

## **DIABETES MELLITUS NA ADOLESCÊNCIA: PERFIL ALIMENTAR, RISCO METABÓLICO E EFEITOS DE INTERVENÇÕES EDUCATIVO-NUTRICIONAIS NA ETEC ALBERT EINSTEIN, COM PARTICIPAÇÃO NA UNIVERSIDADE DE COIMBRA – PAS GRAS**

**Autora:** Valéria de Souza

**Orientadora:** Profa. Dra. Anuska Marcelino Alvares Saraiva

O diabetes mellitus tipo 2 (DM2) tem aumentado globalmente na população jovem, associado ao consumo de ultraprocessados e à redução da atividade física. Neste estudo, investigou-se a influência de intervenções de educação alimentar e manejo nutricional sobre indicadores de risco cardiometabólico em adolescentes de uma Escola Técnica Estadual de São Paulo. Foram realizadas intervenções educativas em saúde e triagem de parâmetros clínicos com intervalo de sete meses (N = 83). Inicialmente, 18% dos adolescentes apresentaram glicemia compatível com pré-diabetes, enquanto 14% apresentaram pré-hipertensão e 2%, hipertensão em estágio 1. Ao final do acompanhamento, houve redução da prevalência de pré-diabetes para 6%, embora tenha sido identificado um caso com glicemia > 125 mg/dL. Em contraste, verificou-se piora nos parâmetros de pressão arterial, com aumento de pré-hipertensão (35%), hipertensão em estágio 1 (6%) e em estágio 2 (1%). Os percentis de IMC permaneceram globalmente estáveis. Adolescentes com alterações metabólicas foram encaminhados para acompanhamento nutricional em parceria com o curso de Nutrição da UNIP, resultando em redução da prevalência de pré-diabetes de 22% para 9% no subgrupo acompanhado, além de melhora na distribuição dos percentis de IMC. No contexto da

XXVI

ENCONTRO  
CIENTÍFICO

6 a 8 de maio de 2026

**UNIP**  
UNIVERSIDADE PAULISTA

internacionalização do projeto, foram realizadas atividades educativo-lúdicas em ambiente escolar durante o doutorado sanduíche na Universidade de Coimbra, por meio do consórcio PAS GRAS. Os resultados evidenciaram elevado engajamento e conhecimento prévio dos estudantes sobre hábitos alimentares e riscos metabólicos. Em conjunto, os resultados reforçam a importância do rastreio precoce e de intervenções educativas integradas na prevenção do DM2 na infância e na adolescência.