



Nutritional aspects in the recovery process of drug addictions with psychopathology admitted to a reference hospital, Belém - PV

Priscila Matos de Pinho Costa¹; Giovanna Victória de Moraes Gomes²;
Larissa Ferreira Oliveira³; Rosileide de Souza Torres⁴; Gianne de LaRocque Barros Warken⁵;
Marly Lobato Maciel⁶; Patrícia Bentes Diniz⁷; Socorro Nazaré Araújo Almeida Barbosa⁸;
Kelly Layla da Silva Guterres⁹; Edson Raimundo Raiol Barros¹⁰; Aldair da Silva Guterres¹¹

RESUMO

Objetivo: avaliar aspectos nutricionais e o processo de reabilitação de dependentes químicos com psicopatologias internados na clínica psiquiátrica do Hospital Público. Métodos: Trata-se de um estudo descritivo, prospectivo, transversal e de abordagem qualitativa e quantitativa, onde foram coletadas as informações dos pacientes que se enquadram nos critérios de inclusão, da mesma forma foram coletadas as informações acerca da alimentação que é fornecida a esses pacientes. Resultados: a maioria era do sexo masculino, na fase de vida adulta. A maior parte apresentava ensino fundamental incompleto e a maioria declarava estado civil como solteiro. Em relação ao histórico de internações, a maior parte estava na 1ª internação; e quanto ao histórico de consumo de SPA, todos os pacientes apresentaram afirmativa. E todos os avaliados fizeram uso de alguma substância psicoativa antes da internação, sendo o tabaco a mais utilizada dentre as lícitas e a maconha dentre as ilícitas. A maior parte apresentavam Transtornos Relacionados ao Uso de Drogas – Transtornos Psicóticos. A maioria encontra-se em eutrofia. Conclusão: Os pacientes avaliados se encaixam no perfil epidemiológico, clínico e nutricional descritos na maioria dos estudos com usuários de SPA com psicopatias. Porém, apesar da maioria apresentar estado nutricional adequado, também foi constatado uma parcela considerável de sobrepeso e desnutrição. Pode-se constatar também que os alimentos ofertados durante a internação hospitalar têm papel fundamental na recuperação de dependentes químicos com psicopatologias, de forma que suas propriedades funcionais só tem a agregar juntamente com o tratamento medicamentoso e profissional que os pacientes recebem.

Palavras-chave: Alimento Funcional. Estado Nutricional. Dependência Química. Transtornos Mentais. Sistema Único de Saúde.

ABSTRACT

Objective: to evaluate nutritional aspects and the rehabilitation process of drug addicts with psychopathology admitted to the psychiatric clinic of the Public Hospital. Methods: This is a descriptive, prospective, cross-sectional study with a qualitative and quantitative approach, where information was collected from patients who fit the inclusion criteria, in the same way information was collected about the food provided to these patients. Results: the majority were male, in adulthood. Most had incomplete primary education and the majority declared their marital status as single. Regarding the history of hospitalizations, most were in their first hospitalization; and regarding the history of SPA consumption, all patients responded affirmatively. And all those evaluated used some psychoactive substance before hospitalization, with tobacco being the most used among the legal ones and marijuana among the illicit ones. Most had Drug Use-Related Disorders – Psychotic Disorders. The majority are in eutrophy. Conclusion: The patients evaluated fit the epidemiological, clinical and nutritional profile described in most studies with SPA users with psychopathies. However, despite the majority having adequate nutritional status, a considerable proportion of overweight and malnutrition were also found. It can also be seen that the foods offered during hospitalization play a fundamental role in the recovery of drug addicts with psychopathologies, so that their functional properties can only be added together with the medication and professional treatment that patients receive.

Keywords: Chemical Dependence. Nutritional Status. Functional Food. Mental Disorders. Unified Health System

1 Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.
2, 3 Faculdade UNINASSAU/ Belém. Belém, Pará, Brasil.
4, 5, 6, 7, 8, 9, 11 Hospital de Clínicas Gaspar Vianna. Belém, Pará, Brasil.
10 Secretaria Estadual do Pará - SESPA, Belém, Pará, Brasil.

Autor de correspondência

Priscila Matos de Pinho Costa

Priscila.mpinhocosta@gmail.com

INTRODUÇÃO

A alimentação desempenha um papel de suma importância para o controle de doenças e a promoção da saúde. De forma que se torna fundamental planejar e desenvolver ações que visem a saúde e que possam contribuir com a melhoria da qualidade de vida da população, por meio de medidas relacionadas a uma alimentação saudável¹. Uma alternativa de grande impacto e que vem conquistando espaço são os alimentos funcionais que contém nutrientes capazes de oferecer algo além da nutrição básica, sendo eles responsáveis pelo desempenho terapêutico específico à saúde².

