A intervenção nutricional em pacientes 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 intervenção nutricional em pacientes com diabetes tipo 2 é fundamental para o controle da doença. A dieta é um dos principais fatores que afetam a glicemia e uma mudança na alimentação pode ser benéfica para reduzir os níveis de açúcar no sangue. Vários estudos têm demonstrado que a intervenção nutricional pode reduzir a incidência de diabetes tipo 2 e melhorar o controle glicêmico em pacientes já diagnosticados com a doença.
A American Diabetes Association recomenda que a dieta para pacientes com diabetes tipo 2 seja individualizada, baseada em suas necessidades e preferências. A dieta deve incluir uma variedade de alimentos saudáveis, como frutas, verduras, grãos integrais, proteínas magras e gorduras saudáveis. É importante evitar alimentos ricos em carboidratos refinados, açúcar e gordura saturada.
Um estudo publicado por Haimoto et al. (2009) avaliou a eficácia de uma intervenção nutricional em pacientes com diabéticos. A intervenção consistiu em sessões de aconselhamento nutricional individualizado e a oferta de refeições saudáveis em um ambiente controlado. Os resultados do estudo mostraram que a intervenção levou a uma redução significativa da hemoglobina A1c (HbA1c), um indicador do controle glicêmico a longo prazo.
Outro estudo publicado por Jenkins et al. (2008) avaliou os efeitos de uma intervenção nutricional que enfatizou a substituição de carboidratos refinados por alimentos ricos em fibras em pacientes com diabetes tipo 2. A intervenção levou a uma redução significativa dos níveis de glicemia de jejum e da HbA1c, além de uma melhora na sensibilidade à insulina.
É importante ressaltar que a intervenção nutricional deve ser combinada com outras estratégias de tratamento, como a prática regular de atividade física e o uso de medicamentos quando necessário. Além disso, é essencial que os pacientes sejam acompanhados por uma equipe multidisciplinar, incluindo nutricionistas, endocrinologistas e educadores em diabetes, para garantir um tratamento adequado e individualizado.
Em resumo, a intervenção nutricional é uma abordagem importante no tratamento do diabetes tipo 2. Estudos têm demonstrado que a dieta pode reduzir a incidência de diabetes tipo 2 e melhorar o controle glicêmico em pacientes já diagnosticados com a doença. A dieta deve ser individualizada e incluir uma variedade de alimentos saudáveis.
Agradecemos à FUNADESP (#68-1210/2022 e #68-1196/2022) pelo indispensável suporte.