive eating among adult women. *Appetite*, 96, 454-472.
- Carbonneau, E., Bégin, C., Lemieux, S., Mongeau, L., Paquette, M. C., Turcotte, M., & Provencher, V. (2017). A Health at Every Size intervention improves intuitive eating and diet quality in Canadian women. *Clinical nutrition*, 36(3), 747-754.
- Cavalcante, R. B., Calixto, P., & Pinheiro, M. M. K. (2014). Análise de conteúdo: considerações gerais, relações com a pergunta de pesquisa, possibilidades e limitações do método. *Informação & sociedade: estudos*, 24(1), 13-18.
- Cenci, A., & Damiani, M. F. (2018). Desenvolvimento da Teoria Histórico-Cultural da Atividade em três gerações: Vygotsky, Leontiev e Engeström. *Roteiro*, 43(3), 919-948.
- Chapman, G. E., Sellaeg, K., Levy-Milne, R., Ottem, A., Barr, S. I., Fierini, D. ... Thiele, K. (2005). Canadian dietitians' approaches to counseling adult clients seeking weight-management advice. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(8), 1275-1279.
- Clifford, D., Ozier, A., Bundros, J., Moore, J., Kreiser, A., & Morris, M. N. (2015). Impact of non-diet approaches on attitudes, behaviors, and health outcomes: A systematic review. *Journal of nutrition education and behavior*, 47(2), 143-155.
- Clot, Y. (2007). *A função psicológica do trabalho* (2a ed.). Vozes.
- Demétrio, F., Paiva, J. B. D., Fróes, A. A. G., Freitas, M. D. C. S. D., & Santos, L. A. D. S. (2011). A nutrição clínica ampliada e a humanização da relação nutricionista-paciente: contribuições para reflexão. *Revista de Nutrição*, 24, 743-763.
- Dworatzek, P. D., & Stier, J. (2016). Dietitians' Attitudes and Beliefs Regarding Peer Education in Nutrition. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 77(4), 170-176.
- Falcato, J., & Graça, P. (2015). A Evolução Etimológica e Cultural do Termo "Dieta". *Nutricias*, 24, 12-15.
- Fleury-Teixeira, P., Vaz, F. A. C., Campos, F. C. C. D., Álvares, J., Aguiar, R. A. T., & Oliveira, V. D. A. (2008). Autonomia como categoria central no conceito de promoção de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 13, 2115-2122.

- Freitas, M. D. C. S. D., Minayo, M. C. D. S., & Fontes, G. A. V. (2011). Sobre o campo da Alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16, 31-38.
- González Rey, F., & Patiño Torres, J. F. (2017). La Epistemología Cualitativa y el estudio de la subjetividad en una perspectiva cultural-histórica. Conversación con Fernando González Rey. *Revista de Estudios Sociales*, 60, 120-127.
- Gruda, M. P. P. (2016). Breves considerações, comentários e ideias acerca de uma Psicologia Social Crítica. *Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 11(2), 514-526.
- Haeser, L. D. M., Büchele, F., & Brzozowski, F. S. (2012). Considerações sobre a autonomia e a promoção da saúde. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 22, 605-620.
- Leske, S., Strodl, E., & Hou, X. Y. (2017). Predictors of dieting and non-dieting approaches among adults living in Australia. *BMC Public Health*, 17(1), 1-18.
- MacLellan, D., & Berenbaum, S. (2007). Canadian dietitians' understanding of the client-centered approach to nutrition counseling. *Journal of the American Dietetic Association*, 107(8), 1414-1417.
- Marchessault, G., Thiele, K., Armit, E., Chapman, G. E., Levy-Milne, R., & Barr, S. I. (2007). Canadian dietitians' understanding of non-dieting approaches in weight management. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 68(2), 67-72.
- Minayo, M. C. D. S. (2004). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde* (14a ed.). Hucitec.
- Navolar, T. S., Tesser, C. D., & Azevedo, E. D. (2012). Contribuições para a construção da nutrição complementar integrada. *Interface: Comunicação, Saúde, Educação*, 16, 515-528.
- Newman, F. (2002). *Lev Vygotsky-cientista revolucionário*. Loyola.
- Pootz, S. C., Boff, D. G., Canuto, R., Brollo, J., & Silva, A. C. P. (2020). Aconselhamento Nutricional em Pacientes com Câncer de Cabeça, Pescoço e Esôfago em Tratamento (Químio) Radioterápico. *Revista Brasileira de Cancerologia*, 66(1).