O uso crônico de substâncias psicoativas pode causar dependência química, consequência da relação patológica entre um indivíduo e uma substância psicoativa³. Outro problema refere-se à utilização de drogas psicotrópicas, assim como à existência de comorbidades psiquiátricas em dependentes de droga⁴. O uso de substâncias psicoativas e a caracterização da dependência química como transtorno mental possibilita, além de tratar os dependentes químicos, investir na desestigmatização que eles sofrem⁵.

Os nutrientes provenientes da alimentação são essenciais para manutenção da homeostase corporal, evidências sugerem que a ingestão e o metabolismo de nutrientes, podem ser controlados ou modulados por estruturas neurais e por sistemas neuroquímicos e neuroendócrinos específicos. Alterações

nestes sistemas neurais podem estar associadas às mudanças no comportamento alimentar⁶. A partir disso é possível entender que os alimentos também têm grande influência no psicológico do indivíduo, determinando a sua situação quanto ao estado de saúde; e para as pessoas que já possuem fatores agravantes, como as psicopatologias, estes podem demonstrar ter um impacto maior quanto a estabilidade e melhoria do quadro.

No Brasil, estudos sobre comorbidades psiquiátricas em dependentes químicos são escassos. Ao iniciar o tratamento dessa população pode haver dificuldade na diferenciação entre transtornos previamente existentes e transtornos secundários à dependência química devido aos sintomas depressivos, ansiosos e mania prevalentes no período de abstinência da droga⁷. Assim como é relevante também, o desenvolvimento de pesquisas sobre a alimentação e a nutrição de dependentes químicos, de forma a produzir conhecimento que reverta em qualificação do atendimento, melhoria do autocuidado e, conseqüentemente, maior adesão e sucesso do tratamento⁸.

A verificação do estado nutricional é um instrumento importante para averiguar os riscos de enfermidades pré-existentes ou não, podendo determinar o tratamento, a prevenção e a melhora na qualidade de vida dos indivíduos⁹. Dessa forma se faz necessário um olhar particular para este grupo de indivíduos que possuem doença psicológica associada ao uso de substâncias psicoativas, os quais necessitam de atenção

nutricional individualizada a fim de obter sucesso no tratamento, e amenização de sintomas. Esse trabalho tem como objetivo verificar os aspectos nutricionais de pacientes psiquiátricos com histórico de uso de substância química, e a criação de plano alimentar exclusivo para auxiliar no processo de recuperação.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, prospectivo, transversal e de abordagem qualitativa e quantitativa. A coleta de dados, assim como, a análise deles foi de responsabilidade dos pesquisadores.

A pesquisa foi realizada com pacientes portadores de dependência química que evoluíram a quadros de doenças psiquiátricas e que estavam internados na Clínica Psiquiátrica da Fundação Pública Estadual Hospital de Clínicas Gaspar Vianna (FHCGV), instituição de referência no estado do Pará, localizado na área metropolitana de Belém do Pará.

Foram avaliados pacientes de ambos os sexos, na faixa etária classificada como adultos e idosos. Os critérios de inclusão foram: o responsável legal aceitar participar da pesquisa e assinar o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE); apresentar histórico de dependência química; estar hospitalizado na clínica psiquiátrica da FHCGV.

Os dados dos pacientes foram analisados no software Bioestat versão 5.0. Foi utilizado

o Programa Microsoft Excel (2013) para a construção do banco de dados e para a descrição das variáveis em percentual.

O projeto de pesquisa é um subprojeto da pesquisa intitulada: “AVALIAÇÃO, MONITORAMENTO E INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM PACIENTES PSIQUIÁTRICOS”, a qual foi submetida à avaliação dos aspectos éticos do protocolo de pesquisa ao Comitê de Ética em Pesquisa, e aprovada sob protocolo n. 2.180.121.

Os responsáveis das pessoas participantes foram informados quanto aos objetivos do projeto e foi solicitada a sua participação voluntária confirmada pela assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foi realizada uma coleta de dados com os pacientes internados na ala psiquiátrica de um hospital referência do SUS, sendo esta denominada de SIB (Setor de Internação Breve), com o objetivo de coletar os dados sociodemográficos, estado nutricional, histórico de internações, histórico de uso de substâncias psicoativas e diagnóstico de transtornos mentais.

Inicialmente houve o reconhecimento do local, onde pode-se constatar que os pacientes eram divididos em 2 áreas, sendo um lado de internação feminino e outro masculino, a capacidade de lotação máxima é de 40 leitos, onde existe 1 sala de enfermeiros para cada área, e dentro dessas salas ficam os prontuários dos pacientes de acesso para todos os profissionais da saúde que trabalham no SIB.

Foi elaborado uma ficha de dados para facilitar a coleta das informações dos pacientes. A coleta de dados se deu por uma entrevista com aqueles pacientes que se encontravam emocionalmente mais dispostos ao diálogo, onde eram feitas as perguntas presentes na ficha de dados, os dados que os pacientes não sabiam responder como o seu diagnóstico eram consultados nos prontuários deles.

