

DIABETES MELLITUS TIPO 2 E HÁBITOS ALIMENTARES

Daiane Pinto Caldas¹; Angélica Fagundes Carneiro²; Iorrana Índira dos Anjos Ribeiro³

¹Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, dayestrela19@gmail.com; ²Mestre em Ciências Agrárias (UFRB), FAMAM, angelica.nfc@hotmail.com; ³Doutora em Processos Interativos dos Órgãos e Sistemas (UFBA), FAMAM, indiraanjos@gmail.com.

Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) é um dos transtornos crônicos que mais acomete a população, caracterizada como uma doença metabólica complexa e multifatorial. É definida pelo elevado índice de glicose no sangue (hiperglicemia), justificada pela produção insuficiente ou resistência a ação da insulina, correspondente a 90% dos casos da síndrome. Os números de doentes vão aumentando como consequência dos hábitos da sociedade moderna, representados por uma má alimentação, sedentarismo, consumo excessivo de álcool, estresse e pelo tabagismo, que contribuem para o desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis. Esse trabalho teve como objetivo geral investigar na literatura o efeito do consumo alimentar sobre níveis glicêmicos e, especificamente, identificar o consumo alimentar de indivíduos portadores da DM2, descrever a importância da alimentação saudável para o controle glicêmico e descrever os principais fatores responsáveis pela alimentação inadequada dos portadores da DM2. Tratou-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa, foram selecionados e avaliados estudos considerados relevantes, com finalidade de obter dados sobre o tema pré-estabelecido. A coleta de dados foi realizada no período de agosto a setembro de 2021, foram selecionados 11 artigos, através das seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), US National Library of Medicine (Pubmed), Scientific Electronic Library Online (SciELO). Após a consulta na base de dados e do refinamento das buscas, os artigos incluídos foram analisados por meio de leitura na íntegra, com categorização, ordenação e sumarização dos resultados, os quais foram apresentados de forma descritiva. Com os resultados parciais foi possível identificar que o consumo alimentar de pacientes diabéticos influencia no descontrole glicêmico e aumento das complicações associadas ao diabetes, assim como há baixo consumo de legumes e verduras, e grande consumo de alimentos com alto teor de energia por esta população. Somado a isto, os estudos descrevem que a adesão de uma alimentação saudável é um dos principais pilares do tratamento e gerenciamento da DM2, e que os principais responsáveis pela alimentação inadequada são à idade, escolaridade, insegurança alimentar, status socioeconômico, cultura, nível de informação sobre autocuidado em diabetes e apoio social. Isto destaca a relação intrínseca entre a alimentação e o tratamento da diabetes.

Palavras-chave: Doenças crônicas não transmissíveis. Estilo de vida. Hiperglicemia. Diabetes.