

RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS E COVID 19

Congresso Brasileiro Online em Saúde e Alimentos, 8ª edição, de 14/06/2021 a 16/06/2021

ISBN dos Anais: 978-65-89908-37-1

ABREU; Laís Lima de Castro¹, CARVALHO; Luísa Carla Martins de², SOUSA; Rosilma Albertina de³, ROCHA; Rute Emanuela da⁴

RESUMO

A Síndrome Respiratória Aguda Severa causada pelo novo coronavírus se apresenta como desafio em função às escassas informações sobre a doença, tornando-se de caráter de urgência intervenções de toda equipe multiprofissional no cuidado de pacientes que contraem o vírus. Por ser um processo inflamatório agudo, os pacientes severamente afetados apresentam sinais e sintomas clínicos, como diarreia, vômitos, apetite reduzido e perda de peso, os quais podem gerar estados de desnutrição e carências nutricionais. Dessa forma, o presente estudo se propõe a descrever a importância da alimentação na promoção da saúde em meio a pandemia da COVID-19. Durante os meses de abril e maio, realizou-se busca nas bases de dados Periódico Capes e PubMed utilizando os descritores em português “infecções por coronavírus”, “recomendações nutricionais” e “terapia nutricional”, e as *key words* em inglês “*Coronavirus Infections*”, “*Recommended Dietary*” e “*Nutrition Therapy*”, obtidos através dos Descritores em Ciências da Saúde. Foram incluídos artigos completos online, publicados nos últimos 05 anos, nos idiomas inglês, português e espanhol e excluídos aqueles que não estavam disponíveis na íntegra online e que não correspondiam ao tema do estudo em questão. Após a leitura aprofundada selecionou-se 08 artigos para perfazer esta pesquisa, na qual, aponta-se que, sob o ponto de vista nutricional, o primeiro passo é que o profissional de Nutricionista ao acompanhar um paciente infectado pela COVID-19 deve realizar uma avaliação minuciosa do risco de desnutrição, investigar as comorbidades já instauradas e hábitos de vida no geral, uma vez que estes determinam o seguimento da doença. A grande maioria dos estudos selecionados corroboram para o fato de que não há comprovação científica de um alimento isolado que cause melhora súbita do quadro clínico de pacientes acometidos por COVID-19, porém citam nutrientes que causam efeitos benéficos no tratamento da doença, a saber: inclusão de proteínas de alto valor biológico (as quais apresentam os aminoácidos essenciais que exercem papel antiinflamatório), suplementação de ácido eicosapentaenoico e o ácido docosahexaenoico que inibem as enzimas ciclooxigenases suprimindo a produção de prostaglandina, redução de consumo de carboidratos com alto índice glicêmico pois aumentam citocinas inflamatórias (proteína C reativa, TNF- α e interleucina-6), consumo adequado de fibras (25-35g/dia), ingestão de fontes de selênio que desempenha função antiinflamatória, entre outros. Os compostos bioativos naturais são indicados como capazes de abrandar a resposta inflamatória induzida pela COVID-19 por causarem interação com o

¹ Docente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, lais.castro123@ufpi.edu.br

² Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, luisamartins@ufpi.edu.br

³ Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, rosilmaalbertina10@hotmail.com

⁴ Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, r.emanuelarochanutri@ufpi.edu.br

receptor da enzima conversora de angiotensina 2, a qual é porta de entrada para instauração da patologia, uma vez que se sabe que grande maioria destes pacientes apresenta “tempestades de citocinas pró-inflamatórias”, as quais resultam a um pior prognóstico. Não obstante, a prática de atividades físicas tem um papel crucial na melhora da desnutrição de tais indivíduos com sintomatologia de leve a moderada, pelo impacto positivo sob o sistema imune. Apesar de não haver evidências científicas que comprovem a eficácia de alimentos ou nutrientes na prevenção ou tratamento da COVID-19, este estudo demonstra que é primordial a utilização da alimentação na promoção da saúde em tempos de pandemia com ênfase no fortalecimento do sistema imunológico.

PALAVRAS-CHAVE: Infecções por coronavírus, Recomendações nutricionais, Terapia nutricional

¹ Docente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, lais.castro123@ufpi.edu.br

² Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, luisamartins@ufpi.edu.br

³ Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, rosilmaalbertina10@hotmail.com

⁴ Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB, r.emanuelarochanutri@ufpi.edu.br