Foi realizado a aferição de peso dos pacientes por meio de uma balança digital com a supervisão de 1 técnico de enfermagem afim de remediar qualquer intercorrência que pudesse ocorrer durante a pesagem, os pacientes subiam na balança descalços, trajando roupas leves, posicionados com os dois pés sobre a balança, distribuindo seu peso igualmente sobre as duas pernas e com o olhar no horizonte¹⁰, após a pesagem era anotado o valor na ficha de dados.

Foi realizada a aferição de altura dos pacientes com a supervisão de um técnico de enfermagem, onde foi utilizado um estadiômetro de bolso, da forma que os pacientes eram instruídos a ficarem com os pés juntos, o calcanhar encostado na parede e com olhar no horizonte¹⁰, após a aferição o valor era anotado na ficha de dados.

A coleta de dados condizente aos alimentos que são utilizados nas refeições dos pacientes internados na clínica psiquiátrica do Hospital Gaspar Viana, foi realizada por entrevista com funcionárias do SND (Serviço de Nutrição e Dietética) do FHCGV, onde as

mesmas de espontânea vontade repassaram as informações que eram necessárias para coleta.

A respeito das informações de alimentos utilizados nas duas refeições, almoço e jantar que são fornecidos pela empresa terceirizada (PROAN) contratada pelo hospital FHCGV, para suprimento de alimentação das refeições principais dos internados e acompanhantes; informações essas que foram fornecidas pela responsável técnica da empresa que estava presente no momento da coleta de informações. A coleta foi realizada através de entrevista a partir de ficha questionário anteriormente elaborada que continham perguntas a fim de verificar cada alimento/ingrediente que é utilizado na preparação das refeições fornecidas pela empresa.

Relacionado as informações de alimentos utilizados nas refeições, café da manhã, lanche da manhã, lanche da tarde e ceia, são fornecidas pela cozinha própria do hospital o SND da FHCGV, para suprimento das demais refeições dos internados e acompanhantes da clínica psiquiátrica; as informações foram fornecidas por uma das nutricionistas do SND que estava presente no momento da coleta de informações. A coleta foi realizada através de entrevista a partir de ficha questionário anteriormente elaborada (Apêndice B) que continham perguntas a fim de verificar cada alimento/ingrediente que é utilizado na preparação das refeições fornecidas pelo hospital.

Inicialmente houve uma pesquisa acerca do potencial benéfico dos alimentos que são

ofertados pelo hospital, e a partir disso foi elaborado um plano alimentar quantitativo e qualitativo, por meio do software Webdiet versão 3.0, baseado em um gasto energético de 2000kcal, sendo priorizados alimentos que apresentaram propriedades funcionais para a construção do plano alimentar.

RESULTADOS

O perfil epidemiológico mostrou que dos 70 pacientes avaliados, a maioria era do sexo masculino (67,14%), na fase de vida adulta (95,71%). A maior parte apresentava ensino fundamental incompleto (41,43%) e a maioria declarava estado civil como solteiro (84,29%) (Tabela 1).

TABELA 01: Perfil epidemiológico de pacientes assistidos na psiquiatria de um Hospital de Referência do Sistema único de Saúde, Belém – PA.

Perfil Epidemiológico		n	%
Sexo	Feminino	23	32,86
	Masculino	47	67,14
	Total	70	100,00
Fase de vida	Adulto	67	95,71
	Idoso	3	4,29
	Total	70	100,00
Escolaridade	Analfabeto/Semi Analfabeto	2	2,86
	Ensino Fundamental Completo	3	4,29
	Ensino Fundamental Incompleto	29	41,43
	Ensino Médio Completo	21	30,00
	Ensino Médio Incompleto	9	12,86
	Ensino Superior Completo	4	5,71
	Ensino Superior Incompleto	2	2,86
Total	70	100,00	
Estado Civil	Casado	5	7,14
	Divorciado	2	2,86
	Solteiro	59	84,29
	União Estável	3	4,29
	Viúvo	1	1,43
	Total	70	100,00

Em relação ao histórico de internações, a maior parte 35,71% (n=25) estava na 1ª internação; e quanto ao histórico de consumo de

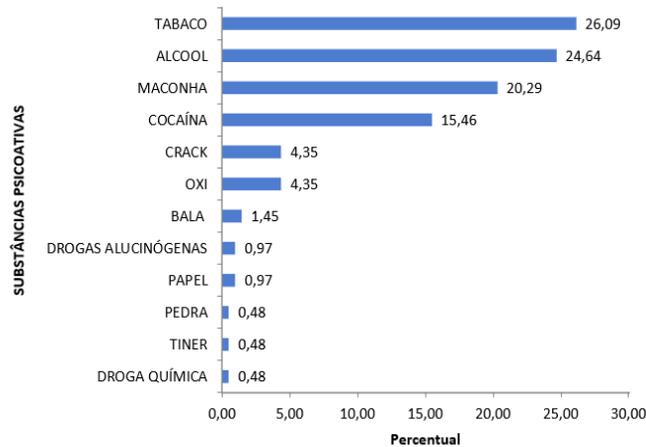
SPA 100% dos pacientes apresentaram afirmativa, sendo um resultado já previsto dado o critério de inclusão do estudo (Tabela 2).

