

A ALIMENTAÇÃO COMO TRATAMENTO COMPLEMENTAR EM PACIENTES COM PSORÍASE ¹

Sara Luiza Schmidt Pinheiro², Nicole Schubert Schmidt³, Karina Rios⁴

¹ Trabalho desenvolvido na disciplina de Atenção Dietética nos Ciclos da Vida do curso de Nutrição da UNIJUÍ.

² Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ), 4º módulo.

³ Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ), 4º módulo.

⁴ Professora regente da disciplina Atenção Dietética nos Ciclos da Vida do Curso de Nutrição da UNIJUÍ. Nutricionista, Mestre em Alimentos e Nutrição.

Introdução/Objetivos: A psoríase é uma doença crônica, inflamatória, recorrente e afeta de 2% a 3% da população mundial. Causa lesões cutâneas e placas esbranquiçadas caracterizadas pela hiperproliferação de células da epiderme e padrões anormais de diferenciação dos queratinócitos, mediada por células T. Considerando os possíveis transtornos que esta doença possa causar nos sujeitos cometidos, e sua relação com questões alimentares, busca-se apresentar as possibilidades do manejo dietético e a inclusão de determinados nutrientes na dieta, como potentes coadjuvantes no tratamento da psoríase. **Metodologia:** Trata-se de um resumo simples, desenvolvido por meio de pesquisa em artigos científicos indexados em bases de dados online. **Resultados e Discussão:** Há poucos estudos epidemiológicos disponíveis sobre a relação da psoríase e a alimentação. Contudo, é possível observar influência positiva sobre a psoríase do tipo vulgar, com tratamento tópico, sob uma dieta reduzida em calorias, atenção ao consumo adequado das vitaminas A, E e C, aliados ao consumo dos Ácidos Graxos essenciais. Importante meta-análise publicada em 2013, com dados de mais de 41 mil pacientes com psoríase que apresentavam maior prevalência de Síndrome Metabólica, comparou informações com indivíduos sem psoríase, compreendendo assim, que a alimentação pode ser uma aliada para melhor qualidade de vida dos portadores de psoríase. O controle do peso por meio de uma dieta baixa em calorias, demonstrou redução das placas de psoríase, o qual reduz marcadores inflamatórios e redução dos riscos de doenças associadas à condição. Apesar de ainda ser questionável a suplementação de Ômega-3, na prática clínica é manejado o consumo do mesmo por meio das dietas, o qual atua benéficamente acerca das doenças e agravos não transmissíveis e em doenças autoimunes. A respeito da utilização de micronutrientes, as vitaminas exercem um papel regulador no organismo. Em pesquisa realizada com 316 pacientes com psoríase do tipo vulgar, encontrou-se que o aumento da ingestão das fontes de vitamina A, C, E, além de carotenóides, flavonóides e selênio, apresentaram a capacidade de reduzir a inflamação tecidual, gerando maior estabilidade nas reparações da epiderme. Estes dados evidenciaram a necessidade do acompanhamento nutricional aos pacientes com psoríase, para uma dieta adequada capaz de reduzir os sintomas da mesma, bem como diminuir o desenvolvimento da Síndrome Metabólica e as doenças e agravos não transmissíveis. **Conclusão:** Nesse sentido, conclui-se que o profissional qualificado para prescrever o planejamento dietético, balanceando a densidade calórica e nutricional, para macronutrientes e micronutrientes, de forma a complementar e potencializar o tratamento medicamentoso e gerar melhor qualidade de vida ao paciente, é o nutricionista.

Palavras-chave: Psoríase. Planejamento Alimentar. Prescrição Dietética.