

## **EFEITOS DA DIETA *LOW CARB* NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM OBESIDADE E PORTADORES DE DIABETES *MELLITUS* TIPO 2**

Angela marta de Souza<sup>1</sup>

Josiele de Carvalho Machado<sup>2</sup>

Maria Eduarda de Oliveira Silva Marques<sup>3</sup>

Natália Teixeira de Lima<sup>4</sup>

### **Resumo**

A obesidade é uma doença crônica, multifatorial definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como o acúmulo anormal ou excessivo de gordura no corpo, e está associada ao aumento de morbidade e mortalidade, incluindo aumento de risco para diabetes mellitus tipo 2 (DM2) associada a resistência à insulina. Das estratégias propostas para promover à redução do peso e aumentar à sensibilidade a insulina, a dieta com baixo consumo de carboidratos (DLC) pode ter efeitos positivo. Este estudo tem como objetivo avaliar os efeitos da dieta com baixo consumo de carboidratos em pacientes com obesidade, portadores de DM2. Os carboidratos são a principal fonte de glicose, a redução da ingestão pode melhorar a sensibilidade à insulina e redução glicemia pós-prandial. A LCD se baseia no consumo de alimentos de baixo índice e carga glicêmica que não apenas evitam o aumento rápido da glicose no sangue, e melhora a resposta à insulina após o consumo de alimentos. Não existe consenso para justificar o uso de dietas DLC para o controle da DM em indivíduos obesos a maioria dos estudos sugerem resultados positivos, mas não são conclusivos em quantidade e segurança. De acordo com os resultados encontrados nos artigos pesquisados a DLC pode ser uma boa estratégia para o controle da DM1 e qualidade de vida. No entanto, não se anula a necessidade de mais estudos sobre o assunto analisando a eficácia do padrão da DLC em parâmetros glicêmicos, a sua segurança bioquímica e metabólica.

**Palavras-chave:** Diabetes *Mellitus* tipo 2. Dietas *Low Carb*. Obesidade.

---

<sup>1</sup> Nutricionista. Docente do curso de Nutrição UGB-FERP

<sup>2</sup> Graduanda em Nutrição (UGB-FERP)

<sup>3</sup> Graduanda em Nutrição (UGB-FERP)

<sup>4</sup> Graduanda em Nutrição (UGB-FERP)