TABELA 02: Perfil clínico de pacientes assistidos na psiquiatria de um Hospital de Referência do Sistema único de Saúde, Belém – PA.

Perfil Clínico		n	%
Histórico de internações	1º Internação	25	35,71
	2º Internação	19	27,14
	3º Internação	3	4,29
	Mais de 3 Internações	23	32,86
	Total	70	100,00
Histórico de consumo de Substância Psicoativa	Presente	70	100,00
	Ausente	0	0,00
	Total	70	100,00

E 100% dos avaliados fizeram uso de alguma substância psicoativa antes da internação, sendo o tabaco (26,09%) a mais utilizada dentre as lícitas e a maconha (20,29%) dentre as ilícitas (Gráfico 1).

GRÁFICO 01: Tipos de Substâncias Psicoativas utilizadas habitualmente por pacientes assistidos na psiquiatria de um Hospital Escola do Sistema único de Saúde, Belém – PA.



No que se refere ao diagnóstico, a maior parte 29,07% apresentavam Transtornos Relacionados ao Uso de Drogas – Transtornos Psicóticos (Gráfico 2).

GRÁFICO 02: Diagnóstico de pacientes assistidos na psiquiatria de um Hospital Escola do Sistema único de Saúde, Belém – PA.



Com relação ao estado nutricional, segundo o IMC, a maioria encontra-se em eutrofia (51,43%), seguido de sobrepeso com (25,71%) e desnutrição com (12,86%), com diferença estatisticamente significativa (Tabela 3).

TABELA 03: Estado Nutricional de pacientes assistidos na psiquiatria de um Hospital Escola do Sistema único de Saúde, Belém – PA.

Estado Nutricional	n	%	<i>p</i>
Obesidade	7	10,00	0.0442*
Sobrepeso	18	25,71	
Eutrofia	36	51,43	
Desnutrição	9	12,86	
Total	70	100,00	

Nota: *Qui-quadrado: $p < 0,05$ - diferenças significativas.

Dos 39 alimentos contidos na (Tabela 4), todos possuem função antioxidante, (n=2) possuem função neuroprotetora, (n=1) função neuroestimulante, (n=4) função diurética, (n =1) antidepressiva e (n=1) tem ação na desintoxificação.

TABELA 04: Mecanismo de ação das propriedades funcionais contida em alimentos ofertados aos pacientes assistidos na psiquiatria de um Hospital Escola do Sistema único de Saúde, Belém – PA.

Mecanismo de ação de propriedades funcionais contida em alimentos ofertados	Alimentos
Antioxidantes	Leite de soja, café em pó, achocolatado, aveia em flocos, fubá, chá-de-erva-doce, chá-de-erva-cidreira, suco de acerola, suco de caju, suco de goiaba, suco de cupuaçu, vitamina de abacate, banana, mamão, maçã, melão, melancia, pera, manga, arroz, feijão, peixe, ovo, fígado, cenoura, couve, jerimum, beterraba, abóbora, maxixe, cariuru, batata, batata doce, coentro, salsa, cebola, alho, gengibre, limão.
Neuroprotetores	Melão, cariuru
Neuroestimulantes	Achocolatado
Diuréticos	Chá-de-erva-doce, melão, melancia, gengibre
Desintoxicantes	Manga
Antidepressivos	Chá-de-erva-cidreira

DISCUSSÃO

Foi contatado no presente estudo que a maioria dos pacientes com psicopatologias eram do sexo masculino, corroborando com o estudo de Garcia, Moreira, Bissoli, Simões¹¹, que obteve 71%, bem como com os achados de um estudo no município de Passo Fundo – RS, que identificou que entre 68 pacientes entrevistados, 44 (64,5%) eram do sexo masculino¹². De acordo com o Ministério da Saúde¹³ esse resultado é

multifatorial, podendo ser justificado pela falta de preocupação do público masculino com a própria saúde, onde “quase um terço dos homens não procuram auxílio na prevenção de doenças e na melhoria da qualidade de vida”, assim como também existe o receio da descoberta de doenças. Outro fator que se demonstra crucial para esse índice, é o consumo de drogas, que de forma quase que predominante atinge o sexo masculino.

