

## DIETA DE BAIXO CARBOIDRATO ATUANDO NA DIABETES TIPO 2

Brunno Álvaro Soares Simplício SANTOS<sup>1</sup>, Keylla Mara Lopes PEREIRA<sup>2</sup>, Nathiely Christyne Alves NAZÁRIO<sup>3</sup>,  
Thais da Silva TEMPONI<sup>4</sup>, Maurício Anderson Dutra MAGALHÃES<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Estudante de Enfermagem/UNINCOR  
e-mail: hmetal653@yahoo.com.br

<sup>2</sup>Estudante de Enfermagem/UNINCOR  
e-mail: kcamposmara31@gmail.com

<sup>3</sup>Estudante de Enfermagem/UNINCOR  
e-mail: bethnazario@yahoo.com.br

<sup>4</sup>Estudante de Enfermagem/UNINCOR  
e-mail: temponithais@gmail.com

<sup>5</sup>Orientador e Professor do Curso de Enfermagem/UNINCOR  
e-mail: mauricio.magalhaes@unincor.edu.br

**PALAVRAS-CHAVE:** Diabetes tipo 2, baixo carboidrato, enfermagem, nutrição.

### RESUMO

Este estudo teve por objetivo informar o impacto da redução de carboidratos na alimentação em relação ao diabetes mellitus tipo 2, levando em consideração a importância dessa redução também em outros aspectos como o emagrecimento. O projeto compreende também, nas referências literárias e distribuição de uma cartilha, o trabalho tem impacto direto na sociedade, pois atualmente o número de pessoas com diabetes tipo 2 tem crescido consideravelmente. A diabetes tipo 2 é caracterizada pela resistência à insulina, essa resistência pode ser causada por diversas formas, principalmente fazendo o pâncreas trabalhar demasiadamente pela quantidade de insulina disponível e com o passar do tempo o corpo rejeita a insulina, isso faz com que o sangue fique com altos níveis de glicose adquirindo assim a diabetes do tipo 2. No diabetes a pessoa fica intolerante à glicose, com a dieta de redução de carboidrato a ideia é que quanto menos glicose for fornecida para o diabético tipo 2, menos as células do mesmo sofrem com a resistência da insulina. O tratamento da diabetes tipo 2 envolve medicamentos que reduzem os níveis de glicose, pode-se dizer que a dieta de baixo consumo de carboidratos é uma maneira natural de atingir os mesmos objetivos dos medicamentos receitados para diabéticos deste tipo, pois agem da mesma forma no organismo. O objetivo do trabalho é tratar do impacto da redução de carboidratos na alimentação em relação ao diabetes tipo 2 para atender esse objetivo, optou-se por criar uma cartilha informativa para a população em geral, diabética ou não, com o intuito de despertar o interesse pelo assunto e a procura por mais informações com seu médico ou nutricionista.