

O PAPEL DA NUTRIÇÃO NA DOENÇA DE CROHN: FATORES DE RISCO E ESTRATÉGIAS ALIMENTARES NO MANEJO INTEGRADO

Leandro Venâncio Vilela¹; Ana Vitória Rodrigues Barbosa¹; Kelcy Gonçalves Moreira¹; Sara Côrte Barbosa¹; Bruno Cassiano de Lima².

¹Acadêmico de Medicina da Universidade de Rio Verde, Goianésia, Goiás, Brasil.

²Docente da Universidade de Rio Verde, Goianésia, Goiás, Brasil.

RESUMO

DOI: 10.47094/978-65-284-0273-1/15

Introdução: A Doença de Crohn é uma Doença Inflamatória Intestinal crônica, de origem multifatorial, que pode afetar qualquer segmento do trato gastrointestinal. Fatores genéticos, imunológicos, ambientais e alterações da microbiota estão envolvidos na fisiopatologia, tornando a enfermidade complexa e de difícil manejo. Além do impacto clínico, a doença compromete a qualidade de vida dos pacientes, exigindo estratégias terapêuticas que integrem medidas farmacológicas e não farmacológicas. **Objetivos:** Revisar fatores de risco e o papel da dieta na Doença de Crohn, ressaltando a nutrição como complemento ao tratamento e à qualidade de vida. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura na base de dados PubMed e Scielo. Os descritores utilizados foram: Doença de Crohn, Doenças Inflamatórias Intestinais, Fatores de risco e Nutrição. Foram selecionados artigos em inglês e português, publicados entre os anos de 2020 e 2025. Os critérios de inclusão foram estudos completos e gratuitos, e os de exclusão, artigos sem relação com o objetivo. **Resultados e discussão:** De 16 estudos analisados, foram utilizados 5 trabalhos. Na revisão realizada, foi possível identificar diferentes fatores associados à progressão da Doença de Crohn. Evidências mostraram que fatores de risco como predisposição genética, tabagismo, disbiose intestinal e a associação de uma alimentação baseada em dieta ocidental, sendo esta rica em ultraprocessados, gorduras saturadas, açúcares refinados, possuem alto potencial inflamatório, podendo agravar significativamente o quadro clínico destes pacientes. Além disso, a dieta influencia o risco de desnutrição, já que a inflamação e a má absorção de nutrientes geram deficiências que comprometem a recuperação e favorecem complicações. Por outro lado, adotar uma dieta balanceada, rica em frutas, vegetais e fibras demonstram ter efeitos protetores por influenciarem positivamente a microbiota intestinal e a resposta imune, consequentemente melhoram o manejo da doença. **Conclusões:** Conclui-se que a dieta exerce papel decisivo na Doença de Crohn, tanto na progressão quanto no manejo. Enquanto hábitos com ultraprocessados e gorduras acentuam a inflamação e causam deficiências nutricionais, padrões ricos em fibras, frutas e vegetais têm efeito protetor. Assim, a alimentação deve ser vista como parte do tratamento, complementando a terapia medicamentosa e melhorando a qualidade de vida dos pacientes.

PALAVRAS-CHAVE: Dieta. Doença de Crohn. Qualidade de vida.