

DIABETES *MELLITUS* NA ADOLESCÊNCIA: O PERFIL ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DA ESCOLA TÉCNICA ESTADUAL ALBERT EINSTEIN E MUDANÇAS DE ATITUDES IMPORTANTES NA MANUTENÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DE DOENÇAS

Autora: Valéria de Souza

Orientadora: Profa. Dra. Anuska Marcelino Alvares Saraiva

O diabetes *mellitus* (DM) tem apresentado aumento significativo entre adolescentes, associado ao consumo de alimentos ultraprocessados e à redução da atividade física, fatores que contribuem para obesidade e resistência à insulina, aumentando o risco de DM2. Um estudo prévio revelou que 21% dos adolescentes apresentaram índices glicêmicos na faixa de pré-diabetes. Diante disso, este estudo busca analisar os hábitos alimentares e monitorar a saúde alimentar e o risco de desenvolvimento de DM2 entre adolescentes do Ensino Médio com Itinerário Formativo de Ciências da Natureza e suas Tecnologias da ETEC Albert Einstein. Para tanto, será realizado um evento na instituição para coleta de sangue periférico, aferição da glicemia em jejum, pressão arterial, peso e altura dos adolescentes. Em parceria com o ambulatório de Nutrição da Universidade Paulista/campus Indianópolis, os adolescentes passarão por anamnese nutricional e receberão orientações para melhor escolha dos alimentos. O estudo acompanhará os adolescentes por seis meses, ao final dos quais novas coletas de sangue e aferições serão realizadas. As amostras serão analisadas para identificar o perfil de citocinas inflamatórias, associadas ao desenvolvimento do DM2. Espera-se que o estudo incentive mudanças nos hábitos alimentares dos voluntários, promovendo maior conscientização sobre a importância da alimentação saudável e da prática de atividades físicas como estratégias preventivas contra o DM2 e doenças associadas, contribuindo para a melhora da qualidade de vida e saúde dos adolescentes.