A influência da cultura alimentar na adesão à dieta em pacientes com diabetes tipo 2

Autor(res)

Rodrigo Martins Pereira
Adenezir Lima Da Silva
Ariele Aparecida De Oliveira Garcia Santos
André Victor Cordeiro
Fabiano Rocha Cardoso

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Resumo

A dieta adequada é um dos pilares fundamentais no tratamento do diabetes tipo 2. No entanto, a adesão a uma dieta saudável pode ser um desafio para muitos pacientes. A cultura alimentar é um fator importante a ser considerado na adesão à dieta, uma vez que pode influenciar as escolhas alimentares e as atitudes em relação aos alimentos.

A cultura alimentar pode ser definida como o conjunto de práticas e tradições relacionadas à alimentação em uma determinada comunidade. Estudos têm demonstrado que a cultura alimentar pode influenciar significativamente as escolhas alimentares e as atitudes em relação aos alimentos, especialmente em indivíduos com diabetes tipo 2.

Por exemplo, em algumas culturas, é comum a ingestão de alimentos ricos em carboidratos refinados e gorduras saturadas. Esses alimentos podem ser prejudiciais para indivíduos com diabetes tipo 2, uma vez que podem levar a um aumento dos níveis de glicose no sangue.

Por outro lado, em outras culturas, a dieta tradicional é baseada em alimentos saudáveis, como legumes, frutas, grãos integrais e peixe. Esses alimentos são ricos em fibras, vitaminas e minerais e podem ajudar a controlar os níveis de glicose no sangue.

Além disso, a cultura alimentar também pode afetar a adesão a uma dieta saudável em indivíduos com diabetes tipo 2. Por exemplo, algumas culturas valorizam as refeições em família e podem ter dificuldade em adaptar a dieta recomendada para um indivíduo. Em outras culturas, a comida é usada como forma de expressão cultural e pode ser difícil resistir a certos alimentos em ocasiões especiais.

Portanto, é importante considerar a cultura alimentar de cada indivíduo ao prescrever uma dieta para diabetes tipo 2. O nutricionista deve trabalhar em conjunto com o paciente para adaptar a dieta de acordo com suas preferências culturais e estilo de vida. A educação nutricional também pode ser útil para ajudar os pacientes a fazer escolhas alimentares saudáveis dentro de sua cultura alimentar.

Em resumo, a cultura alimentar pode influenciar significativamente as escolhas alimentares e as atitudes em relação aos alimentos em indivíduos com diabetes tipo 2. É importante considerar a cultura alimentar de cada indivíduo ao prescrever uma dieta para diabetes tipo 2 e trabalhar em conjunto com o paciente para adaptar a

dieta de acordo com suas preferências culturais e estilo de vida.

Agradecemos à FUNADESP (#68-1210/2022 e #68-1196/2022) pelo indispensável suporte.