**INFLUÊNCIA DA VITAMINA D EM DOENÇAS ALÉRGICAS**
*INFLUENCE OF VITAMIN D IN ALLERGIC DISEASES*

**Introdução**: A vitamina D é uma substância lipossolúvel proveniente da interação entre raios ultravioleta tipo B (responsável pela síntese da proteína D) e colesterol animal (colecalciferol, vitamina D3) ou vegetal (ergocalciferol, vitamina D2), ou seja, é uma vitamina que precisa ser adquirida em alimentação e luz solar. A deficiência em níveis de Vitamina D são fatores epidemiológicos significativos no desenvolvimento de Doenças Alérgicas, como Asma e Dermatite Atópica. **Objetivo:** Realizar uma Revisão bibliográfica, baseada em Artigos publicados em periódicos nacionais ou internacionais na última década sobre a influência da Vitamina D em Hipersensibilidades, além de alertar para os riscos acerca dessa substância. **Métodos:** Trata-se de uma Revisão Narrativa de literaturas publicadas nos 10 últimos anos, para qual utilizou-se os descritores: Vitamina D, Doenças Alérgicas, Sistema Imunológico, nos idiomas Português e Espanhol, nas bases de dados Scielo e Lilacs. Após a busca, foram selecionados 6 artigos com base na pertinência dos assuntos abordados em cada um deles. **Análise crítica:** Sendo a Vitamina D importante fator no Sistema Imune e diretamente ligada aos níveis de IgE, a quantidade do nutriente repercute em reações de defesa do organismo, tendo assim influência direta da vitamina com Doenças Alérgicas. Em relação à Asma, nota-se a participação da vitamina na função pulmonar, resposta das vias aéreas e até resistência a corticoesteróides, além de haver uma maior concentração da mesma em maiores volumes expiratórios forçado, logo em asmáticos são observados menores níveis séricos de Vitamina D. Também é comprovada a ação da Vitamina D na estimulação das Células T a produzirem IL-10 (citocina anti-inflamatória e imunossupressora), que inibem Th2, assim suprimindo a deficiência em IL-10 por conta da rejeição a corticoesteroides, que são alternativas de tratamento para asma, uma vez que baixos níveis de Vitamina D ativam a maior proliferação de músculo liso bronquial e liberação de citocinas pró-inflamatórias, levando aos sintomas da Asma. Logo, a deficiência em IL – 10 é caracterizada clinicamente pela inflamação de vias aéreas, ocasionando resposta exacerbada de brônquios e até obstrução. Já nos casos de Dermatite Atópica, é expresso um distúrbio multifatorial caracterizada por prurido, eczemas típicos e xeroses, e apresenta-se como interações entre fatores genéticos relacionados a barreiras epidérmicas, déficit do sistema imune, aumento na resposta desse sistema e hipersensibilidade inflamatória referente à pele. Ao avaliar pacientes acometidos nota-se a maior intensidade de sintomas em indivíduos com menores concentrações séricas de Vitamina D, pois essa substância está diretamente ligada à atividade das Catelicidinas, que são peptídeos antimicrobianos e respondem a microorganismos diversos e atuam simultaneamente com efetores inflamatórios presentes em outras vias, atuam aumentando a migração celular e a secreção de citocinas e de outras moléculas sinalizadoras das células imunológicas ativadas. Em pele saudável há pequena produção de Catelicidinas, já em lesões tissulares, por exemplo, há a estimulação de atividade da vitamina mencionada no local incitando a ação das Catelicidinas. Logo a suplementação de Vitamina D é um meio de tratamento, uma vez que essa substância suprime respostas inflamatórias. Para classificar níveis de severidade da doença usa-se a escala SCORAD, que avalia questões subjetivas do indivíduo como coceira e sono, sendo classificada em: grave, moderada e leve. Em amostras coletadas a nível mundial quanto a severidade, observou-se cerca de 47% de casos Moderados, 39% de casos Leves e 14% em casos Graves, em relação à gênero constatou-se a maior prevalência em indivíduos do sexo feminino, 71%, já em indivíduos do sexo masculino houve 29% dos casos, e em questões de idade de ocorrência da doença notou-se cerca de 45% nos 6 primeiros meses de vida, 60% até 1 ano e 85% antes dos 5 anos de vida. **Conclusão**: Portanto nota-se a Vitamina D como fator determinante no desenvolvimento de Doenças Alérgicas, principalmente em casos de hipovitaminose, onde há deficiência dessa subtância desencadeando respostas imunológicas por parte do organismo humano.

**Palavras chave:** Vitamina D, Doenças Alérgicas, Sistema Imunológico.