

ASSOCIAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE ADOÇANTES DIETÉTICOS, COMPORTAMENTO ALIMENTAR E PESO CORPORAL DE ADULTOS

Maria Beatriz dos Santos André¹; Pérola de Andrade Leão¹; Maria Angélica Martins
Lourenço Rezende¹

¹Centro de Ciências da Saúde – Centro Universitário do Sagrado Coração
mariabeatriz_andre@hotmail.com; perolaleao1@hotmail.com; angelyca.lourenco@gmail.com

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica Voluntária - PIVIC
Área do conhecimento: Saúde - Nutrição

Os adoçantes dietéticos (ADDs) são produtos recomendados para dietas de emagrecimento ou restrição de açúcar. Embora sejam seguros para o consumo humano, seu excesso está associado à diversas doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e alterações do comportamento alimentar. Logo, o objetivo do estudo foi analisar a associação do consumo de adoçantes com comportamento alimentar e peso corporal de adultos. A pesquisa foi realizada no município de Bauru, no estado de São Paulo com 80 indivíduos de ambos os sexos com idade ≥ 20 anos e < 60 anos selecionados aleatoriamente. Para conhecer o perfil de saúde, consumo dos adoçantes e comportamento alimentar dos participantes foi elaborado um questionário e aplicado o Questionário Holandês do Comportamento Alimentar (QHCA). Os resultados mostraram que quanto menor a idade, maior a dificuldade de perder peso, maior a perda de peso recente, mais realiza-se dieta e maior o consumo de alimentos diet e light. Além disso, quanto mais o indivíduo acredita que adoçante faz mal, pior será o comportamento alimentar. Por fim, foi concluído que o consumo de ADDs não está associado a piora do comportamento alimentar, entretanto, quanto mais adoçante o indivíduo consome, mais alimentação do tipo restrita ele apresenta.

Palavras-chave: Adoçantes dietéticos. Comportamento alimentar. Estado nutricional.