

DESAFIOS NO ENSINO DA DIGESTÃO E NUTRICIONAL NUMA SOCIEDADE INFLUENCIADA PELO FAST FOOD E PADRÕES ESTÉTICOS

Vitor Aguiar, Felipe Pontes, Laura Ribeiro, Júlia Frazão, Sophia Portela, Nádia
Momenté, Lígia Gabriela, Maria Eduarda Coelho

PUC-GO, Medicina

felipe.pontes2205@gmail.com

Introdução: A disseminação global de alimentos ultraprocessados tem gerado preocupações sobre seus impactos negativos na saúde, incluindo a obesidade. Além disso, a relação entre exercícios físicos, hábitos alimentares e psicológicos torna-se relevante para compreender os desafios contemporâneos em saúde. A influência do ambiente de trabalho e das redes sociais na alimentação, especialmente entre adolescentes, também é um ponto de interesse. A educação nutricional e a exposição à publicidade de alimentos são cruciais. Investigar o potencial educativo dos programas de horta escolar surge como uma solução para promover hábitos saudáveis entre crianças e adolescentes. **Objetivos:** Analisar o impacto dos alimentos ultraprocessados na obesidade, entender hábitos nutricionais e psicológicos de praticantes de exercícios, avaliar os efeitos dos rótulos nutricionais na intenção de compra em fast foods, investigar a exposição de crianças e adolescentes à publicidade de alimentos em redes sociais e explorar percepções de educadores sobre programas de horta escolar e saúde infantil. **Metodologia:** Realizou-se busca sistemática nas bases de dados científicas com os termos "healthy nutrition AND beauty standards" e "healthy nutrition AND fast food". Foram incluídos estudos relevantes publicados nos últimos 5 anos, seguindo critérios rigorosos. A análise dos dados sintetizou resultados e identificou padrões na literatura. **Resultados:** Estudos revisados destacam associação significativa entre consumo de alimentos ultraprocessados e obesidade, bem como sua influência na saúde cardiovascular e no desenvolvimento de câncer. Praticantes de exercícios podem ter hábitos mais saudáveis, mas ainda sofrem influências externas. A exposição de crianças e adolescentes à publicidade de alimentos em redes sociais é preocupante, levantando a necessidade de intervenções educativas eficazes nas escolas. **Conclusão:** Abordagens abrangentes e multifacetadas no ensino da digestão e nutrição são essenciais. Promover compreensão crítica dos impactos dos alimentos ultraprocessados, fortalecer hábitos saudáveis entre praticantes de exercícios e implementar estratégias contra a influência da publicidade são cruciais. Programas de horta escolar oferecem oportunidades para educar crianças e adolescentes sobre nutrição e saúde, capacitando-os a fazer escolhas conscientes.

Palavras-chave: Educação Nutricional. Marketing Nutricional. Hábitos Alimentares.

Área temática: Aparelho Digestório