



EFEITOS DA SUPLEMENTAÇÃO DE L-ACETIL CARNITINA NA MELHORA DOS SINTOMAS DE DORES CRÔNICAS NA FIBROMIALGIA E OSTEOARTRITE: UMA REVISÃO NARRATIVA

CARINA PEIXOTO LIMA; ALAN DA CRUZ ASSIS DA SILVA; ALANNA DA SILVA BATISTA; MÁRCIA CRISTINA ALMEIDA MAGALHÃES OLIVEIRA

INTRODUÇÃO: A L-acetil carnitina (LAC) é um composto endógeno encontrado em diversos tecidos do corpo humano e é sintetizada no organismo a partir de dois aminoácidos essenciais, lisina e metionina, exigindo para sua síntese a presença de ferro, ácido ascórbico, niacina e vitamina B6. Clinicamente a deficiência de carnitina muscular é caracterizada por fraqueza, fadiga e intolerância ao exercício, sendo esses sintomas presentes em pacientes com dores crônicas. **OBJETIVO:** avaliar se há efeitos na melhora da dor crônica com a suplementação de L-acetilcarnitina em indivíduos com fibromialgia e osteoartrite. **METODOLOGIA:** trata de uma revisão narrativa da literatura por meio de um levantamento bibliográfico mediante consulta às bases de dados PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde e Cochrane Library, sendo selecionadas publicações científicas em qualquer idioma nos últimos 15 anos. **RESULTADOS:** Após a aplicação dos filtros, leitura dos resumos e remoção de duplicados, 7 trabalhos foram incluídos. A suplementação de L-carnitina em mulheres com osteoartrite no joelho foi observada em três dos artigos selecionados. Todos se tratam de estudos randomizados controlados por placebo, duplos-cegos, com uma amostra inicial de 72 mulheres e 69 ao final do estudo. Os autores concluíram que houve redução dos mediadores inflamatórios séricos e melhora na percepção da dor. Sobre a influência da suplementação de L-carnitina em pacientes com fibromialgia, os autores observaram que houve efeitos positivos na dor e na redução dos sintomas de depressão, melhorando a qualidade de vida geral. **CONCLUSÃO:** Há necessidade de maiores estudos que relacionem a suplementação de L-acetil carnitina com a melhora na percepção da dor em pacientes com artrite e fibromialgia. Contudo, há resultados positivos na grande maioria destes estudos, possibilitando enxergar indícios de correlações da suplementação desse composto e melhora nos sintomas dos indivíduos investigados.

Palavras-chave: L-acetil carnitina, Dor crônica, Fibromialgia, Osteoartrite, Suplementação.