Em relação à escolaridade (Tabela 1) a maioria possuía ensino fundamental incompleto

(41,43%), fato que se pode constatar também no estudo de Capistrano et al.¹⁴ onde 67,3% dos pacientes estudaram até o ensino fundamental, isso reforça que o uso de substâncias químicas pode ocasionar uma suscetibilidade a evasão escolar, visto que o aluno perde a vontade de realizar as atividades cotidianas, levando assim a ocorrência de problemas escolares e dificuldades para se concentrar, como diz o estudo de Cardoso; Malbergier¹⁵.

Quanto a predominância de pacientes na fase de vida adulta (Tabela 1), foi encontrado resultado similar no trabalho de Bocardi et al.¹⁶, no qual 92,6% (n=75) eram adultos. A justificativa para tal dado pode ser encontrada no artigo divulgado pelo Ministério da Saúde¹⁷ apontando que: “os primeiros anos da vida adulta são uma época da vida em que ocorrem muitas mudanças [...] para muitos, estes são tempos emocionantes [...], também podem ser momentos de estresse e apreensão. Em alguns casos, se não forem reconhecidos e gerenciados, esses sentimentos podem levar à doença mental”. A partir disso pode se entender que as alterações provenientes da mudança de ciclo da adolescência para vida adulta tendem a trazer responsabilidades e sentimentos novos, a independência social e emocional que muitos indivíduos acabam por não saber lidar e como consequência tende a desenvolver o adoecimento do estado psicológico.

Neste estudo foi verificado dentre a totalidade dos pacientes participantes que em suma maioria, 84,29%, apresentou estado civil

como solteiro (Tabela 1). No estudo de Soares et al.¹⁸ que analisou pacientes que eram usuários do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) II de Santarém-PA, 53,13% eram solteiros, o que pode reafirmar os achados desse estudo. Da mesma forma, um estudo realizado com pacientes ativos em um CAPS no município de Paulo Afonso no estado da Bahia constatou que a maioria 56,31% também era solteiro¹⁹. Conforme Borba et al.²⁰ deve ser considerado “que o transtorno mental pode cursar com alterações específicas relacionadas ao pensamento, emoção, percepção e comportamento, que podem refletir nas atividades cotidianas das pessoas por ele acometidas, com comprometimento na vida afetiva”; compreende-se que a falta do domínio de emoções por parte de pacientes com psicopatologias, leva a uma exacerbada dificuldade para encontrar um parceiro(a) capaz de lidar com suas limitações. Essa estatística também pode ser interpretada por meio de dois ângulos: “o primeiro como base para a dependência química devido a uma possível perda do fator de proteção exercida pelo laço familiar/conjugal ou o segundo como consequência das atitudes e comportamentos nocivos que esta doença reflete, produzindo um afastamento das pessoas de seu círculo social”^{21, 22, 23}.

Relacionado ao número de internações (Tabela 2), a maioria dos pacientes foram internados pela primeira vez (35,71%), contudo há uma porcentagem considerável (32,86%) de pacientes que tiveram reincidência em

mais de 3 internações; esses dados entram em concordância com o estudo de Fernandes et al.²⁴ que foi realizado em um hospital psiquiátrico com pacientes que tinham histórico de uso de substâncias psicoativas, que constatou que a maioria (55,2%) teve uma frequência significativa de reinternações. Isso pode ser justificado de diversas formas, como: abandono parental, interrupção do tratamento medicamentoso, uso de substâncias psicoativas entre outros.

Em relação aos tipos de substâncias utilizadas pelos usuários, pode-se observar no (Gráfico 1) que dentro do conceito de droga lícita, o tabaco (26,09%) foi a substância mais utilizada e dentre as ilícitas a maconha (20,29%), isso também pode ser observado no estudo de Oliveira²⁵ sobre “Dependência nicotínica nos transtornos mentais” onde 35% (n=96) dos pacientes faziam uso do tabaco. Em relação ao consumo de maconha o delta-9-tetrahydrocannabinol (Δ^9 -THC) é uma das substâncias responsáveis pelos efeitos psicoativos da maconha, como a sensação de felicidade, visões, alucinações dentre outros, conhecidos como a substância psicotrópica principal da maconha age principalmente no sistema nervoso central, alterando a função cerebral, muda temporariamente a percepção, humor, comportamento e consciência²⁶. Isso explica o fato dela ser a droga ilícita de preferência dos pacientes com psicopatologias, pois as suas propriedades podem mascarar os efeitos das doenças mentais de forma temporária.

Com relação ao diagnóstico (Gráfico 2), (29,07%) dos pacientes apresentavam Transtornos Relacionados ao Uso de Drogas – Transtornos Psicóticos, o resultado do estudo de Fernandes et al.²⁴, realizado com pacientes que faziam uso de SPA e apresentavam psicopatologias corrobora com os achados neste estudo, em que a maior parte (42,4%) apresentaram diagnóstico similar. Através de estudos nacionais e internacionais foi comprovado que os transtornos mentais, relacionados ao uso abusivo de drogas têm ligação direta, justificando assim a correlação existente entre os pacientes diagnosticados com psicopatologias e seu histórico de consumo de SPA²⁴.

