

RESUMO

NUTRIÇÃO COMO PREVENÇÃO AO DIABETES

Monica Cristina da Silva Florentino **CARVALHO**¹; Sammela do Carmo da Silva **LIMA**¹; Thiago Lucas dos **SANTOS**¹; Maurício Anderson Dutra **MAGALHÃES**².

1. Acadêmico (a) do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Vale do Rio Verde (UninCor), campos Betim - MG. 2.. Biólogo pelo Unicentro Izabela Hendriz, Especialização em Microbiologia pela UFMG, Mestre em ensino de Biologia pela PUC-MG, professor do curso de graduação em enfermagem UninCor campos Betim.

Os casos de diabetes no Brasil se tornaram uma séria questão epidemiológica para a Saúde Pública, necessitando de ações do Ministério da Saúde para auxiliar no controle e tratamento desta patologia. A diabetes tem ganhado destaque no cenário atual, e os princípios para educar deve fundamentar-se na motivação, na interatividade, no dinamismo, na evolução e na educação sempre continuada. A nutrição deve ser completa, abrangendo os fatores: quantidade (deve ter o suficiente para satisfazer a demanda do organismo), qualidade (conter variedade de alimentos), harmonia (os nutrientes devem ter equilíbrio entre si) e adequação (deve ser apropriada a diferentes fases da vida), pois, os transtornos da nutrição influenciam na resposta dos fatores glicêmicos, contribuindo para o aparecimento ou o agravamento desta morbidade. O presente trabalho objetivou-se em instruir a importância da nutrição como prevenção ao diabetes, onde se realizou a construção de um guia prático nutricional. Realizou-se uma roda de conversa com algumas pessoas de maneira bem dinâmica e eficaz, onde o intuito foi orientar sobre a real importância da relação da nutrição e a diabetes. Através do estudo conclui-se que a nutrição adequada ainda é o melhor caminho para evitar o aparecimento desta morbidade.

Palavras-chave: Nutrição da Criança; Diabetes; Transtornos da Nutrição Infantil; Dieta e Nutrição.