

## Raquitismo e a Carência Nutricional

\*Talyta Maria Xavier (IC)<sup>1</sup>, Élide Paula Dini de Franco (PG)<sup>2</sup>

1- Discente do curso de Nutrição das faculdades integradas Asmec; 2- Docente das Faculdades Integradas Asmec

*talytaxavier@yahoo.com.br*

*Faculdades Integras ASMEC, UNISEPE União das Instituições de Serviços, Ensinos e Pesquisas Ltda. Departamento de Nutrição.*

Palavras Chave: *Raquistimo, vitamina D, carência nutricional.*

### Introdução

A deficiência de vitaminas é um fator de grande importância no que se refere à carência nutricional sendo causadora de inúmeras doenças que se sucedem de acordo com o tipo de vitamina deficiente no organismo. A nutrição surgiu com o propósito de melhorar o estado nutricional da população, além de contribuir na redução de várias patologias decorrentes dessa carência. (GUIMARÃES, 2011)

### Desenvolvimento

O raquitismo é uma patologia que acomete principalmente crianças em consequência da deficiência de vitamina D, que prejudica a absorção do cálcio e fosfato, podendo causar deformidades ósseas e atraso no crescimento. A vitamina D é obtida no organismo através da pele pelos raios solares e também por uma alimentação equilibrada.

O raquitismo pode ter várias causas, podendo ser genético ou adquirido. As causas podem classificar o raquitismo em: raquitismo hipofosfatêmico, raquitismo dependente de vitamina D tipo I, raquitismo dependente de vitamina D tipo II, raquitismo induzido por

anticonvulsivantes, hipofosfatasia e raquitismo nutricional.

O tratamento do raquitismo é baseado na exposição aos raios solares, uma alimentação equilibrada, com quantidades adequadas de vitamina D, cálcio e fosfato, além do tratamento medicamentoso.

### Conclusões/Considerações Finais

A alimentação é um dos principais fatores para se conservar a saúde, porém numa dieta normal não se consegue atingir a quantidade necessária de vitamina D, por isso existem alimentos suplementados com essa vitamina, a exposição ao sol também tem grande importância, pois contribui na síntese da vitamina através da pele. No entanto através de uma dieta balanceada e exposição diária ao sol se podem prevenir ou evitar complicações mais sérias da patologia citada.

---

GUIMARÃES, A. S. **Você tem fome de que? Um estudo sobre as consequências da inanição.** REVISTA ELETRÔNICA DE CIÊNCIAS SOCIAIS, set. 2011.

GUYTON A. C. HALL, J. E. **Tratado de Fisiologia Médica.** 9. Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 759-770, 1996.