

INFLUÊNCIA ALIMENTAR NO DESENVOLVIMENTO DAS DOENÇAS CRÔNICAS NA ADOLESCÊNCIA: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Marília Leyenn Fernandes de Santana Silva¹; Edla Nery Bezerra¹; Kelly Dafne Pessoa Lourenço¹; Ester Pestana Queiroz¹; Denize Ferreira Ribeiro²; Estela Maria Leite Meirelles Monteiro³
marilia_leyenn@hotmail.com

RESUMO:

Introdução: A adolescência constitui um grupo prioritário para promoção da saúde, em razão dos comportamentos que os expõem a diversas situações de riscos para a saúde. Trata-se de um período de transição da infância para a vida adulta, em que ocorrem intensas transformações que contribuem para o desenvolvimento de obesidade e doenças crônicas ainda nesta fase. Elas estão relacionadas a vários fatores, dentre eles, destacam-se as mudanças associadas ao estilo de vida, em que se incluem padrões alimentares inadequados associados à inatividade física, uso abusivo do álcool e tabagismo. No que diz respeito às mudanças dos padrões alimentares, as alterações de maior destaque referem-se ao aumento da oferta, principalmente pela mídia, de alimentos industrializados com alta densidade energética, à custa de gorduras saturadas e carboidratos simples, em detrimento daqueles de origem vegetal, que apresentam baixo valor calórico, são fontes de micronutrientes e fibras. A escolha alimentar é um processo complexo, influenciado tanto por fatores biológicos quanto por fatores sociais, culturais e econômicos. **Objetivo:** Evidenciar a influência da má alimentação no desenvolvimento de doenças crônicas no período da adolescência. **Método:** Realizou-se uma revisão bibliográfica da literatura na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e na biblioteca virtual SCIELO, onde foram escolhidos artigos publicados no período de 2012 a 2017, disponíveis na íntegra e no idioma português, através dos descritores "Estilo de vida", "Comportamento Alimentar", "Adolescentes", "Doenças Crônicas". **Resultados e discussão:** As modificações no padrão alimentar podem interferir na formação física, social e na vulnerabilidade biológica dos adolescentes. O consumo alimentar é o principal responsável pelo estilo de vida não saudável, e representa um importante fator de risco de doenças crônicas não transmissíveis, particularmente as afecções respiratórias, cardiovasculares, diabetes mellitus, distúrbios metabólicos e endócrinos, certos tipos de câncer e vários problemas psicológicos ainda na adolescência, que prejudicam, conseqüentemente, sua qualidade de vida, podendo causar incapacidade funcional e até dependência. As doenças cardiovasculares constituem uma das principais causas de mortalidade e incapacidade em quase todos os países, além disso, constituem uma das principais causas de permanência hospitalar prolongada e são responsáveis pela principal alocação de recursos públicos em hospitalizações. A obesidade é outro grave problema de saúde pública, e sua prevalência é crescente, especialmente nas sociedades em desenvolvimento e na população infantil. Nesse contexto, a mídia funciona como uma grande vilã, uma vez que, no Brasil, assim como em outros países, a maioria dos comerciais veiculados na televisão aberta é relacionada aos alimentos ricos em açúcar, gordura e sal. **Conclusão:** Como os hábitos alimentares e de atividade física adquiridos na infância e na adolescência tendem a permanecer na vida adulta, é de fundamental importância o ensino e incentivo desses, principalmente nas escolas, a fim de promover hábitos de vida saudáveis e melhor controle das doenças crônicas. Outra medida é a necessidade de políticas públicas que regulamentem o marketing de alimentos e garantam que as propagandas inseridas em programas de TV destinados a crianças e adolescentes promovam escolhas alimentares saudáveis.

Descritores: Estilo de Vida; Comportamento Alimentar; Adolescente; Doenças Crônicas.

¹Discente da graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Pernambuco.

²Mestranda da Universidade Federal de Pernambuco.

³Doutora em Enfermagem. Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Pernambuco.