

ASSOCIAÇÃO ENTRE O USO DE PSICOTRÓPICOS, CONSUMO ALIMENTAR E DEFICIÊNCIA DE MICRONUTRIENTES EM INDIVÍDUOS VEGETARIANOS

Pedro Garcia Penha de Carvalho Rocha; Maria Sônia Lopes Duarte; Dandara Baia Bonifácio; Ana Carolina Cerdeira Rocha; João Victor Martins; Rafael Junio Rombardi da Silva.

Dimensões Sociais: ODS3 BOA SAÚDE E BEM-ESTAR

Categoria: Pesquisa

Introdução

Os transtornos mentais estão entre as principais causas de mortalidade prematura e, embora o tratamento psicofarmacológico seja amplamente utilizado, seu uso prolongado pode gerar efeitos cardiometabólicos adversos.

Nesse contexto, a nutrição tem papel essencial na saúde mental, mas dietas vegetarianas mal planejadas podem levar a deficiências de ferro e vitamina B12, micronutrientes fundamentais para a função cerebral. Evidências apontam que essas carências nutricionais podem agravar sintomas psiquiátricos e interferir na resposta terapêutica.

Objetivos

Analisar a associação entre o uso de medicamentos psicotrópicos, o padrão de consumo de alimentos ultraprocessados, e a ocorrência de deficiências de ferro e vitamina B12 em indivíduos acompanhados pelo programa Pró Vegetariano.

Material e Métodos ou Metodologia

Este projeto deriva de um estudo observacional transversal aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Viçosa, sob parecer nº 2.831.804. Nos atendimentos nutricionais realizados pelo programa Pró Vegetariano, foram coletados dados sociodemográficos e de estilo de vida, incluindo o uso de psicotrópicos, além de exames bioquímicos de ferro e vitamina B12 e informações sobre o consumo alimentar. As análises estatísticas foram conduzidas no software SPSS, versão 25, adotando-se nível de significância de 5%. As variáveis foram descritas em mediana e intervalo interquartil (Q1-Q3).

Apoio Financeiro

Resultados e/ou Ações Desenvolvidas

Tabela 1. Características clínicas, hábitos de vida e de ingestão em função do uso de psicotrópicos

Variáveis	Uso de Psicotrópicos		Valores de p
	Sim (n=27)	Não (n=215)	
Tempo de Vegetarianismo (meses)	53 ± 21-86	32 ± 14-57	0,018
Ferritina Sérica (ng/mL)	30,98 ± 17-71	33 ± 19-61	0,978
Vitamina B12 Sérica (pg/mL)	355,9 ± 207-410	261,83 ± 188-360	0,273
Ultraprocessados (%)	19,62 ± 14-38	18,81 ± 12-29	0,321
Proteínas (g)	54,35 ± 45-68	49,47 ± 38-64	0,105
Carboidratos (g)	260,85 ± 218-304	261,21 ± 208-318	0,590
Lipídeos (g)	67,44 ± 49-81	61,36 ± 44-76	0,197

Os valores de p foram obtidos por meio do teste U de Mann-Whitney para variáveis quantitativas e teste de Qui-quadrado de Pearson para as qualitativas.

Conclusões

O uso de psicotrópicos não se associou a características sociodemográficas, consumo de ultraprocessados, macronutrientes ou deficiências de ferro e vitamina B12. No entanto, quem utilizou esses medicamentos demonstrou maior tempo de adesão ao vegetarianismo. Dessa forma, essa possível relação entre mais anos de prática vegetariana e uso de psicotrópicos deve ser explorada em estudos longitudinais futuros.

Bibliografia

SAHU, Prashant; THIPPESWAMY, Harish; CHATURVEDI, Santosh K. Neuropsychiatric manifestations in vitamin B12 deficiency. **Vitamins and Hormones**, v. 119, p. 457–470, 2022.

SEPÚLVEDA-LIZCANO, Lizeth; ARENAS-VILLAMIZAR, Vivian Vanessa; JAIMES-DUARTE, Enna Beatriz; et al. Metabolic Adverse Effects of Psychotropic Drug Therapy: A Systematic Review. **European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education**, v. 13, n. 8, p. 1505–1520, 2023.