

# ALIMENTOS FUNCIONAIS COMO ESTRATÉGIA NO CONTROLE DOS ÍNDICES GLICÊMICOS E DE LIPÍDIOS EM PORTADORES DE DIABETES MELLITUS TIPO 2 (DM2).

II Congresso Brasileiro Online de Nutrição, Saúde e Bem-estar, 2<sup>a</sup> edição, de 26/07/2021 a 29/07/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-89908-44-9

MAIA; Caio Mendes <sup>1</sup>

## RESUMO

Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica e narrativa da literatura que busca identificar o impacto do consumo de alimentos funcionais como um possível estratégia no controle dos índices glicêmicos e de lipídios em portadores de diabetes mellitus tipo 2 (DM2). Para a seleção dos artigos foram utilizados os seguintes critérios publicação científica dos últimos 5 anos, artigos disponíveis na íntegra e publicados de modo online, artigos que trabalham com seres humanos, artigos escritos na língua portuguesa e inglesa e artigos de estudo clínico excluindo outros tipos de trabalho. Os principais motivos para exclusão de outro tipos de trabalho, se deve ao fato dos estudos clínicos apresentaram resultados mais sólidos quando comparado a outros estudos. Um dos critérios de seleção para os artigos foram selecionar alimentos de fácil acesso e culturalmente aceito. Os descritores utilizaram foram alimentos funcionais, diabetes, terapia e glicemia e seus respetivos correspondentes em inglês. Inicialmente foram encontradas cerca de 2548 resultados. Após a primeira filtragem foram selecionados cerca 1406 artigos. Na segunda filtragem obteve-se 606 artigos. Na terceira seleção, foram obtidos cerca de 65 artigos e quarto processo de filtragem consiste na exclusão de trabalhos que não possuíam relação com tema, apresentam resultados pouco expressivos ou que não eram realizados com humanos foram obtidos cerca de 8 artigos objetos de presente analise. Através da análise literatura este estudo selecionou os seguintes alimentos nozes, canela, farelo de aveia, goiaba, pão enriquecido com fibras de beta glucana e extrato de amora e foi demonstrado que estes alimentos podem ser utilizados como uma possível estratégia no tratamento de portadores de DM2. Esse alimentos apresentou uma redução expressiva nos índices glicêmico, LDL e colesterol e aumento nos índices de HDL e em alguns casos ocorre alterações na curva glicêmica. Conclui-se que os alimentos funcionais podem ser utilizados como uma estratégia de auxílio no tratamento de portadores de DM2, porém foi encontrado alguns problemas durante a análise dos trabalhos como há não identificação étnica da população estudada e de não é encontrado aspectos contextuais importantes na caracterização dos sujeitos escolhidos para os estudos sendo. Necessários mais estudos sobre este tema, pois ainda não há clareza sobre o real impacto dos alimentos funcionais como estratégia de auxílio na terapia de portadores de DM

**PALAVRAS-CHAVE:** alimentos funcionais, diabetes, glicemia e terapia

<sup>1</sup> UNIFOR - Universidade de Fortaleza, caiomaia95@gmail.com