

Ácidos graxos poli-insaturados ômega-3 e ômega-6: importância no Alzheimer

Lucas Ferreira Aires Mendonça¹, Matheus Cordeiro da Silva¹, Marcos Cândido Junqueira Filho¹, Gabriel Ventura Machado Amaral¹, Samir Antonio Madi Filho¹, José Elias Rodrigues Souza Scaff¹, Raphael Rocha de Oliveira²

1. Discente curso de medicina Centro Universitário UniEVANGÉLICA;
2. Docente do curso de medicina Centro Universitário UniEVANGÉLICA

RESUMO: Os ácidos graxos poli-insaturados ômega-3 e ômega-6 são nutrientes essenciais ao organismo humano e cada vez mais associados à manutenção de boas condições neurológicas. Entre as principais doenças mentais da atualidade, a doença de Alzheimer (DA), condição neurodegenerativa irreversível que acomete geralmente idosos, é a mais estudada no que se refere à capacidade de proteção do cérebro pelos ácidos graxos anteriormente citados. O objetivo deste resumo expandido é analisar a relação de importância dos ômega 3 e 6 na prevenção e/ou combate à DA. A metodologia utilizada foi a pesquisa nos bancos de dados Pubmed e Google acadêmico, abrangendo estudos de 2010 a 2017. Os resultados encontrados demonstraram que o consumo de ômega-3 e, em menor grau, de ômega-6 na dieta está diretamente correlacionado a um efeito neuroprotetor na doença de Alzheimer. Foi constatado que esses nutrientes protegem membranas cerebrais contra degenerações por estresse oxidativo e idade avançada, retardando os sintomas da DA. A partir do apresentado, conclui-se que os ácidos graxos em questão possuem de fato um importante papel no combate contra doenças neurodegenerativas. Entretanto, novos estudos deveriam buscar, de maneira mais profunda e significativa, a atuação do ômega-3 ou ômega-6 com o retardamento da DA buscando excluir uma possível participação de outros nutrientes na diminuição dos sintomas dessa doença.

Palavras-chave:
Ômega-3. Ômega-6. Neuropatias. Doença de Alzheimer.