

Da Infancia a Fase Adulta: O Impacto Da Má Alimentação No Desenvolvimento De Doenças Crônicas.

Autor(res)

Danielle Fernandes Alves
Fernanda Silva Souza

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Resumo

A alimentação na infância exerce papel fundamental na formação da saúde ao longo da vida, sendo determinante para a prevenção de doenças crônicas e para o desenvolvimento físico e cognitivo adequado. Com base nessa importância, o objetivo do presente trabalho foi contextualizar como os hábitos alimentares na infância influenciam o surgimento de doenças crônicas na fase adulta. A pesquisa foi realizada por meio de uma revisão bibliográfica, utilizando artigos científicos disponíveis nas bases de dados Google Acadêmico, PubMed e Scientific Electronic Library Online (SciELO), considerando publicações dos últimos dez anos. Verificou-se que a negligência alimentar na infância, caracterizada pelo consumo excessivo de ultraprocessados e baixa ingestão de nutrientes essenciais, está diretamente associada ao aumento de risco de obesidade, diabetes tipo 2, hipertensão e doenças cardiovasculares na vida adulta. Além disso, crenças populares relacionadas à alimentação infantil ainda contribuem para práticas inadequadas, perpetuando padrões alimentares prejudiciais. Dessa forma, torna-se essencial promover ações educativas voltadas à orientação familiar e à conscientização sobre a importância de uma alimentação equilibrada desde os primeiros anos de vida. Investir em estratégias de educação nutricional e políticas públicas preventivas é fundamental para reduzir a incidência de doenças crônicas e garantir uma melhor qualidade de vida à população.