



## USO DE FITOESTERÓIS NO CONTROLE DE DISLIPIDEMIAS EM PACIENTES COM DIABETE MELLITUS TIPO 2: UMA REVISÃO DE LITERATURA

MATHEUS OSVALDO DA SILVA LUZ; CELMA DE SOUSA CARVALHO; STELLA REGINA ARCANJO MEDEIROS; JOILANE ALVES PEREIRA FREIRE

**Introdução:** O Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM2) é uma doença crônica de alta prevalência, que se configura como um problema de saúde pública, já que pode ocasionar sequelas incapacitantes e gerar gastos com tratamentos. Ademais, pacientes diabéticos geralmente são mais propensos a desenvolverem dislipidemias, principalmente aqueles com sobrepeso e/ou obesidade. Nesse sentido, a terapia não medicamentosa, centrado nos compostos bioativos, surge como uma aliada para o controle do perfil lipídico.

**Objetivo:** Avaliar a eficácia do uso de fitoesteróis no controle do perfil lipídico em pacientes com DM2 e com dislipidemias. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa, tendo como questão norteadora “A eficácia dos fitoesteróis em diabéticos tipo 2 com dislipidemias”. Foram incluídos artigos originais e de revisão, nos idiomas inglês e português, entre os anos de 2020 a 2024, para compor os resultados. As bases de dados empregadas foram: PubMed/MEDLINE, SciELO, ScienceDirect e Google Acadêmico, utilizando os descritores: Polifenóis, Diabetes Tipo 2, Controle Glicêmico, HDL-colesterol e Dislipidemias. Foram excluídos teses, dissertações, sites e artigos que não abordassem o tema ou que não estivesse no intervalo cronológico citado.

**Resultados:** Dos 50 artigos encontrados, 15 deles foram utilizados para compor os resultados desta pesquisa, constatando que, nos pacientes diabéticos com dislipidemias que faziam a ingestão frequente de alimentos fontes de fitoesteróis, houve uma melhora significativa no perfil lipídico, conseqüente, no controle glicêmico, visto que esses compostos bioativos agem diminuindo a absorção triglicérides e HDL-colesterol, além de favorecer a eliminação de gorduras pelas fezes, contribuindo para uma melhor resposta a insulina. Observou-se, ainda, que embora a inserção de fitoesteróis na dieta de diabéticos tipo 2 com dislipidemia seja benéfico à saúde, há uma baixa adesão no consumo dos alimentos ricos em polifenóis por esse público. **Conclusão:** Portanto, os fitoesteróis são eficazes no controle do perfil lipídico e glicêmico em pacientes com DM2 e com dislipidemias, devendo então fazer parte do tratamento não medicamento para essas patologias. Também, é necessário estudos mais aprofundados que evidenciem os reais efeitos dos fitoesteróis, além de haver educação em saúde que instigue o público diabético com dislipidemia a consumir alimentos fontes desses compostos.

Palavras-chave: **POLIFENÓIS; DIABETES TIPO 2; DISLIPIDEMIAS; CONTROLE GLICÊMICO; HDL-COLESTEROL**