



COMO A SUPLEMENTAÇÃO DE WHEY PROTEIN PODE AUXILIAR NO TRATAMENTO DO DIABETES MELLITUS TIPO 2

GIULIA CARVALHO GIACOMAZZI; GUIDO GIGLIOTTE KASSAB; MATEUS LODI DO ESPÍRITO SANTO; MARIA EDUARDA VALERIO COSTA; MARIANA ANDRADE OLIVEIRA

Introdução: O Whey Protein (WP) também conhecido como proteína do soro do leite é um suplemento nutricional que vem sendo cada vez mais utilizado, principalmente por atletas, com o fim de aumentar a massa muscular, melhorar o desempenho físico e a recuperação após o treino. Entretanto, esse suplemento que vem sendo estudado pode auxiliar também no tratamento do diabetes mellitus tipo 2 (DM2), que é uma condição crônica que se caracteriza pela incapacidade do corpo em utilizar adequadamente a insulina produzida pelo pâncreas ou pela baixa produção desse polipeptídeo, resultando em altos níveis de glicose no sangue. **Objetivos:** Deste modo, o objetivo desse trabalho fundamenta-se no propósito de ressaltar os benefícios do uso da suplementação de Whey Protein em pessoas portadoras do diabetes mellitus tipo 2. **Metodologia:** Para tal, a metodologia utilizada nesta revisão bibliográfica tem como base livros e artigos científicos, os quais foram encontrados através de uma pesquisa manual realizada nas plataformas digitais Scientific Library Online (SciELO), INCA e PubMed. Os trabalhos foram selecionados entre os anos de 2018 e 2023, utilizando unitermos como: Suplementação; Whey Protein; Diabetes mellitus tipo 2. **Resultados:** Frente aos resultados obtidos, destaca-se que, o WP ajuda na redução da glicemia, pois eleva a secreção de insulina quando comparado a outras proteínas por possuir uma elevada digestibilidade proteica e altas concentrações de aminoácidos plasmáticos, além de possuir um perfil rico em aminoácidos essenciais, como a leucina, que apresenta capacidade insulínotropica conhecida. **Conclusão:** Concluindo, pode-se inferir que a suplementação de whey protein pode ser uma intervenção eficaz para melhorar o controle glicêmico em pacientes com DM2, sendo uma opção terapêutica complementar no tratamento desta doença. Entretanto, mais estudos são necessários para avaliar a dose ideal, a duração e os possíveis efeitos colaterais da suplementação de whey protein em pacientes com DM2.

Palavras-chave: Whey protein, Suplementação, Diabetes mellitus tipo 2, Tratamento, Glicemia.