

PERFIL ALIMENTAR E SUSCETIBILIDADE À SÍNDROME METABÓLICA EM BOMBEIROS MILITARES: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Giselle Vitoria Souza Lucas¹; Vânia Maria Barboza da Silva²

gisellevitoria2804@gmail.com

Introdução: A síndrome metabólica caracteriza-se pela associação de alterações metabólicas, como obesidade abdominal, hipertensão arterial, dislipidemias e resistência à insulina, estando relacionada ao aumento do risco de doenças cardiovasculares e diabetes mellitus tipo 2. Entre os grupos ocupacionais suscetíveis a esses agravos destacam-se os bombeiros militares, cuja rotina profissional envolve jornadas prolongadas, estresse ocupacional, privação de sono e irregularidade alimentar. **Objetivo:** Analisar a relação entre o perfil alimentar e a suscetibilidade à síndrome metabólica em bombeiros militares. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada por meio da busca de artigos científicos, livros e documentos institucionais nas bases de dados SciELO, PubMed, LILACS e Google Scholar, incluindo publicações entre 2004 e 2025, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem hábitos alimentares, perfil nutricional, saúde ocupacional e fatores de risco metabólicos em bombeiros militares. **Resultados e Discussão:** Os estudos analisados indicam que bombeiros militares frequentemente apresentam padrões alimentares caracterizados pelo consumo elevado de alimentos ultraprocessados, baixa ingestão de frutas e hortaliças e irregularidade nos horários das refeições. Esses fatores, associados às condições ocupacionais, como trabalho em turnos, privação de sono e estresse, contribuem para o aumento da adiposidade corporal e alterações metabólicas, evidenciando uma relação direta entre o perfil alimentar inadequado e o risco de desenvolvimento da síndrome metabólica. **Conclusão:** O perfil alimentar inadequado, aliado às condições de trabalho da profissão, constitui importante fator de suscetibilidade à síndrome metabólica em bombeiros militares, evidenciando a necessidade de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde e educação alimentar neste grupo profissional.

Palavras-chaves: Síndrome metabólica; Perfil alimentar; Bombeiros militares; Saúde ocupacional;

Área Temática: Temas livres em nutrição.