



ALIMENTAÇÃO E PREVENÇÃO DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSIVEIS

Autor(es)

Luiz Henrique Alves Dos Santos

Sarah Silva Teles

Rosendo Francisco De Sales Neto

Daniele Silva Nóbrega

Irlaine Cutrim Helal Cavalcante

Categoria do Trabalho

Pesquisa

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) estão relacionadas aos maus hábitos alimentares e ao sedentarismo. É a principal causa de morte em todo o mundo. São elas a obesidade, a hipertensão arterial, o colesterol, o diabetes, e alguns tipos de câncer.

Essa pesquisa busca observar o quadro das DCNTs e seus riscos no Brasil. A população está cada vez mais criando o hábito de consumir alimentos ultra processados que contribuem para adquirir alguma dessas doenças.

Objetivo

Esse estudo tem como objetivo orientar e alertar os riscos que é causado através da má alimentação e a falta de prática de atividade física.

Material e Métodos

Esse trabalho é uma pesquisa bibliográfica. A pesquisa bibliográfica é habilidade fundamental nos cursos de graduação, uma vez que constitui o primeiro passo para todas as atividades acadêmicas. Uma pesquisa de laboratório ou de campo implica, necessariamente, a pesquisa bibliográfica preliminar. Foi pesquisado na plataforma SciELO OS autores encontrados foram: (Azevedo; Diniz; Monteiro; Cabral 2014). CESANS dos autores: (Santos; Rosa 2020). Ministério da saúde dos autores (Cruz; Silva; Gouvêa; Aquino; (Bonfante; Sardinha; Silva; Salles; Pinheiro; Freitas; Santos; Tierling 2022). Foram utilizados 3 (três) artigos para complementação do estudo.

Resultados e Discussão

Segundo ao estudo observado pela plataforma Scielo, foi realizada uma pesquisa em diversos estados do Brasil, sendo eles: Salvador (BA), São Paulo, Ribeirão Preto, estado de São Paulo, São Leopoldo, Rio Grande do Sul, Rio Branco (AC), Florianópolis (SC). No qual foram realizados uma avaliação antropométrica que foi utilizados o IMC, CC (CIRCUNFERÊNCIA DE CINTURA) E cintura-quadril (RCQ). Para o consumo alimentar foi utilizado um questionário de frequência alimentar (QFA).





No qual foram observados o alto consumo de alimentos ultra processados como refrigerantes, doces e açúcares. E pouco consumo de frutas, legumes e verduras (FLV). O consumo adequado de FLV previne consideravelmente o desenvolvimento das DCNTs.

Conclusão

Esse trabalho conclui que segundo estudo realizado no Reino Unido pela Universidade Imperial College London (2017), o consumo diário de 200g e de 800g de FLV reduz o risco de câncer em 4% e 13% respectivamente. O estudo mostra que um consumo diário de FLV superior ao recomendado pela OMS, pode trazer ainda mais benefícios à saúde (CESANS).

Referências

- <https://www.scielo.br/j/rsp/a/WJqKxczd7dnYmzhvVdFMgyd/?lang=pt>
- https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
- <https://www.scielo.br/j/csc/a/JpgXwQGs7T6QBz3QgdJfMBH/>
- <https://codeagro.agricultura.sp.gov.br/cesans/artigo/228/alimentacao-e-doencas-cronicas-nao-transmissiveis>

3^A MOSTRA CIENTÍFICA

