



PROTEÍNAS E RECUPERAÇÃO: O PAPEL ESSENCIAL DAS PROTEÍNAS NO CUIDADO DE PACIENTES CRÍTICOS

GRAZIELA CAMPOS DE ALMEIDA; THALYTA DE SOUZA MIRANDA; SABRINA SILVA DE OLIVEIRA; LARISSA TORRES DE ALMEIDA; DAYSEANE DE MOURA DAVI

Introdução: A nutrição adequada é fundamental no manejo de pacientes críticos, influenciando diretamente a recuperação e a redução de complicações em Unidades de Terapia Intensiva (UTI). A ingestão insuficiente de proteínas está associada a um pior prognóstico, maior mortalidade e risco de complicações. Embora a ingestão proteica tenha mostrado efeitos positivos na mortalidade e na recuperação funcional, a quantidade ideal e o momento de administração permanecem controversos. As principais diretrizes recomendam uma ingestão proteica de 1,2 a 2,0 g/kg/dia, mas a evidência sobre a forma de administração em pacientes críticos ainda é limitada. **Objetivo:** Avaliar o papel das proteínas no cuidado e na recuperação de pacientes críticos. **Materiais e Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases PubMed e BVS. Foram usados os descritores “protein intake”, “critical care” e “outcomes”, combinados pelo operador booleano “AND”. Foram incluídas publicações dos últimos 5 anos (2019-2024), com texto completo disponível em inglês e português, resultando em 56 artigos. Após análise e exclusão de artigos duplicados ou fora do tema, restaram 10 artigos para compor este trabalho. **Resultados:** Foram analisados dados de 1.693 pacientes, sendo a maior parte do sexo masculino. A ingestão proteica média foi de 47 g/dia, correspondendo a 77% da ingestão recomendada. A ingestão superior a 80% da recomendação foi associada a uma menor mortalidade. Em pacientes com IMC <30 kg/m², uma ingestão de 0,8 a 1,2 g/kg/dia reduziu significativamente a mortalidade. Outro estudo com 206 pacientes mostrou que aqueles com ingestão proteica >1,2 g/kg/dia apresentaram menor mortalidade, sem que a elevação do nitrogênio ureico no sangue tivesse impacto negativo. Pacientes que não atingiram 80% da meta proteica apresentaram maior mortalidade e desnutrição. **Conclusão:** O fornecimento precoce de proteínas, conforme recomendado pelas diretrizes, é fundamental para a recuperação de pacientes críticos. Além disso, a alta ingestão proteica pode otimizar os resultados de mortalidade na UTI, durante a internação hospitalar e a longo prazo. O papel das proteínas na melhoria dos resultados clínicos exige mais estudos para determinar as melhores estratégias de administração nesses pacientes.

Palavras-chave: Nutrição, Suporte nutricional, Estado nutricional, Paciente grave, Nutrientes.