

INFLUÊNCIA DA TERAPIA NUTRICIONAL NO HIPOTIREODISMO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Naísa Marta Sousa da Costa Oliveira¹, Francisco Vinicius Teles Rocha², Alane de França Rocha³, Ellen Cinthya Lima Morais⁴,
Amanda Cristine Ferreira dos Santos⁵, Andrea Nunes Mendes de Brito⁶

¹Graduando em Nutrição da Faculdade Estácio de Teresina. E-mail: alanefranca7@gmail.com; ²Graduando em Nutrição da Faculdade Estácio de Teresina. E-mail: naisamarta2000@gmail.com; ³Graduando em Nutrição da Faculdade Estácio de Teresina. E-mail: ellencinthy05@gmail.com; ⁴Graduando em Nutrição da Faculdade Estácio de Teresina. E-mail: fviniciustr@gmail.com; ⁵Docente de Nutrição da Faculdade Estácio de Teresina. E-mail: profaamandaferrreira@gmail.com; ⁶Docente de Nutrição da Faculdade Estácio de Teresina. E-mail: andrea.nunes9@gmail.com

Introdução: Vários micronutrientes são essenciais para o metabolismo das hormonas da tiroide tais como iodeto, selênio, zinco, ferro, vitamina A, magnésio, vitamina D, entre outros. A sua deficiência no organismo compromete a função tiroideia, o que pode levar a perturbações da tiróide, sendo o hipotireoidismo o mais frequente. **Objetivo:** Realizar uma revisão bibliográfica descrevendo como alguns nutrientes estão envolvidos na síntese, secreção e metabolismo das hormonas da tiróide e a influência das deficiências sobre fisiopatologia do hipotireoidismo. **Material e Método:** A pesquisa foi realizada por meio de revisão integrativa da literatura nas bases de dados LILACS, PUBMED e SCIELO em abril de 2022, utilizando os descritores: “Terapia Nutricional”, “Tiroide” e “Hipotireoidismo” em português e inglês. Os critérios de inclusão foram artigos publicados entre 2016 e 2021, que continham, em seu título ou resumo, terapia nutricional aplicada ao hipotireoidismo. Foram excluídas teses, dissertações e revisões de literatura. **Resultados e Discussão:** Após a aplicação dos filtros relativos ao período temporal e tipo de publicação, foram encontrados 5 artigos, sendo 3 na PUBMED e 2 na SCIELO, que retratavam de tiroide, hipotireoidismo. De acordo com os estudos encontrados, a síntese das hormônios da tiroide envolve alguns micronutrientes, em destaque o iodo, que apresenta papel importante na síntese e metabolismo de hormônios tireoidianas, o selênio e o zinco que atuam como cofator na conversão de T4 para T3, a vitamina A que é fundamental na síntese de tireoglobulina e na captação do iodo pela glândula da tiroide a vitamina D que possui uma ação relevante na modulação do sistema imunitário é lipossolúvel que pode ser obtida através de fontes alimentares, o cobre que é essencial na síntese de fosfolipídios por sua vez necessário para estimulação do THS que estimula a produção de tirotropina, por fim o ferro, um micronutriente que intervém no metabolismo e atividade enzimática da tiroide. Assim o aumento do consumo de alimentos rico nesses micronutrientes ou a sua suplementação contribuem em maneira positiva ao tratamento do hipotireodismo **Conclusão:** Portanto em portadores de disfunções tireoidianas é fundamental a realização de uma avaliação do estado nutricional e a implementação de estratégias para promover um aporte adequado de iodo. As necessidades nutricionais dos micronutrientes são intervenientes na função da tiroide são facilmente atingidos se os princípios de alimentação variada e equilibrada forem seguidos.

Descritores: Terapia Nutricional, Tiroide, Hipotireoidismo, Micronutrientes.