- Presti, P. T. (2020). *Avaliação dos benefícios do aconselhamento nutricional em pacientes portadores de doença renal crônica* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista]. Repositório Institucional Unesp. <http://hdl.handle.net/11449/192566>Rodrigues, E. M., Soares, F. P. D. T. P., & Boog, M. C. F. (2005). Resgate do conceito de aconselhamento no contexto do atendimento nutricional. *Revista de Nutrição*, 18, 119-128.
- Sabatini, F., Ulian, M. D., Perez, I., Pinto, A. J., Vessoni, A., Aburad, L., & Scagliusi, F. B. (2019). Eating pleasure in a sample of obese Brazilian women: a qualitative report of an interdisciplinary intervention based on the Health at Every Size Approach. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 119(9), 1470-1482.
- Schaefer, J. T., & Zullo, M. D. (2016). Validation of an instrument to measure registered dietitians'/nutritionists' knowledge, attitudes and practices of an intuitive eating approach. *Public Health Nutrition*, 19(17), 3114-3122.
- Scrinis, G. (2021). *Nutricionismo: a ciência e a política do aconselhamento nutricional*. Elefante.
- Seixas, C. M., Casemiro, J. P., Coutinho, C. D. O., Conde, T. N., & Brandão, A. L. (2020). Fábrica da nutrição neoliberal: elementos para uma discussão sobre as novas abordagens comportamentais. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30, e300411.
- Soares, F. L. P., Ramos, M. H., Gramelisch, M., de Paula Pego Silva, R., da Silva Batista, J., Cattafesta, M., & Salaroli, L. B. (2021). Intuitive eating is associated with glycemic control in type 2 diabetes. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26(2), 599-608.
- Souza, A. A. D., Bezerra, O. M. D. P. A., Bonomo, E., & Silva, C. A. M. D. (2017). Atuação de nutricionistas responsáveis técnicos pela alimentação escolar de municípios de Minas Gerais e Espírito Santo. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22, 593-606.
- Taylor, L. M., Moriarty, S., Stadnyk, J., & Basualdo-Hammond, C. (2016). Assessment of Registered Dietitians' beliefs and practices for a nutrition counselling approach. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 77(3), 140-147.
- Ulian M. D. (2018). *Os efeitos de uma intervenção interdisciplinar baseada na abordagem "Health at Every Size®": uma avaliação das escolhas alimentares utilizando o modelo de métodos mistos* [Tese de doutorado, Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo]. Biblioteca Digital USP. <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6138/tde-17102018-124602/pt-br.php>
- Ulian, M. D., Benatti, F. B., de Campos-Ferraz, P. L., Roble, O. J., Unsain, R. F., de Moraes Sato, P., & Scagliusi, F. B. (2015). The effects of a "Health at Every Size®"- based approach in obese women: a pilot-trial of the "health and Wellness in Obesity" study. *Frontiers in nutrition*, 2, 34.
- Ulian, M. D., Gualano, B., Benatti, F. B., de Campos-Ferraz, P. L., Roble, O. J., Modesto, B. T., & Scagliusi, F. B. (2016). Eu tenho um corpo gordo, e agora? Relatos de mulheres obesas que participaram de uma intervenção não prescritiva, multidisciplinar e baseada na abordagem "Health atEverySize®". *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 11(3), 697-722.
- Van Dyke, N., & Drinkwater, E. J. (2014). Review article relationships between intuitive eating and health indicators: literature review. *Public health nutrition*, 17(8), 1757-1766.
- Van Strien, T. (2020). Dieting and Overeating. *Handbook of Eating and Drinking: Interdisciplinary Perspectives*, 1237-1257.
- Viana, M. R., Neves, A. S., Camargo Junior, K. R., Prado, S. D., & Mendonça, A. L. O. (2017). A racionalidade nutricional e sua influência na medicalização da comida no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22, 447-456.
- Wheeler, B. J., Lawrence, J., Chae, M., Paterson, H., Gray, A. R., Healey, D., & Taylor, B. J. (2016). Intuitive eating is associated with glycaemic control in adolescents with type I diabetes mellitus. *Appetite*, 96, 160-165.
- Willer, F., Hannan-Jones, M., & Strodl, E. (2019). Australian dietitians' beliefs and attitudes towards weight loss counselling and health at every size counselling for larger-bodied clients. *Nutrition & Dietetics*, 76(4), 407-413.