

Mecanismos Protetores Da Dieta Mediterrânea Na Prevenção Da Doença Do Alzheimer

**Apoio:**[**www.editorapasteur.com.br**](http://www.editorapasteur.com.br) **- @editorapasteur**

**INTRODUÇÃO**:

Em 2050, a Doença de Alzheimer (DA) acometerá mais de 13 milhões de idosos e, apesar de não haver um tratamento eficaz, estudos apontam para o potencial protetor da modificação de fatores de risco. Evidências sugerem que a adesão à dieta mediterrânea (DM) pode proteger contra o declínio cognitivo.

**OBJETIVO**:

Evidenciar a relação da DM na prevenção da DA, discutindo seus mecanismos.

**MÉTODO**:

Foi realizada uma revisão literária de 5 artigos, disponíveis nas bases de dados Scielo e PubMed, em inglês e espanhol, publicados entre 2016 e 2019. Foram excluídos artigos publicados antes de 2015.

**RESULTADOS**:

Os mecanismos na DA consistem no declínio do fluxo sanguíneo cerebral, na disfunção mitocondrial por stress oxidativo e na inflamação, associados à emaranhados neurofibrilares e placas β-amilóides. Suspeita-se que a hipercolesterolemia aumenta os riscos vasculares, afetando a perfusão cerebral, e facilita a agregação das placas β-amilóides, que produzem espécies reativas de oxigênio, responsáveis pelo stress oxidativo. A DM auxiliaria diminuindo os níveis de LDL e aumentando o HDL. Outro mecanismo protetor provém de suas propriedades anti-inflamatórias, conferidas pela elevada concentração de ácido eicosapentaenóico e ácido docosahexaenóico, que reduzem os níveis de citocinas em pacientes com DA. No entanto, diversos fatores podem interferir na cognição e na resposta aos nutrientes.

**CONCLUSÃO**:

A DM tem ganhado destaque na prevenção da DA pelo seu efeito anti-inflamatório e antioxidante. Evidências sustentam seu benefício, entretanto, mais estudos devem ser incentivados para elucidar seus mecanismos protetores.

Palavras-chave:

*Diet, Mediterranean. Neurodegenerative diseases. Alzheimer disease*

Filiações:

1Discente, Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais. Belo Horizonte, MG

2Médico, Hospital Madre Teresa. Belo Horizonte, MG

Autores: Luísa de Aguiar Magalhães1, Luísa de Sousa Mattos Murta1, Luíza Filizzola Carabetti Carreiro1, Mariana Campos Duarte Machado1, Moacyr Eduardo Generoso Brandão Murta2