**INFLUÊNCIA DOS NUTRIENTES NA MODULAÇÃO DO SISTEMA IMUNOLÓGICO NO CUIDADO DO ASMÁTICO**

**Yandra Urçulino Feitosa**

Graduanda do curso de Nutrição. Faculdade Uninta de Itapipoca

Uruburetama – Ceará. [yanlino.yuf@gmail.com](mailto:yanlino.yuf@gmail.com)

**Elsia Maria Patrício Sousa**

Graduanda do curso de Nutrição. Faculdade Uninta de Itapipoca

Itapipoca – Ceará**.** [elsiamaria234@gmail.com](mailto:elsiamaria234@gmail.com)

**Renata Line da C. Rivanor**

Docente da Faculdade Uninta de Itapipoca. Bióloga, Mestre e Doutora em Bioquímica

Fortaleza – Ceará. [rena.line@hotmail.com](mailto:rena.line@hotmail.com)

**Resumo**

**Introdução:** A asma é uma doença crônica que atinge cerca de 300 milhões de pessoas no mundo, causa inflamação das vias aéreas e broncoconstrição reduzindo passagem de ar, causando dores no peito, tosse e cansaço. Vários fatores podem contribuir no desenvolvimento da asma, como os fatores ambientais: pó, poeira e mofo. A resposta imune do indivíduo durante uma crise asmática é mediada pelo aumento da produção de interleucinas (IL), liberação de histaminas, prostaglandinas e leucotrienos, ativação dos linfócitos T CD4, desencadeando uma resposta T helper 2 (LTh2), e linfócitos B desencadeando a liberação de IgE e o aumento do estresse oxidativo. A asma é uma doença que não tem cura, mas possui tratamento que pode proporcionar uma vida normal ao indivíduo. Além disso, os nutrientes obtidos da dieta podem contribuir no fortalecimento do sistema imune ajudando indiretamente no tratamento dessa doença. É importante ressaltar que o estado nutricional inadequado do indivíduo pode alterar a função imunológica e os mecanismos de defesa podendo contribuir para o agravamento da asma. **Objetivo:** O presente estudo visa mostrar a influência dos nutrientes na modulação do sistema imune no cuidado do asmático. **Método:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, realizada nas bases de dados BVS, Scielo e PubMed. Foram selecionados nove artigos, na qual cinco foram escolhidos. Foram utilizados os descritores “Asma, Sistema imune, Nutrientes e Antioxidantes”. Os critérios de escolha dos artigos foram baseados no idioma, português, inglês e espanhol, e também o corte temporal de 2016 a 2021. **Resultados:** Os estudos mostraram a ineficácia dos nutrientes no tratamento da asma de forma direta, na qual exige o uso de medicamentos. No entanto, indiretamente, os nutrientes trazem benefícios, já que os mesmos atuam sobre o sistema imunológico que está envolvido no processo asmático. Pesquisas revelaram a eficácia dos nutrientes no processo inflamatório contribuindo para o alívio da inflamação das vias aéreas, além dos benefícios demonstrados pelas vitaminas antioxidantes (A, C, D e E) que auxiliam no combate do estresse oxidativo reduzindo os radicais livres. **Conclusão**: A ingestão de nutrientes como as vitaminas antioxidantes podem aliviar, melhorar ou proteger as pessoas com asma, pois auxiliam indiretamente nos sintomas da doença devido sua influencia no sistema imunológico.

**Palavras-chave:** Asma; Sistema imune; Nutrientes; Antioxidantes.

**Referências:**

AMORIM, Claudio Luiz Castro Gomes de et al. Vitamina D: associação com a contagem de eosinófilos e os níveis de IgE em crianças asmáticas. J. bras. pneumol. , São Paulo, v. 47, n. 1, e20200279, 2021. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1806-37132021000100300&lng=en&nrm=iso>. Epub em 06 de novembro de 2020. https://doi.org/10.36416/1806-3756/e20200279 .

BARRERA-MENDOZA, Columba Citlalli et al . Vitaminas antioxidantes en asma. **Rev**. **alerg. Méx.**, Ciudad de México , v. 65, n. 1, p. 61-77, marzo 2018 . Disponible en <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S2448-91902018000100061&lng=es&nrm=iso>. https://doi.org/10.29262/ram.v65i1.306.

CALDER PC, CARR AC, GOMBART AF, EGGERSDORFER M. Optimal Nutritional Status for a Well-Functioning Immune System Is an Important Factor to Protect against Viral Infections. Nutrients. 2020 Apr 23;12(4):1181. doi: 10.3390/nu12041181. PMID: 32340216; PMCID: PMC7230749.

CIRIA MARTIN, Alexander et al. Fatores alimentares e nutricionais da criança asmática cubana em idade escolar. Horiz. sanitária , Villahermosa, v. 19, n. 2 P. 223-240, agosto de 2020. Disponível em <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S2007-74592020000200223&lng=es&nrm=iso>.Epub em 13 de novembro de 2020. https://doi.org/10.19136/hs.a19n2.3651 .

RODRIGUEZ-RODRIGUEZ, Elena et al. Influência do estado nutricional na asma da população. **Nutr. Hosp.**, Madrid, v. 33, Supl. 4, pág. 63-67, 2016. Disponível em <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S021216112016001000015&lng=es&nrm=iso>. http://dx.doi.org/10.20960/nh.349.