

## IMPORTÂNCIA DOS NUTRACÊUTICOS NA SUPLEMENTAÇÃO DA DIETA

Congresso Online Brasileiro de Medicina, 1ª edição, de 22/03/2021 a 24/03/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-87-7

**LIMA; Bruna Alves<sup>1</sup>, LIMA; Beatriz Alves Lima<sup>2</sup>, OLIVEIRA; Leticia Carvalho de<sup>3</sup>, FERREIRA; Tiago Castro Ferreira<sup>4</sup>, BARBOSA; Nathany Ribeiro<sup>5</sup>**

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** Os nutracêuticos são suplementos naturais, formados por compostos bioativos que foram isolados ou purificados de alimentos, nos quais proporcionam benefícios à saúde e bem-estar. Esses produtos naturais são complementos alimentares utilizados para fortalecer o sistema imunológico, contribuir para o tratamento e prevenção de doenças nutricionais primárias ou secundárias e acelerar o processo metabólico. Assim, entre os principais benefícios proporcionados estão melhorar o bem estar mental e físico dos pacientes que estão sendo acompanhados devido alguma patologia e promoção da saúde.

**OBJETIVOS:** Ressaltar a relevância da inclusão do uso de nutracêuticos no planejamento alimentar, em prol do bem estar dos pacientes. Ademais, destacar sua funcionalidade na prevenção de enfermidades e na promoção da saúde. **METODOLOGIA:** Revisão de literatura sobre a importância dos nutracêuticos na nutriologia nas bases de dados Scielo, Google acadêmico, Pubmed e LILACS, utilizando os descritores prevenção de doenças, promoção da saúde e suplementos naturais. Após análise, foram selecionados 18 artigos publicados entre 2006 e 2020.

**RESULTADOS:** Observou-se que a disseminação de nutracêuticos aumentou drasticamente recentemente, devido fatores como não ter regulamentos restritos para controlá-los e pela utilização na prevenção e tratamento de saúde, como câncer e inflamação. Além disso, verificou-se que são uma importante ferramenta para a otimização nutricional de pacientes idosos com sarcopenia, uma vez que, com o avanço da idade, ocorre um declínio de mais de 15% do gasto metabólico basal, o que corrobora à redução da massa muscular e à ingestão alimentar. Nesse viés, a associação de nutracêuticos, como *Whey Protein*, creatina e vitamina D, podem ser utilizados para o tratamento de sarcopenia, pois potencializam de forma notória a nutrição e o funcionamento do trato gastrointestinal dos pacientes com essa comorbidade. Outrossim, destaca-se o resveratrol, que é um polifenol encontrado em oleaginosas, frutas vermelhas, chocolate amargo e na casca e nas sementes da uva. Esse composto apresenta efeitos anti-inflamatórios, anticarcinogênicos, anti-envelhecimento e participa na manutenção da homeostase. Assim, estudos mostram que o resveratrol pode ser uma medida alternativa ou adicional na terapêutica nutricional para os pacientes com doença hepática gordurosa não alcoólica (DHGNA) e no retardo da sua progressão, devido às propriedades anti-inflamatórias. Além do mais, está sendo utilizado como uma estratégia terapêutica para a doença de Alzheimer (DA), pois atenua alguns efeitos fisiopatológicos da DA, como se

<sup>1</sup> Universidade de Rio Verde (UnirV) - Campus Aparecida, brunaalveslima11120@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade de Rio Verde (UnirV) - Campus Aparecida, bialveslima2000@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade de Rio Verde (UnirV) - Campus Aparecida, leticiado02@gmail.com

<sup>4</sup> Universidade de Rio Verde (UnirV) - Campus Aparecida, tiagocf2702@gmail.com

<sup>5</sup> Pontifícia Universidade Católica de Goiás, nathany.ribeiro@gmail.com

ligar ao A $\beta$ 42, resultando na limitação dos oligômeros e redução de toxicidade. **CONCLUSÃO:** Logo, tendo em vista os exemplos expostos, os nutracêuticos são fundamentais na promoção de saúde, prevenção e tratamento de patologias, visto que podem ser utilizados para a manutenção da saúde e redução do risco de doenças, como na abordagem terapêutica da sarcopenia, controle de DHGNA, DA e na área oncológica. Desse modo, a ação dos nutracêuticos vem mostrando excelentes resultados, porém o uso desses suplementos requer supervisão dos profissionais da saúde e que os pacientes sigam com uma dieta alimentar balanceada e prática de exercícios físicos regular.

**PALAVRAS-CHAVE:** prevenção de doenças, promoção da saúde, suplementos naturais

<sup>1</sup> Universidade de Rio Verde (UniRV) - Campus Aparecida, brunaalveslima11120@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade de Rio Verde (UniRV) - Campus Aparecida, bialveslima2000@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade de Rio Verde (UniRV) - Campus Aparecida, leticiacdo02@gmail.com

<sup>4</sup> Universidade de Rio Verde (UniRV) - Campus Aparecida, tiagocf2702@gmail.com

<sup>5</sup> Pontifícia Universidade Católica de Goiás, nathany.ribeiro@gmail.com