



A INFLUÊNCIA DA DIETA NA PROGRESSÃO DA DOENÇA RENAL CRÔNICA

PERLA GUIMARÃES FEITOSA; FRANCISCO ROBSON ROCHA PASSOS; ANA CLARA
LUCAS REIS OLIVEIRA; ANNA KELLY SOARES DA SILVA; MANOEL DAVI SILVA
FONTELES; RANA ISADORA BEZERRA LIMA; GUIDO DIAS MACHADO

INTRODUÇÃO: A doença renal crônica (DRC) é um problema global, com crescente prevalência e altos custos associados. Atualmente, o manejo da DRC tem uma abordagem multidisciplinar, impondo na atenção nutricional um papel crucial no tratamento. Os pacientes com essa condição não precisam apenas de uma dieta com restrição de líquidos, sódio e potássio, mas adaptada à sua realidade e individualidade. **OBJETIVOS:** Avaliar como diferentes padrões dietéticos afetam a progressão da doença renal crônica. **METODOLOGIA:** O estudo é uma pesquisa de revisão integrativa da literatura realizada entre setembro e outubro de 2024, utilizando pesquisas nas bases de dados eletrônicas SciELO e Google Acadêmico, para delimitar a busca, foram selecionados artigos a partir dos descritores: “Nutrição”, “Dieta” e “Doença renal crônica”. 32 artigos foram encontrados e destes 5 foram selecionados. **RESULTADOS:** Os estudos mostraram que os hábitos alimentares ocidentais, ricos em proteínas, gorduras e sódio, são prejudiciais à saúde renal, enquanto dietas mais equilibradas demonstram benefícios na prevenção e tratamento da DRC. Quatro padrões alimentares principais foram analisados: vegetariano, mediterrâneo, “plant based” e DASH. Estudos recentes indicam que o vegetarianismo, antes considerado problemático para pacientes renais, oferece mais benefícios do que riscos. A dieta mediterrânea, associada a uma menor incidência de DRC, mostrou-se eficaz na redução de complicações. O padrão “plant based”, focado no consumo de frutas, vegetais, nozes e sementes, foi o mais destacado, com evidências de que diminui a taxa de declínio da função renal (TFG). No caso da dieta DASH, apesar de alguns estudos apontarem benefícios, outros apresentaram resultados contraditórios em relação à TFG. Após a análise dos padrões alimentares, percebeu-se que adotar um desses padrões torna-se medida preventiva de DRC ou até mesmo reduz a progressão da doença, uma vez que, entre outros benefícios, melhora acidose metabólica e o fósforo sérico. **CONCLUSÃO:** Independente do padrão escolhido, a literatura é clara nos benefícios de uma dieta baseada em vegetais, hortaliças, frutas, grãos integrais, leguminosas, rica em fibras e consumo moderado de alimentos de origem animal, promovendo benefícios adicionais no gerenciamento e na prevenção das complicações metabólicas da DRC, o que pode resultar na diminuição dos riscos relacionados à condição.

Palavras-chave: **DOENÇA RENAL CRÔNICA; PADRÕES ALIMENTARES; PREVENÇÃO**