



O PAPEL DA NUTRIÇÃO NO PROCESSO DE CICATRIZAÇÃO DE FERIDAS CRÔNICAS

**Samuel de Castro Santana Batista
Edilceia Domingues do Amaral Ravazzani**

Resumo

A nutrição desempenha papel fundamental no processo de cicatrização de feridas crônicas, sendo descrita em diversos estudos como um dos fatores que mais influenciam a velocidade e a qualidade da recuperação tecidual. A deficiência de nutrientes essenciais, comum nesses pacientes, prolonga a fase inflamatória, reduz a síntese de colágeno, compromete a angiogênese, enfraquece a resposta imunológica, aumenta o risco de infecções e dificulta o fechamento das lesões, impactando negativamente o prognóstico e a qualidade de vida. Este trabalho tem por objetivo realizar levantamento bibliográfico para responder a seguinte pergunta de pesquisa “Qual o papel da nutrição no processo de cicatrização de feridas crônica?”, para tanto foi realizada busca nas bases *Google Scholar* e *SciELO*, utilizando os descriptores “nutrição”, “feridas crônicas” e “cicatrização” de forma isolada e combinada. Esse processo permitiu reunir evidências atualizadas sobre a relevância da nutrição no reparo tecidual e fundamentar a análise apresentada sendo utilizados 8 artigos. Entre os nutrientes mais destacados, as proteínas e aminoácidos, especialmente arginina e glutamina, têm papel central. Eles atuam na regeneração celular, formação do tecido de granulação e fortalecimento do sistema imune, além de reduzirem a perda muscular em estados catabólicos. A vitamina C é indispensável para produção de colágeno e tem função antioxidante, a vitamina A favorece a epitelização, a vitamina E e D apresentam efeito benéfico, embora apresentem resultados variados. Os minerais possuem função igualmente relevante, o zinco é essencial para síntese proteica e resposta imune, o selênio auxilia no controle da inflamação, enquanto ferro e cobre participam da formação de vasos e reparação dos tecidos. Fatores clínicos e de estilo de vida, como tabagismo, alcoolismo, sedentarismo e dietas pobres em nutrientes podem agravar o quadro. Doenças crônicas como diabetes, hipertensão e obesidade reduzem perfusão sanguínea e dificultam a regeneração. A hidratação adequada também é essencial para transporte de nutrientes e oxigênio e eliminação de toxinas, sendo sua falta associada a necrose e atraso no reparo. Quando a alimentação não supre as necessidades, a suplementação é indicada, especialmente com arginina, glutamina, zinco e vitamina C, que demonstram benefícios na síntese de colágeno, no controle inflamatório e na redução de complicações, além de diminuir tempo de internação e custos hospitalares. Apesar de divergências entre estudos, há consenso de que a avaliação nutricional precoce deve integrar o manejo das feridas, favorecendo estratégias personalizadas. Ressalta-se ainda a importância de uma abordagem multiprofissional, envolvendo nutricionistas, enfermeiros e médicos, capaz de otimizar resultados clínicos e estéticos e melhorar a qualidade de vida. Assim, conclui-se que a nutrição não é apenas um suporte, mas parte essencial no tratamento de feridas crônicas.

Palavras-chave: nutrição; feridas crônicas; cicatrização; suplementação; proteínas; vitaminas; minerais.