

PADRÕES DIETÉTICOS E MANEJO DA DOR CRÔNICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA PARA FUNDAMENTAÇÃO CLÍNICA NA ÁREA DE DOR OROFACIAL

Luana Pinheiro Guerra Fontoura, Maria Alice Vale de Lima, Ribanna Aparecida Marques Braga, Carla Soraya Costa Maia, Lívia Maria Sales Pinto Fiamengui, Livia Maria Sales Pinto

A deficiência na ingestão de micronutrientes essenciais e de uma dieta balanceada podem exacerbar sintomas dolorosos em pacientes com dores crônicas. O objetivo do trabalho foi avaliar a relação da dieta na sintomatologia dolorosa de pacientes com dores crônicas, através de uma revisão de literatura, e como isso pode fundamentar a inclusão do nutricionista na equipe multidisciplinar do tratamento Disfunção Temporomandibular (DTM) e Dor Orofacial. Foi realizada uma pesquisa na base de dado PubMed com as palavras-chave “chronic pain”, “nutrition” e “musculoskeletal pain”, utilizando os critérios de inclusão: intervenções dietéticas e revisões sistemáticas com relevância no tema e últimos 10 anos. Foram encontrados 80 estudos e escolhidos 19. A literatura relata que algumas intervenções dietéticas e suplementações para pacientes com dores crônicas resultam em efeitos positivos. Dietas amplamente citadas são a mediterrânea, onde os participantes apresentaram menores níveis de inflamação e estresse oxidativo; a cetogênica melhorou a qualidade da cefaleia e número de ataques de enxaqueca; a dieta proteica evitou a depleção de neurotransmissores inibitórios importantes; as dietas antioxidantes contaram com a suplementação de vitaminas e trouxeram remissão de enxaquecas; dietas de eliminação do glúten e lactose foram favoráveis para celíacos e intolerantes mas podem levar a deficiências de micronutrientes; restrição calórica e jejum reduziu a inflamação central e periférica e também melhorou dores crônicas. Percebendo a íntima relação entre dieta e dores crônicas diversas, torna-se importante a inclusão do nutricionista no tratamento da DTM e Dor Orofacial, visando a educação para uma dieta equilibrada, seguindo padrões de alimentação saudáveis com elementos antioxidantes e antiinflamatórios. Os autores deste estudo agradecem ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (Universidade Federal do Ceará - PIBIC 2020/2021 - Edital nº 1/2020).

Palavras-chave: dor crônica. or musculoesquelética. disfunção temporomandibular. nutrição.