

IMPACTO DO HÁBITO ALIMENTAR E DO ESTILO DE VIDA NO LIMIAR MÁXIMO DE SENSIBILIDADE GUSTATIVA AO SAL

Raquel Bertolaccini Bastos¹; Anderson Seiji Soares Fujimori¹; Milene Peron Rodrigues Losilla¹; Márcia Aparecida Nuevo Gatti²

¹Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração – r.bertolaccini@hotmail.com; profa.milene@yahoo.com.br; seijifuji8788@gmail.com

²Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação – Universidade do Sagrado Coração - marcia.gatti@usc.br

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica– PIVIC

Agência de Fomento: Não há

Área de Conhecimento: Saúde - Nutrição

Nas últimas décadas, o Brasil passou por diversas mudanças políticas, econômicas, sociais e culturais que evidenciaram transformações no modo de vida da população, gerando uma rápida transição nutricional. Estudos revelaram a ingestão elevada de sódio, derivada principalmente do consumo do sal e de alimentos ultraprocessados, como um fator precursor da elevação do nível pressórico e das alterações metabólicas que causam sobrecarga em variados órgãos. A identificação das variáveis que alteram o limiar de sensibilidade gustativa ao sal é de fundamental importância para prevenir o desenvolvimento desta patologia e reduzir o consumo excessivo de sódio. No presente estudo foi realizado um levantamento de dados de estudos prévios com o objetivo de analisar uma população de 1618 indivíduos e verificar a influência do hábito alimentar e do estilo de vida no limiar máximo de sensibilidade gustativa ao sal. A partir da verificação das variáveis relacionadas ao estudo, nos indivíduos participantes, este estudo identificou que o sexo masculino, idade, IMC, escolaridade, presença de diabetes, frequência na leitura de rótulos, uso de temperos industrializados, maior utilização de sal na mesa, etilismo, tabagismo, consumo de dieta hipercalórica, frequência de atividade profissional e maior nível de ansiedade apresentaram correlação direta com um maior limiar máximo de sensibilidade gustativa ao sal. Estes achados permitem concluir que o estilo de vida e o hábito alimentar apresentam impacto no limiar máximo de sensibilidade gustativa ao sal.

Palavras-chave: Nutrição. Limiar gustativo. Sódio. Hipertensão.