

## A Influência da vitamina “E”: “Um estudo da doença de Alzheimer.”

\*Isabela Diane Silva Carvalho, Karla Eduarda Pereira Batista, Lilian Gomes da Silva.

\*\*Élida Paula Dini de Franco.

\* Acadêmicos de Nutrição.

\*\* Professora das Faculdades Integradas Asmec.

***isa.bela\_carvalho@hotmail.com***

Faculdades Integradas ASMEC, UNISEPE União das Instituições de Serviços, Ensino e Pesquisas Ltda. Curso de Nutrição.

Palavras Chave: Vitamina “E”- Doença de Alzheimer - Dietoterapia.

### Introdução

A Doença de Alzheimer (DA) é caracterizada por um distúrbio progressivo da memória que interfere no funcionamento ocupacional e social. A alteração na memória interfere na aprendizagem e na lembrança. O indivíduo com o tempo não consegue adquirir nenhum aprendizado novo. (ORESTES, 2005).

A vitamina “E” é uma substância que funciona como antioxidante sendo responsável pela eliminação de radicais livres no organismo, e tem sido de grande importância na utilização do tratamento dessa desordem (TABET, BIRKS, GRIMLEY, 2008).

Alguns trabalhos indicam que a vitamina “E” possa estar relacionada com a atenuação na progressão da doença de Alzheimer (MORRIS, *et al*, 2002, ESCOTT-STUMP, 2007, GACKOWSKI, 2008, FELICE, 2010). No entanto, tais resultados não têm sido confirmados por outro trabalho (LUCHSING *et al*, 2003). A partir disso, se percebe que há uma lacuna na literatura sobre a real efetividade da vitamina “E” em pessoas com doença de Alzheimer.

O objetivo do presente estudo foi verificar a influência da vitamina “E” na doença de Alzheimer.

### Desenvolvimento

Nos testes pré e pós foram realizados, antropometria (massa corpórea, a circunferência da cintura, a estatura), anamnese, recordatório 24 horas e frequência alimentar.

A voluntária do presente estudo apresentou os seguintes dados: sexo feminino, massa corpórea de 65 kg, altura 1.48 cm, idade 67 anos, IMC 29,68kg/m<sup>2</sup>, circunferência da cintura 95cm e foi diagnosticada há oito anos com DA.

Os principais achados do presente estudo foram que a perda de massa corpórea foi maior que

o esperado (cerca de 4,900 kg). Seu IMC passou de sobrepeso para eutrófica (de 29,68 kg/m<sup>2</sup> para 26,9 kg/m<sup>2</sup>). A ingestão hídrica aumentou o que contribuiu também para a regularização do intestino. Não apresentou apraxia (incapacidade de realizar uma tarefa em resposta a comandos verbais) e nem distúrbios do sono. Constatou-se também que a voluntária obteve melhora no convívio social e nas atividades rotineiras. A voluntária apresentou a melhora mencionada, após iniciar a dieta rica em vitamina “E”, o que vai de encontro com os resultados dos estudos de Escott-Stump, (2007); Morris *et al*, (2002); Gackowiet *al*, (2008) que relatam que o tratamento com suplementação de vitamina “E” podem garantir a regressão da DA.

### Conclusão

Conclui-se que o consumo diário recomendado de vitamina “E” pode contribuir para a diminuição dos sintomas apresentados na DA, porém deve ser acompanhado de uma alimentação equilibrada, consumo hídrico diário, um bom descanso e prática de exercício físico regular.

### Bibliografia

- GIBNEY, M. J.; KOK, H. H. V.; KOK, F. J. **Introdução a Nutrição Humana**. 1 ° ed. Rio de Janeiro, RJ : Editora Guanabara Koogan; 2005.

- STUMP, S. E. **Nutrição : Relacionada ao diagnóstico e tratamento**. 5 ° ed. Barueri, SP: Editora Manole; 2007.