



A IMPORTÂNCIA DO ESTADO NUTRICIONAL PARA REDUZIR O DIABETES MELLITUS E A DOENÇA RENAL CRÔNICA

NATHÁLIA LUISA SARAIVA SANTOS; MARIA EDUARDA NEVES MOREIRA; FERNANDA JULLIANA FREITAS SANTOS; FERNANDA REIS GUIMARÃES; ARTHUR PIMENTA RIBEIRO

INTRODUÇÃO: Considerada uma doença complexa e multifatorial, a obesidade é um dos problemas mais prevalentes na atualidade, afetando mais de um terço da população mundial. Associa-se a uma alteração generalizada dos padrões comportamentais, com a adoção de um balanço energético positivo, com uma dieta extremamente calórica e um estilo de vida sedentário e pobre em atividade física, resultando em uma morbimortalidade importante e crescimento de outras comorbidades como o diabetes *mellitus* e a doença renal crônica que reduz tanto a qualidade de vida quanto a expectativa de vida dos indivíduos por ela acometidos. **OBJETIVOS:** Destacar a importância do estado nutricional da população como forma de prevenir o diabetes *mellitus* e a doença renal crônica. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão sistemática realizada por meio de dados a partir de artigos científicos obtidos nas bases SCIELO e PUBMED, utilizando como descritores: obesidade, obesidade e diabetes, qualidade de vida, diabetes *mellitus* e doença renal crônica. Foram selecionadas publicações no período entre 2018 a 2022, considerando a população de adultos e idosos, descartando gestantes, visando o objetivo do estudo. Encontraram-se 293 trabalhos, dos quais 12 estavam selecionados para a pesquisa. **RESULTADOS:** A obesidade causa uma inflamação crônica do tecido adiposo associado a expressão alterada de adipocinas inflamatórias, um dos mecanismos que contribui para o diabetes *mellitus* e a doença renal crônica se destaquem como consequência da sua etiologia. Diante dos efeitos causados pela obesidade, percebe-se a necessidade de manter hábitos de vida saudáveis com uma dieta rica em nutrientes e fibras, hipocalórica associada a atividades físicas diárias e ações de promoção em saúde como forma de prevenir doenças metabólicas e renais crônicas. **CONCLUSÃO:** Com a prevalência da obesidade, destaca-se a necessidade de ações educativas de promoção em saúde visando informar sobre como a melhoria dos hábitos nutricionais e exercício físico diário podem reduzir e prevenir o aparecimento de complicações crônicas como diabetes *mellitus* e da doença renal e aumentar não apenas a qualidade, como a expectativa de vida.

Palavras-chave: Obesidade, Doença renal crônica, Diabetes mellitus, Obesidade e diabetes, Qualidade de vida.