

DIETA DE BAIXO CARBOIDRATO ATUANDO NA DIABETES TIPO 2

Brunno Álvaro Soares Simplício SANTOS¹, Keylla Mara Lopes PEREIRA², Nathiely Christyne Alves NAZÁRIO³,
Thais da Silva TEMPONI⁴, Maurício Anderson Dutra MAGALHÃES⁵

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

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

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

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

⁵Orientador 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.