**DIETOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DOENÇA HEPÁTICA GORDUROSA NÃO-ALCÓOLICA**

Gustavo Urzêda Vitória1; Áurea Gomes Pidde1; Marcos Paulo Silva Siqueira1; Paulo Vitor Carvalho Dutra1; Pedro Humberto Guimarães Alves1; Denis Masashi Sugita2.

1. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Anápolis –UniEVANGÉLICA.

2. Docente do curso de Medicina do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA.

**Introdução:** A dieta é um aspecto fundamental da vida diária e possui várias possibilidades, entres elas a capacidade de utilizar os alimentos para tratar doenças, o que constitui a dietoterapia. A partir disso, a doença hepática gordurosa não-alcoólica (DHGNA), uma patologia metabólica que compreende diversos distúrbios anatomofuncionais do fígado, tem como foco dessas terapias a regulação alimentar para melhorar o acúmulo de gordura hepática. Portanto, o objetivo desse trabalho é compreender a utilização da dietoterapia como intervenção clínica para a DHGNA. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa, construída a partir de 20 artigos, em línguas portuguesa e inglesa, pesquisados nos bancos de dados PUBMED, GOOGLE ACADÊMICO e BIREME*.* Adotando como critérios de inclusão, artigos com *Qualis* B4 ou acima e publicados entre os anos de 2014 e 2020. **Desenvolvimento:**  A DHGNA representa um espectro de doenças que envolvem acúmulo hepático de gordura, inflamação com progressão potencial para cirrose e esteato-hepatite não alcoólica, ao longo do tempo; a mesma é uma condição clínica compreendida pela existência de depósitos de lipídios nos hepatócitos, sem associação significativa com o etilismo. Em relação ao tratamento, a literatura aponta diferentes frentes, dentre as quais estão as intervenções medicamentosas e cirúrgicas; contudo, atualmente, o melhor tratamento preconizado para DHGNA é a perda de peso, pela combinação de exercícios físicos com modificações dietéticas, isto é, com dietoterapias, adotando medidas como a substituição de ácidos graxos saturados por poli-insaturados (PUFA) ou mono-insaturados (MUFAs), dentro de dietas isocalóricas, sendo a mais característica a Dieta Mediterrânica, que se caracteriza por um elevado teor de antioxidantes e fibras, um perfil lipídico equilibrado e um baixo teor de açúcares simples, além de possui uma adesão mais facilitada devido a sua variedade de alimentos e aromas. A suplementação alimentar de vitaminas e ácidos graxos poli-insaturados, bem como de pré e pró-bióticos, também tem se mostrado positiva para esses pacientes. **Conclusão:** Em suma, observa-se que a dietoterapia está relacionada a uma melhora no quadro clínico de portadores dessa doença metabólica. Porém, muito ainda se discute sobre a forma como a mesma é empregada, visto que, sem o devido acompanhamento profissional qualificado, efeitos negativos podem ser gerados, como o efeito sanfona.

**Palavras-chave:** Dietoterapia, Fígado Gorduroso, *Diet Therapy.*