

## **ANÁLISE DO CONSUMO DE FRUTAS POR MULHERES COM DOENÇAS AUTOIMUNES EM TRATAMENTO COM ALTAS DOSES DE VITAMINA D**

Jaqueline Sonego Kazitani, Maisa Rodrigues de Paula, Fabíola Pansani Maniglia

Palavras-chave: Consumo alimentar. Estresse oxidativo. Micronutrientes.

**DOI: 10.47094/IVCNESP.2023/RS.86**

**Introdução:** Nos últimos anos a incidência de novos casos de doenças autoimunes vem se tornando cada vez mais crescente e a atuação do profissional nutricionista é de extrema importância, pois um dos pilares do tratamento é a orientação dietética. Neste contexto, o consumo diversificado de frutas é fundamental pelo aporte de micronutrientes e antioxidantes, que combatem os radicais livres gerados pelo tratamento e pela própria doença. **Objetivo:** Analisar o consumo de frutas por mulheres com doenças autoimunes em tratamento com altas doses de vitamina D. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal e observacional realizado com 35 mulheres portadoras de doenças autoimunes em tratamento com altas doses de vitamina D. Os dados alimentares foram levantados por meio de Recordatório Alimentar de 24 horas, contido em um questionário online disponibilizado em redes sociais nos meses de maio e junho de 2021. O software utilizado para a análise dos dados alimentares foi o Nutrabem Pro®. **Resultados:** a média e o desvio padrão da idade das participantes foi de 57,0 (5,3) anos. Dentre as doenças autoimunes presentes, as mais prevalentes foram: Esclerose Múltipla (29,4%); Artrite Reumatoide (17,6%); Esclerodermia (14,7%) e Fibromialgia (11,7%). O número médio de porções de frutas consumidas foi 1,0 (1,1), sendo as frutas mais consumidas em ordem decrescente: mamão, banana e uva. Ressalta-se que 37,14% não consumiram nenhuma porção no dia do registro alimentar. **Conclusão:** foi constatado um baixo consumo de frutas entre as mulheres com doenças autoimunes tratadas com altas doses de vitamina D, o que destaca a necessidade do acompanhamento nutricional, uma vez que as demandas de micronutrientes e antioxidantes precisam ser devidamente supridas nesta população.