



A RELAÇÃO ENTRE O ATUAL CENÁRIO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DA POPULAÇÃO BRASILEIRA E SUA INFLUÊNCIA EM CASOS DE HIPOTIREOIDISMO

WILSON MATEUS DIAS FERREIRA

Introdução: Com o avanço constante da industrialização, visando a divulgação e compra de seus produtos, a indústria alimentícia busca se adaptar ao estilo de vida “acelerado” da população, buscando um produto que dure mais tempo nas prateleiras, e que possua palatabilidade atrativa aos possíveis compradores. Para chegar a esse fim, há a adição excessiva de substâncias danosas à saúde, como por exemplo as gorduras e conservantes. Indivíduos que consomem esses produtos em grande frequência ou quantidade, têm alterações em diversas funções do corpo, devido a esses alimentos serem pobres nutricionalmente, principalmente no que tange os micronutrientes. Nesse contexto, em virtude dessa escassez, a glândula tireoide age de forma deficitária, causando o hipotireoidismo. **Objetivo:** O objetivo deste trabalho foi analisar o atual cenário do consumo alimentar da população brasileira, e estabelecer entre uma correlação essa alimentação com casos de hipotireoidismo. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, no qual foram utilizados os seguintes bancos de dados: Pubmed, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) utilizando os seguintes descritores: “prevalência de hipotireoidismo no Brasil”, “Alimentos ultraprocessados e tireoide” para artigos em português e “Ultra-processed foods and thyroid” para artigos em inglês. Foram selecionados 4 artigos publicados nos últimos 6 anos. **Resultados:** Foi constatado que o alto consumo de alimentos industrializados pela população brasileira fez com que o hipotireoidismo se tornasse mais presente. Tendo em vista que esses alimentos são pobres em substâncias essenciais para o bom funcionamento da tireoide como: iodo, selênio, manganês e cobre. A falta desses micronutrientes na dieta, afeta o bom funcionamento da glândula tireoide, prejudicando assim a produção dos hormônios tireoidianos, que traz consigo consequências, como as dislipidemias. **Conclusão:** Conclui-se que, o atual consumo alimentar da população brasileira favorece o aumento de casos de hipotireoidismo. Tornando importante a orientação adequada de um profissional nutricionista, sobre quais os alimentos adequados para manter a boa saúde da tireoide evitando desníveis hormonais

Palavras-chave: **ULTRAPROCESSADOS; HORMÔNIOS; TIREOIDE; MICRONUTRIENTES; HIPOTIREOIDISMO**