Padrão alimentar mediterrâneo no Alzheimer

Autor(res)

Márcia Leite Pinto Rodrigues
Taciana Naberezny Guimarães Machado

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Resumo

O padrão alimentar mediterrâneo é um estilo de vida alimentar, típico dos povos localizados na bacia mediterrânea. Conhecida como dieta mediterrânea, tem por base a ingesta de vegetais, leguminosas, frutas, cereais, azeite, peixes, baixo consumo de carne vermelha e consumo moderado de vinho tinto, se destaca pelo seu potencial antioxidante e anti-inflamatório, minimizando a sintomatologia e reduzindo os riscos do desenvolvimento da doença do Alzheimer devido a dieta conter nutrientes que atuam como neuroprotetores.