A repercussão da industrialização dos alimentos na saúde

Autor(res)

Camilla Oliveira
Veronica Garrido Da Silva

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

A alimentação é uma necessidade fisiológica para o bom funcionamento do corpo e da mente, nossa principal fonte energética. Com o passar dos anos foi se tornando cada dia mais difícil ter uma alimentação apenas de fontes in natura, cada dia deixando mais espaço para alimentos processados e ultra processado. Atualmente uma das principais causas de doenças DCNT o que vem sendo uma das principais causas de óbitos.
A alimentação saudável foi abandonada principalmente dentro de casa, dando um grande espaço para o avanço e consumo a alimentos prontos, ricos em açúcar, sal, lipídios e demais substâncias químicas para a sua durabilidade.
Atualmente a industrialização vem sendo o meio mais prático de uma alimentação, as pessoas estão cada vez mais com o tempo e dinheiro escasso e os alimentos processados e ultra processados são de mais fácil acesso, menor custo-benefício, maior durabilidade e geralmente são extremamente palatáveis.
Alimentos industrializados é considerado uma das principais causas de DCNTs, obesidade e até mesmo da desnutrição, uma dieta rica em alimentos processados e ultra processados pode até trazer algum tipo de nutriente ou vitamina, pois suas receitas são enriquecidas com essas suplementações o que faz com que se tem ainda mais um maior consumo.
Contudo se tornou a principal causa de mortes em nosso mundo, pois atualmente nos temos um grande consumo de produtos industrializados.
Portanto cada vez mais aumenta o consumo de alimentos industrializados pelo seu fácil acesso, preparo e custo entre outras “vantagens”. Cada vez mais a nutrição vem tentando ajustar os alimentos processados e ultra processados para ou uma melhora na formulação ou que seja evitado o seu consumo.