Relacionado ao estado nutricional, segundo o IMC, a maioria encontrou-se em eutrofia (51,43%) (Tabela 3) o que pode também ser verificado no estudo de Oliveira et al.²⁷ sobre “avaliação dos hábitos alimentares e dados antropométricos de dependentes químicos” onde (76,92%) dos entrevistados foram classificados como eutróficos. Entretanto neste estudo também foi encontrado percentual considerável de pacientes com sobrepeso (25,71%) e desnutrição (12,86%), fator que pode estar relacionado tanto às privações alimentares antes da internação quanto aos efeitos colaterais da própria medicação que fazem uso durante o tratamento, e que não deve ser negligenciado visando a individualidade da recuperação de cada paciente.

A maioria dos alimentos ofertados durante a internação hospitalar, encontrados na Tabela 4, possui mecanismo de ação antioxidante, os quais reagem com os radicais livres, que são átomos ou moléculas formados durante o processo metabólico normal dos organismos, quando produzidos em excesso, podem causar danos celulares. O estresse oxidativo está associado ao desenvolvimento de muitas doenças crônicas e degenerativas, como a degeneração neuronal, os antioxidantes, por sua vez, agem neutralizando a ação dos radicais livres e atuam, em diferentes níveis, na proteção do organismo, dessa forma o consumo de alimentos ricos em antioxidantes é de suma importância para a prevenção e manutenção da saúde mental de pacientes com psicopatologias além de combater os radicais livres produzidos pelo consumo de substâncias psicoativas²⁸.

Dentre os alimentos pesquisados o caruru e o melão foram categorizados na Tabela 4 como neuroprotetores, em sua composição estão os flavonóides que são uma classe de compostos fenólicos. Recentemente, tem sido demonstrado que os compostos fenólicos atuam como potenciais agentes neuroprotetores tanto em linhagens de células quanto em culturas primárias de neurônios^{29,30,31,32,33,34}. O termo neuroproteção relaciona-se com mecanismos que protegem os neurônios da apoptose ou da degeneração devido à lesão cerebral aguda ou como consequência de doenças neurodegenerativas crônicas³⁵. Sendo assim, é de suma importância a inserção

frequente desses alimentos na dieta de pessoas com transtornos mentais, com o objetivo de prevenir a progressão da doença mental.

Dos alimentos encontrados na Tabela 4, o achocolatado foi classificado como neuroestimulante³⁶. O triptofano é um aminoácido essencial, ou seja, o organismo não é capaz de produzi-lo, está presente em alimentos como o chocolate [...], os alimentos ricos em triptofano ajudam na síntese e no controle da serotonina no organismo, sendo responsável por proporcionar sensações de bem-estar³⁷. A produção deficitária de serotonina decorrente do uso crônico de substâncias psicoativas se instala no lobo pré-frontal, área do cérebro que modula as ações, a tomada de decisões e a avaliação dos erros e acertos. As alterações dessas, são proximais das que regulam sensações de prazer, recompensa e respostas emocionais, levando gradualmente a comportamentos descontrolados³⁸. Dessa forma é de suma importância o consumo de alimentos fontes de compostos que estimulem a produção de serotonina afim de minimizar os efeitos do uso de SPA.

Dentro do conceito de alimentos desintoxicantes e diuréticos foram encontrados cinco (5) alimentos; pode se entender que a desintoxicação seria a limpeza das toxinas dos nossos órgãos e células e que é realizada principalmente pelo fígado, pele, rins, pulmões e intestinos; permitindo assim, ao organismo um funcionamento melhor³⁹. Segundo Torres⁴⁰ “as principais vias de excreção são a urina, fezes,

suor, bÍlis, saliva, etc.” Os alimentos diuréticos atuam auxiliando no aumento da excreção das substâncias químicas prejudiciais. Dessa forma se faz indispensável o consumo desses alimentos na dieta dos pacientes psiquiátricos que fazem uso de SPA.

Os estados de ansiedade e depressão podem estar relacionados a uma dieta inflamatória, com o inadequado consumo de alimentos ricos em açúcar, gorduras, pouca ingestão de frutas e vegetais, logo, um padrão de alimentação saudável com compostos bioativos pode ter um efeito protetor no tratamento dessas patologias ⁴¹. Na tabela 4 foi verificado que a erva-cidreira possui mecanismo de ação antidepressivo, ela é considerada um fitoterápico dado os seus inúmeros benefícios, segundo a ANVISA, os fitoterápicos são considerados medicamentos obtidos com emprego exclusivo de matérias-primas ativas vegetais cuja segurança e eficácia sejam baseadas em evidências clÍnicas e que sejam caracterizados pela constância de sua qualidade⁴².

