



## **Dislipidemias. O impacto da nutrição na prevenção, controle e tratamento**

### **Autor(res)**

Danielle Fernandes Alves

Iago Coutinho Vilela

### **Categoria do Trabalho**

TCC

### **Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA DE UBERLÂNDIA

### **Resumo**

As dislipidemias são definidas por diferentes possibilidades de alterações no perfil lipídico de indivíduos como, por exemplo a hipercolesterolemia isolada, que caracteriza-se pela elevação do LDL-colesterol, acima de 160mg/dL, a hipertrigliceridemia isolada, por concentrações acima de 150mg/dL de triglicérides ou 175mg/dL, se a amostra colhida em jejum, a hiperlipidemia mista, constatada quando LDL-colesterol maior ou igual a 160mg/dL e a última, HDL-colesterol baixo, quando esta é aferida abaixo de 40mg/dL em homens ou 50mg/dL em mulheres. Tais condições associam-se fortemente ao aumento do risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, também associadas à maior chance e risco de mortalidade. Intervenções medicamentosas são amplamente conhecidas para o controle e tratamento de tais quadros. Porém, intervenções nutricionais mostram-se eficazes não somente no controle e tratamento, bem como na prevenção de seus desenvolvimentos. Os achados corroboram a tese e, neste sentido, indicam que o aumento do consumo de ácidos graxos insaturados, de fibras alimentares e proteínas vegetais influenciam positivamente os níveis destas moléculas, através de padrões alimentares que preferenciam o consumo de grãos integrais, vegetais, frutas, peixes e frutos do mar, óleos vegetais não tropicais e sementes. Tais achados foram encontrados a partir de um objetivo geral, que é compreender como a nutrição pode atuar na prevenção, tratamento e controle das dislipidemias, e foram alcançados através da metodologia de pesquisa realizada através do buscador PubMed, com o descritor “dyslipidemia AND nutrition”, restrita a artigos publicados nos últimos 5 anos.