

CONSUMO DE ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS RELACIONADOS A DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS.

Paloma Fonseca Silva¹, Ana Carolina Alves de Oliveira², Maria do Carmo Viana Andrade Gomes³.

Centro universitário-UNINTA ^{1,2,3}

DOI: 10.47094/ICONRES.2021/5

INTRODUÇÃO: A industrialização e a urbanização trouxeram o acréscimo da ingestão de calorias e redução da atividade física, constituindo o princípio do sobrepeso, ou seja, aumento da ingestão calórica e o déficit do gasto energético, com conseqüente acúmulo de gordura. Com a mudança nos padrões alimentares e estilo de vida da população, tornam-se as dietas com alta densidade energética. Devido ao alto consumo da população de alimentos não saudáveis, o excesso de peso se tornou algo notório. **OBJETIVO:** O trabalho tem por objetivo descrever o consumo de alimentos não saudáveis considerados fatores de risco para DCNT na sociedade. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, exploratória, de aspecto qualitativo, relacionada ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis causada pelo consumo de alimentos. A coleta e dados foi realizada em consulta de artigos científicos selecionados através da busca no banco de dados do SCIELO, BIBLIOTECA VIRTUAL DA SAÚDE (BVS) e da BIREME, a partir da fonte LILACS. Como critério de inclusão e seleção dos artigos considerou-se, a partir das palavras-chaves descritas, e artigos atualizados de 2015 a 2020. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Diversas modificações no hábito de vida da população, em particular do padrão alimentar, causa efeitos sobre a composição corporal e a saúde, visto que as descrições das práticas alimentares adotadas pelos consumidores caracterizam-se pelo baixo consumo de frutas e hortaliças e preferência por dietas ricas em gorduras, açúcares e sódio, cujo excesso relaciona-se com o aumento da ocorrência de obesidade e de suas principais comorbidades. Portanto, investir em ações para prevenir as DCNT é altamente necessário, pois preconiza o controle dos principais fatores de risco. **CONCLUSÃO:** Foi possível observar com o presente trabalho, que alimentos semi-prontos, que são utilizados no cotidiano das pessoas possuem grandes quantidades de gorduras, e são parâmetros que causam a problematização de diversas patologias atualmente.

Palavras-chave: Doenças crônicas. Alimentação. Saudável.

Área temática: Educação em saúde