CONCLUSÃO

De forma geral, os pacientes avaliados se encaixam no perfil epidemiológico, clÍnico e nutricional descritos na maioria dos estudos com usuÁrios de SPA com psicopatias. Porém, apesar da maioria apresentar estado nutricional adequado, o que é um ponto positivo a ser ressaltando em função de possibilitar condições favoráveis

para ter uma boa resposta orgânica a terapia medicamentosa, também foi constatado uma parcela considerável de sobrepeso e desnutrição que pode ser reflexo dos efeitos colaterais das mesmas ou por inanição ou hiporexia durante o período anterior ao da internação, fatos estes que não devem ser negligenciados.

Pode-se constatar também que os alimentos ofertados durante a internação hospitalar têm papel fundamental na recuperação de dependentes químicos com psicopatologias, de forma que suas propriedades funcionais só tem a agregar juntamente com o tratamento medicamentoso e profissional que os pacientes recebem, sendo assim é de extrema importância que seja implantado a proposta de plano dietético exclusivo para esse grupo, com o intuito de desintoxicar o organismo de forma mais rápida e estimular os hormônios reguladores a nível neural, contribuindo assim para a recuperação progressiva e humanizada desses pacientes.

REFERÊNCIAS

1. Heitor SFD, Rodrigues LR, Tavares DMS. Prevalência da adequação à alimentação saudável de idosos residentes em zona rural. *Texto Contexto - Enferm.* 2013;22(1):79-88.
2. Salgado J. Alimentos Funcionais. 1a ed. São Paulo: Oficina de textos; 2017.
3. Brusamarello T, Sureki M., Borrile D, Roehrs H, & Maftum A. Consumo de drogas: concepções de familiares de estudante em idade escolar. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.* (Ed. port.). 2008;(1).
4. Filho OF, Turchi MD, Laranjeira R. & Castelo A. Perfil sociodemográfico e de padrões de uso entre dependentes de cocaína hospitalizados. *Revista de Saúde Pública.* 2003;37:751-759.
5. Louzã MRN, Hélio E. *Psiquiatria básica.* 2a ed. Porto Alegre (RS): Artmed; 2007.
6. Cambraia RPB. Aspectos psicobiológicos do comportamento alimentar. *Revista de Nutrição, Campinas.* 2004;17(2):217-225.
7. Alves H, Kessler F & Ratto LRC. Comorbidade: uso de álcool e outros transtornos psiquiátricos. *Revista Brasileira de*

Psiquiatria. 2004;26:51-53.

