# ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E AS CONSEQUÊNCIAS COM INDIVÍDUOS HIPERTENSOS

**Autor(res)**

Gloria Maria Guizellini
Maria Vilma Dos Santos Sobreira

**Categoria do Trabalho**

TCC

**Instituição**

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

**Resumo**

O atual cenário populacional do Brasil caracteriza-se por aumento acentuado da expectativa de vida, envelhecimento populacional e mudanças nos padrões alimentares e nutricionais dos indivíduos. Mudanças como essas são marcadas pelo aumento do consumo de alimentos processados e ultraprocessados, redução na ingestão de alimentos minimamente processados e in natura, além de alterações no estilo de vida. Tais fatores contribuem de forma contundente para a piora do estado nutricional e emergência das doenças cardiovasculares, sobretudo a hipertensão. Com estilo de vida inadequado, hábitos alimentares não saudáveis e fatores genéticos são considerados fatores de risco para o mau controle da hipertensão. O objetivo geral foi compreender de que forma os alimentos ultraprocessados influenciam na alimentação para indivíduos hipertensos, sendo os objetivos específicos descrever o consumo de ultraprocessados de acordo com as características socioeconômicas, caracterizar o consumo de alimentos ultraprocessados e apontar a associação entre o consumo de ultraprocessados e perfil de cloreto de sódio. A metodologia usada nesse estudo foi através de uma pesquisa de revisão de literatura bibliográfica, onde foram pesquisadas informações sobre o tema escolhido, assim levantado textos publicados em português e inglês, produzidos no Brasil e no exterior, uma base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), e LILACS Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde, seleção dos textos foi feita por meios de levantamento na internet, como livros acadêmicos, artigos e revistas pertinentes ao assunto, com período entre 2012 a 2021. Diante desse estudo observou-se que os maus hábitos alimentares principalmente a base de alimentos ultraprocessados além de terem um valor nutricional desfavorável para a saúde, ainda pode causar doenças entre elas a hipertenção arterial.