

A NUTRIÇÃO, O SISTEMA IMUNOLÓGICO E A IMUNIDADE

XXXI Encontro de Extensão

Samuel Lucas Almeida da Silva, Gabrielle Andrade de Oliveira, João Lucas Fernandes da Silva, Laura Hermínio Sousa, Lia Mesquita de Abreu, Jose Ajax Nogueira Queiroz

INTRODUÇÃO: O sistema imunológico é o principal sistema de defesa do corpo humano, mantendo sua constituição e protegendo-o contra infecções, infestações e neoplasias. Bastante complexo, é composto por vários órgãos, tecidos e inúmeras células de diferentes tipos e funções em diversos locais do corpo e uma infinidade de moléculas. Além disso, possui uma intrínseca relação com todos os demais sistemas do organismo e com o microbioma presente. Inúmeros fatores interferem no pleno funcionamento do sistema imune e da imunidade. A nutrição, por exemplo, indispensável para a vida, pode favorecer ou desfavorecer o adequado funcionamento do sistema imunológico. O conhecimento sobre nutrição e alimentação e suas consequências sobre o sistema imunológico e a imunidade é muito importante para promover a saúde. **OBJETIVO:** Promover a saúde a partir do conhecimento e da relevância da nutrição adequada para o sistema imunológico e a imunidade das pessoas. **MÉTODOS:** Foram realizadas reuniões administrativas, semanais, para a organização do projeto e para a capacitação dos membros envolvidos sobre os temas, relacionando-os com a imunologia. Além de revisões bibliográficas que serviram de apoio para a discussão do tema “A NUTRIÇÃO, O SISTEMA IMUNOLÓGICO E A IMUNIDADE”. Foi sugerido a elaboração de materiais simples, de fácil compreensão, usando a Tecnologia Digital de Informação (TDIC). Para isso, foi criado um blog para a divulgação desses materiais, visando promover uma conscientização sobre o assunto. **RESULTADOS:** A partir das reuniões semanais, às quintas-feiras, junto às capacitações em Imunologia e revisões de literatura sobre o tema, criou-se o blog e o material de publicação encontra-se em curso para ser divulgado. **CONCLUSÃO:** As publicações serão úteis para propagar informações atualizadas, bem como para aprofundar, relembrar conhecimentos e estimular o ensino e o compartilhamento das informações a partir de uma ferramenta de fácil acesso e com uma linguagem clara.

Palavras-chave: Nutrição. Imunidade. Saúde.