

OS ALIMENTOS FUNCIONAIS NA TERAPIA NUTRICIONAL DE CONTROLE DO DIABETES MELLITUS TIPO 2

Fernanda de Souza Palmiere Assunção GOMES*

Míria Miquele Pereira da CRUZ**

Fabiana PERINA ***

RESUMO

INTRODUÇÃO: De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), 16 milhões de brasileiros têm diabetes, e nos últimos 10 anos a sua taxa de incidência subiu 61,8%. O diabetes é uma epidemia a nível global, e o Brasil está em 4º colocação no ranking de países mais afetados por essa doença. Vários estudos comprovam que existem uma diversidade de alimentos funcionais que possuem substâncias benéficas que atuam na prevenção e/ou controle de doenças como a diabetes e suas complicações. Vale ressaltar que os alimentos funcionais não têm a capacidade de curar doenças, mas podem preveni-las ou ajudar o organismo a combatê-las de modo mais eficaz caso já a tenha. **OBJETIVO:** Relacionar o consumo de alimentos funcionais com o controle dos níveis elevados do diabetes mellitus tipo 2 e suas complicações. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica exploratória. **RESULTADO:** Segundo a American Diabetes Associations (ADA), a diabetes é uma doença endócrina caracterizada por um grupo de desordens metabólicas, incluindo elevada glicemia de jejum e elevação da concentração de glicose sanguínea pós-prandial, devido a uma menor sensibilidade insulínica em seus tecidos alvo e/ou por reduzida secreção de insulina. Por ser uma tipologia do diabetes com fatores de risco modificáveis, têm-se utilizado da alimentação funcional como forma preventiva para a doença. De acordo com as informações levantadas, observa-se que muitos estudos estão sendo realizados obtendo-se cada vez mais informações novas e conclusivas a cerca dos alimentos funcionais e saúde-doença. **CONCLUSÃO:** Pode-se afirmar que doenças crônico-degenerativas como o diabetes podem ser prevenidas, ou mesmo seus impactos a saúde amenizados, mantendo uma alimentação saudável, incluindo alimentos com propriedades funcionais no seu dia a dia. Porém, são necessários mais estudos a fim de que se esclareça as quantidades mais eficientes para um tratamento adequado desses pacientes, bem como os mecanismos por trás desses benefícios encontrados nesses alimentos.

Palavras-chave: Diabetes. Alimentos funcionais. Biomassa. Soja. Yacon.

* fernanda.desouza2@hotmail.com

** miriapereiradacruz@gmail.com

*** faperina@hotmail.com