7 E 8 JUNHO 2023



## A Permeabilidade Do Intestino e Seu Impacto Em Uma Boa Alimentação

## Autor(res)

Andréa Gonçalves De Almeida Alex Louzeiro Nunes

Categoria do Trabalho

3

## Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

## Resumo

A permeabilidade do intestino é uma condição na qual exerce a função de controlar o que entra no nosso organismo. Imagine uma rede de pesca só que com buracos grandes que impedem os peixes de ficarem nela, a barreira de proteção do intestino funciona assim, através de células enterócitas que quando ligadas a zolunina fazem com que a barreira intestinal fique mais permeavel. Também chamada de Leaky Gut essa condição tem principal causa voltada há alimentação, os mals habitos alimentares acabam por prejudicar essa barreira e deixa ela mais permeavel. Alimentos ricos em glúten, açucares, sódio, enlatados e industrializados são os grandes vilões dessa condição.