

RESUMO SIMPLES - DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS
(DCNTS)

**A EPIDEMIA INVISÍVEL DO DIABETES TIPO 2: O PAPEL DO AMBIENTE
OBESOGÊNICO NAS DCNTS. THE INVISIBLE EPIDEMIC OF TYPE 2
DIABETES: THE ROLE OF THE OBESOGENIC ENVIRONMENT IN NON-
COMMUNICABLE DISEASES**

Leticia Da Silva Dias (leticiatrabalho2002@gmail.com)

Introdução: O diabetes mellitus tipo 2 é uma das principais Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) da atualidade, apresentando crescimento progressivo em diferentes faixas etárias e contextos sociais. Esse aumento está relacionado não apenas a fatores genéticos e individuais, mas também às transformações do estilo de vida contemporâneo. Nesse cenário, destaca-se o ambiente que favorece a obesidade, caracterizado por condições que estimulam a alimentação inadequada, o sedentarismo e o ganho de peso, contribuindo diretamente para o desenvolvimento da obesidade e do diabetes tipo 2. Objetivo: Analisar a relação entre o contexto favorável ao ganho de peso e o aumento da incidência do diabetes mellitus tipo 2, destacando sua influência como fator de risco no desenvolvimento das DCNTs. Método: Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, baseada em publicações científicas, diretrizes e estudos sobre diabetes tipo 2, obesidade e DCNTs. Foram considerados

materiais que abordam fatores ambientais, comportamentais e sociais associados ao crescimento dessa condição, com ênfase nas circunstâncias que estimulam hábitos de vida pouco saudáveis e favorecem o excesso de peso na população. Resultados: Observou-se que o cenário que contribui para a obesidade exerce forte influência no desenvolvimento do diabetes tipo 2, principalmente por estimular o consumo frequente de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares, gorduras e sódio, além de favorecer a inatividade física. A rotina acelerada, o uso excessivo de tecnologias, o estresse e a limitação de espaços adequados para a prática de exercícios também contribuem para esse quadro. Esses fatores favorecem o aumento da obesidade, especialmente da gordura abdominal, que está associada à resistência à insulina, mecanismo central para o desenvolvimento do diabetes tipo 2. Dessa forma, o diabetes deixa de ser compreendido apenas como uma doença individual e passa a ser entendido também como resultado de condições sociais e ambientais. Conclusão: Conclui-se que o conjunto de fatores ambientais relacionados ao excesso de peso tem papel fundamental no crescimento do diabetes tipo 2 e de outras DCNTs, por influenciar diretamente os hábitos alimentares e os níveis de atividade física da população. Assim, o enfrentamento dessa epidemia invisível exige não apenas mudanças individuais, mas também ações coletivas e políticas públicas voltadas à promoção da saúde, prevenção da obesidade e incentivo a estilos de vida mais saudáveis. Se quiser, eu posso fazer mais uma lapidação para ficar com cara de resumo aprovado em congresso, deixando:

Introduction: Type 2 diabetes mellitus is one of the main Non-Communicable Chronic Diseases (NCDs) today, showing progressive growth across different age groups and social contexts. This increase is related not only to genetic and individual factors, but also to changes in contemporary lifestyle. In this context, special attention is given to the environment that favors obesity, characterized by conditions that encourage unhealthy eating habits, physical inactivity, and weight gain, directly contributing to the development of obesity and type 2 diabetes. Objective: To analyze the relationship between a context favorable to weight gain and the increasing incidence of type 2 diabetes mellitus, highlighting its

influence as a risk factor in the development of NCDs. Method: This is a narrative literature review based on scientific publications, guidelines, and studies on type 2 diabetes, obesity, and NCDs. Materials addressing environmental, behavioral, and social factors associated with the growth of this condition were considered, with emphasis on circumstances that encourage unhealthy lifestyle habits and favor excess weight in the population. Results: It was observed that the scenario contributing to obesity has a strong influence on the development of type 2 diabetes, mainly by encouraging the frequent consumption of ultra-processed foods rich in sugars, fats, and sodium, as well as by promoting physical inactivity. A fast-paced routine, excessive use of technology, stress, and limited access to appropriate spaces for physical exercise also contribute to this condition. These factors favor the increase in obesity, especially abdominal fat, which is associated with insulin resistance, a central mechanism in the development of type 2 diabetes. Thus, diabetes is no longer understood only as an individual disease, but also as the result of social and environmental conditions. Conclusion: It is concluded that the set of environmental factors related to excess weight plays a fundamental role in the growth of type 2 diabetes and other NCDs, as it directly influences eating habits and physical activity levels in the population. Therefore, addressing this invisible epidemic requires not only individual changes, but also collective actions and public policies aimed at health promotion, obesity prevention, and the encouragement of healthier lifestyles.

Palavras-chave: palavras-chaves: diabetes mellitus tipo 2; ambiente obesogênico; doenças crônicas não transmissíveis keywords: type 2 diabetes mellitus; obesogenic environment; non-communicable diseases.