



INFLUÊNCIA DO SOBREPESO E OBESIDADE E A INCIDÊNCIA DE DIABETES MELLITUS TIPO 2: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

MAYARA PAULA DE OLIVEIRA

Introdução: A Diabetes Mellitus (DM), é um distúrbio metabólico caracterizado por hiperglicemia constante, devido à deficiência ou insuficiência na liberação do hormônio da insulina. A DM do tipo 2, é considerada uma doença crônica não transmissível que está relacionada a fatores, como o estilo de vida, genética e alimentação. Diversos estudos têm investigado a relação do sobrepeso e obesidade como forte preditor para essa patologia, devido às complicações associadas às duas condições, como a resistência à insulina, hipertensão arterial e a inflamação sistêmica. A prevalência do aumento de peso corporal pode aumentar concomitantemente o surgimento de diagnósticos de DM tipo 2, uma vez que atualmente não se encontrou tratamento para sua cura, se faz necessário modificar essa trajetória. **Objetivo:** Relacionar o sobrepeso e obesidade com a incidência de DM tipo 2. **Materiais e Métodos:** Foi realizada uma revisão bibliográfica da literatura baseada em artigos publicados nas bases eletrônicas de dados, National Library of Medicine (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram selecionados 15 artigos para realização da revisão, sendo incluídos artigos originais, estudos realizados em humanos, artigos publicados nos últimos 10 anos nos idiomas inglês, português ou espanhol, cujos resumos estavam disponíveis para consulta. Já os critérios de exclusão foram artigos indisponíveis na íntegra. **Resultados:** É evidente, que o excesso de peso tem relação direta com doenças metabólicas, principalmente com a DM. Isso porque, a resistência à insulina causada pelo excesso de células adipócitas reduzem a capacidade do corpo usar a insulina para o controle adequado dos níveis de glicose no sangue. Além disso, outros estudos mostram que a hiperglicemia está relacionada a uma inflamação sistêmica, proporcionando estresse oxidativo, dificultando a homeostase e a saúde plena nesses indivíduos. **Conclusões:** Diante do exposto, é possível afirmar que o estado nutricional adequado cumpre papel essencial na prevenção e controle da DM. Assim, pode-se concluir que, o excesso de peso na população, aumenta o número de novos casos de diabetes mellitus tipo 2, segundo estudos realizados nos últimos anos. Dessa forma, se faz necessária a mudança na alimentação e no estilo de vida nesses indivíduos, a fim de promover qualidade de vida.

Palavras-chave: **ALIMENTAÇÃO; DIABETES; OBESIDADE; RESISTÊNCIA; SOBREPESO**