



ISBN: 978-65-89908-41-8

# II InovaBiotec

CONGRESSO DE INOVAÇÃO  
E BIOTECNOLOGIA

14 a 16 de julho de 2021

## ALIMENTAÇÃO E BIODISPONIBILIDADE DE NUTRIENTES.

II InovaBiotec - Congresso de Inovação e Biotecnologia, 2ª edição, de 14/07/2021 a 17/07/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-89908-41-8

**SCHNEIDER; Lucinéia Cavalheiro <sup>1</sup>, HOEHNE; Lucélia <sup>2</sup>**

### RESUMO

Inúmeras pesquisas vêm demonstrando uma crescente preocupação com os hábitos alimentares da população devido ao aumento de doenças crônicas degenerativas não transmissíveis e potencialmente fatais, como diabetes, hipertensão, acidente vascular cerebral, doenças cardíacas entre outras, sendo que as causas estão sendo apontadas para o estilo de vida como fator principal. A praticidade de alimentos prontos, o sedentarismo, o consumo excessivo de alimentos industrializados, e a deficiência de micronutrientes estão sendo os pilares deste processo. Sendo assim, o objetivo do trabalho foi realizar um levantamento bibliográfico sobre a definição da biodisponibilidade de nutrientes. Para isso fez-se buscas em sites como scienceirect entre os anos de 2019 a 2021. Como resultados, o termo biodisponibilidade pode apresentar várias definições dependendo da área em que se aplica. Do ponto de vista nutricional a biodisponibilidade refere-se à fração de um nutriente presente em um dado alimento que é disponível para ser usado nas funções fisiológicas ou para ser estocado e é o resultado de três etapas principais: disponibilidade do elemento no trato gastrointestinal, isto é, a fração do elemento ingerido disponível para sua subsequente absorção. A segunda etapa, ocorre a absorção no estômago e na mucosa intestinal. Na terceira etapa; ocorre a transformação do produto na sua forma biologicamente ativa ou inativa. Vale ressaltar que dados de biodisponibilidade para nutrientes específicos precisam ser considerados e incorporados ao processo de avaliação do risco, pois existem fatores que podem afetar a biodisponibilidade, dos quais incluem a concentração e a forma química do nutriente, a nutrição e a saúde do indivíduo e as perdas por excreção. Desta forma, ter o conhecimento sobre a biodisponibilidade de nutrientes é de suma importância para averiguação da real quantidade de absorção de nutrientes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Hábito alimentar, Micronutriente, Absorção de nutrientes

<sup>1</sup> UNIVATES, lucineia.schneider@universo.univates.br

<sup>2</sup> UNIVATES, luceliah@univates.br

