



III SEMINÁRIO TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO DE NUTRIÇÃO

CONSEQUÊNCIAS DO ESTRESSE NA ALIMENTAÇÃO CONTEMPORÂNEA

Autor(res)

Danielle Fernandes Alves
Maria Clara Alves Cardoso

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE UBERLÂNDIA

Resumo

Este TCC explora as implicações do estresse na alimentação contemporânea. Analisa como o estresse influencia as escolhas alimentares, resultando em padrões não saudáveis. Examina vias psicológicas e fisiológicas dessa conexão e destaca a necessidade de abordagens holísticas para promover hábitos alimentares saudáveis na sociedade moderna. O estudo visa compreender os mecanismos subjacentes e propor estratégias eficazes para lidar com esse desafio crescente. Investiga como o estresse pode influenciar escolhas alimentares, levando a escolhas alimentares não saudáveis.