

JESUS, Neuza Aparecida de Andrade de. Avaliação dos tipos de gorduras consumidas e os principais fatores de risco. Bragança Paulista, SP: FESB, 2014. (IMPRESSO)

RESUMO

As doenças cardiovasculares representam a maior taxa de mortalidade no mundo e o seu crescimento significativo serve como um alerta, para avaliar quais riscos e características estão ligados ao desenvolvimento dessas doenças. Entre os principais fatores de risco, encontram-se diretamente ligados a incidência de doenças cardiovasculares a hipertensão arterial sistêmica, diabetes melitus, obesidade, sedentarismo e hábitos alimentares. Diversas doenças como a dislipidemia, hipertensão, aterosclerose e outras doenças cardiovasculares são decorrentes do estilo de vida, moderno sendo fortemente influenciados pelos padrões alimentares da população. O objetivo desta revisão foi maior aprofundamento nas pesquisas para se ter conhecimento dos tipos de gorduras mais consumidas, pela população em geral, e identificar os principais fatores de risco relacionados com doenças cardiovasculares. Portanto, as revisões bibliográficas mostram que o consumo maior é de gorduras saturadas, e o estilo de vida da população é cada vez mais sedentário, apresentando cada vez mais o aparecimento das doenças cardiovasculares. O planejamento e adequação do plano alimentar são de grande importância para promoção da saúde.