8. Teo, CRPA, Baldissera R, Rech FRF. Adequação da alimentação ao perfil dos dependentes químicos em uma comunidade terapêutica: um estudo de caso. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto. 2011;7(3):119-125.
9. Nacif M, Viebig RF. Avaliação antropométrica nos ciclos da vida: uma visão prática. São Paulo: Metha. 2007.
10. Ministério da Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde; Departamento de Atenção Básica. Orientações para coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – Sisvan. Brasília: Ministério da Saúde; 2011. (Série G. Estatística e Informação em Saúde).
11. Garcia PCO, Moreira JC, Bissoli MC, Simões TMR. Perfil nutricional de indivíduos com transtorno mental, usuários do Serviço Residencial Terapêutico, do município de Alfenas – MG. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações. 2013;11(1):114-126.
12. Manfredi P et al. Estado nutricional de portadores de transtornos mentais internados em residências terapêuticas. Anais do II Simpósio da Rede dos Programas Interdisciplinares sobre Envelhecimento. 2019;16(1).
13. Ministério da saúde. Homens e saúde: só 35% dos atendimentos na Atenção Primária são para eles. Secretaria de Saúde – DF. 2019
14. Capistrano FC, Ferreira ACZ, Silva TL, Kalinke LP, Maftum MAF. Perfil sociodemográfico e clínico de dependentes químicos em tratamento: análise de prontuários. Escola Anna Nery. 2013;17:234-241.
15. Cardoso LRD, Malbergier A. Problemas escolares e o consumo de álcool e outras drogas entre adolescentes. Psicol. Esc. Educ., Maringá. 2014;18(1):27-34.
16. Bocardí SM et al. Estado nutricional de pacientes atendidos em um centro de atenção psicossocial (CAPS). Unoesc & Ciência - ACBS Joaçaba. 2015;6(1):59-64.
17. Ministério da saúde. Jovens e Saúde Mental em um Mundo em Mudança: tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2018, comemorado em 10/10. BVS – Biblioteca Virtual em Saúde. 2018.
18. Soares AC et al. Análise clínica-epidemiológica de pacientes portadores de transtorno mental na Amazônia brasileira. Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria. 2015;19(2):96-107.
19. Barbosa CG, Meira PRM, Nery JS, Gondim BB. Epidemiological profile of the users of a Psychosocial Care Center. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2020;16(1):1-8.
20. Borba LO et al. Perfil do portador de transtorno mental em tratamento no centro de atenção psicossocial (CAPS). REME - Rev Min Enferm. 2017;21:1010.
21. Santos IMC, Santiago TRS, Oliveira JRV, Lima DE, Melo MRA. Psychological Evaluation with Users of Psychoactive Substances (SPA): a Systematic Review of Literature. Psi Unisc. 2018;2(1):48-60.
22. Bastos FL. Epidemiology about chemical dependence in Brazil. NUTE-UFSC. 2012;1(1):107-13.
23. Belsky DW, Moffitt, TE, Corcoran DL, Domingue B, Harrington H, Hogan S, et al. The genetics of success: How single-nucleotide polymorphisms associated with educational attainment relate to life-course development. Psychol Sci. 2016;1(27):957-72.
24. Fernandes MA et al. Transtornos mentais e comportamentais por uso de substâncias psicoativas em hospital psiquiátrico. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto. 2017;13(2):64-70.
25. Oliveira RM, Júnior ACS, Santos JLF, Furegato ARF. Dependência nicotínica nos transtornos mentais, relação com indicadores clínicos e o sentido para o usuário. Revista Latino-Americana de Enfermagem. 2014;22(4):685-92.
26. Crippa JÁ de S, Lacerda ALT, Amaro E, Filho GB, Zuardi AW, Bressan RA. Efeitos cerebrais da maconha: resultados dos estudos de neuroimagem. Revista Brasileira de Psiquiatria, 2005.
27. Oliveira ERN, Marin IC, Ferruzzi L, Tenório MFS, Trindade E. Avaliação dos hábitos alimentares e dos dados antropométricos de dependentes químicos. Arq Ciênc Saúde Unipar. 2005;9(2):91-6.
28. Canniatti-brazaca SG. Antioxidantes previnem doenças e envelhecimento. Visão Agrícola. 2007; (7).
29. Vyas P et al. Chemical analysis and effect of blueberry and lingonberry fruits and leaves against glutamate-mediated excitotoxicity. Journal of Agricultural and Food Chemistry. 2013;61:7769-7776.
30. Wong DYS. et al. Açai (Euterpe oleraceae Mart.) berry extract exerts neuroprotective effects against β -amyloid exposure in vitro. Neuroscience Letters. 2013;556:221-226.
31. Subash S. et al. Neuroprotective effects of berry fruits on neurodegenerative diseases. Neural Regeneration Research. 2014;9(16):1557-1566.
32. Xiong J. et al. Phenolic constituents from the leaves of *Cratogeomys formosum* ssp. *pruniflorum*. Fitoterapia. 2014;94:114-119.
33. Akbar M et al. Mitochondrial dysfunction and cell death in neurodegenerative diseases through nitroxidative stress. Brain Research. 2016;1637:34-55.
34. Choi DJ et al. Neuroprotective effects of the *Phellinus linteus* ethyl acetate extract against H₂O₂-induced apoptotic cell death of SK-N-MC cells. Nutrition Research. 2016;36:31-43.
35. Kim YC. Neuroprotective phenolics in medicinal plants. Archives of Pharmacal Research. 2010;33(10): 1611-1632.
36. Lima JP. Contribuição de alimentos fonte para a ingestão dietética habitual estimada de metilxantinas no Brasil e no município do Rio de Janeiro. Dissertação de Mestrado - Instituto de Nutrição Josué de Castro, Universidade Federal do Rio de Janeiro. 2014.
37. Machado ACP; Souza, NECS, Medeiros, VG. Alimentos Ricos em Triptofano: segredo da Felicidade. Ciência Viva. Mg. 2018.
38. Varella D. Dependência química: Neurobiologia das drogas | Artigo [Internet]. [acesso em 2021 Nov 25] Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/drogas-licitas-e-ilicitas/dependencia-quimica-neurobiologia-das-drogas-artigo/>.
39. Benson C. Detox, Big Time! 11 guidelines for Boundless health. Fatigue, pain, weight problems... STOP, 5th ed. Kindle Editions: Editions MeM. 2014.
40. Torres U. Toxicologia das drogas. 1a ed. Porto Alegre- RS: Ed. Pallotti. 1987.
41. Jacka FN, Cherbuin N, Anstey KJ & Butterworth P. Does reverse causality explain the relationship between diet and depression? Journal of Affective Disorders. 2015;175:248-250.
42. Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Consolidado de normas de registros e notificação de fitoterápicos. Brasília-DF, 2018.

Observação: os/(as) autores/(as) declaram não existir conflitos de interesses de qualquer natureza.