SUPLEMENTAÇÃO DE VITAMINA D EM IDOSOS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DO COVID-19

Congresso Internacional Online de Nutrição Clínica e Comportamento Alimentar, 3ª edição, de 13/06/2023 a 14/06/2023
ISBN dos Anais: 978-65-5465-047-2

CARDOSO; Pedro Castro Cardoso [1]

RESUMO

Área temática: Nutrição clínica **INTRODUÇÃO** A pandemia do Covid 19 foi decretada pela OMS no dia 11 de março de 2020. Desde então, estudos demonstraram que a população acima de 60 anos são as mais suscetíveis à doença. No Brasil, dados do Sistema de Informação de Vigilância Epidemiológica da gripe apontam que até o dia 3 de junho de 2020 ocorrem 35.126 mortes de pessoas, o que corresponde a 71% do total de óbitos por Covid (Romero et al, -2021) Com o cenário da Pandemia se torna importante destacar a importância da vitamina D para o enfrentamento da doença, já que estudos comprovam que esta vitamina tem um papel importante no metabolismo e sistema imune humano. (Filho et al, 2022) O objetivo do trabalho é destacar a importância da suplementação de vitamina D em idosos no contexto do Covid-19. **MÉTODOS** O presente estudo baseou-se em uma revisão bibliográfica, descritiva e qualitativa no qual a fonte de pesquisa filtragem utilizada foi o Scielo com os seguintes descritores: Vitamina D, Covid 19 e nutrição no idoso. **RESULTADOS** Observa-se uma grande quantidade de idosos com baixa concentração de vitamina D sérica e constatou-se que isso pode levar a desfechos negativos caso o idoso contraia a Covid-19. Com o cenário da pandemia, a suplementação da vitamina pode ser considerada um cuidado a mais pela menor exposição ao sol por conta da quarentena (Reis et al,2022). Há na literatura diversos trabalhos publicados que demonstram a importância da suplementação de vitamina D na diminuição dos riscos de infecções virais, sobretudo da Covid-19. No trabalho de Pena et al (2020) mostrou-se que quando se suplementa o paciente com a vitamina D, como estratégia terapêutica, há benefícios na infecção pelo SARS-COV 2, pelas suas propriedades anti-inflamatórias. Já o trabalho de Grant et al (2020) relata que a vitamina D ajuda a diminuir os riscos de infecções virais, e uma hipovitaminose pode ajudar no surgimento da síndrome respiratória aguda grave (SRAG). Com isso, esses autores chegaram num consenso que esta vitamina deverá ser utilizada de 10.000 Unidades Internacionais por dia de vitamina D3 por algumas semanas para aumentar a concentração, seguidas por 500 UI/dia. **CONCLUSÃO** A pandemia da Covid-19 trouxe consigo uma série de mudanças. Mudanças essas que repercutiram no comportamento e estilo de vida das pessoas, sobretudo dos idosos, aumentando o risco da doença. Essas mudanças estão relacionadas ao caráter restritivo provocado pela pandemia, como isolamento social, ocasionando problemas psicológicos e emocionais que por sua vez afetam os seus hábitos alimentares e consequentemente na concentração da vitamina em seu organismo. RESUMO SEM APRESENTAÇÃO

PALAVRAS-CHAVE: Covid-19, nutrição no idoso, vitamina D

[1] Universidade do Estado do Rio de Janeiro , nutripedro433@gmail.com