

Efeitos da alga *Chlorella* na qualidade de vida de pacientes com intolerância à glicose e diabetes tipo 2

Caio A. L. Fujiura*, Fernanda Martins, Tamara C. L. Castro, Cristiane O. Torello e Mary Luci de Souza Queiroz

Resumo

O tratamento farmacológico do diabetes tipo 2 apresenta eficácia e melhora alguns parâmetros metabólicos, porém apresenta efeitos colaterais que, em muitos casos, podem piorar a saúde geral do paciente. A alternativa seria a utilização de substância mais natural como a alga *Chlorella*. Frente a isso, foi realizado um estudo para entender o impacto da utilização da *Chlorella* na qualidade de vida dos pacientes, sendo utilizado o questionário, o Short Form-36 Health Survey (SF-36).

Palavras-chave:

Diabetes tipo 2, *Chlorella*, qualidade de vida.

Introdução

Atualmente, a Sociedade Brasileira de Diabetes estima que uma epidemia de Diabetes esteja em curso, destacando a magnitude do problema. (1). A alga *Chlorella* é considerada uma planta adaptógena ou modificadora da resposta biológica por sua habilidade de aumentar a resistência do hospedeiro frente a uma variedade de estresses químicos, físicos e biológicos, sem alterar as funções normais do organismo, além do requerido para a promoção de uma resistência não específica (2-4). A Diabetes mellitus tipo 2 (DM2) está relacionada com a alta mortalidade, morbidades, mau estado geral e perda na qualidade de vida dos pacientes (5). Nosso objetivo foi avaliar o impacto do uso de *Chlorella* na qualidade de vida de pacientes com DM2, intolerância à glicose (IG) e controle (CT) utilizando o *Short Form-36 Health Survey* (SF-36). Nos 6 primeiros meses, 8 comprimidos (1,6g) e nos 6 meses finais, 15 comprimidos (3g) de *Chlorella* foram ingeridos com água diariamente por cada voluntário durante o café da manhã. Os questionários aplicados no início do estudo (T0), 6 (T6) e 12 (T12) meses após a ingestão da alga.

Resultados e Discussão

A população do estudo foi de 31 pessoas com DM2, 22 pessoas com IG e 23 pessoas (Tabela 1).

Tabela 1: Características da população de estudo:

	DM2 n=31	IG n=22	CT n=23
Homens	6	13	4
Mulheres	25	9	19
Média de idade (anos)	59,6±9,2	53,3±9,5	40±12,2

Nossos resultados demonstram melhora significativa na qualidade de vida de todos os grupos avaliados (DM2, IG e CT), após 6/12 meses de utilização da alga. (figura 1-3).

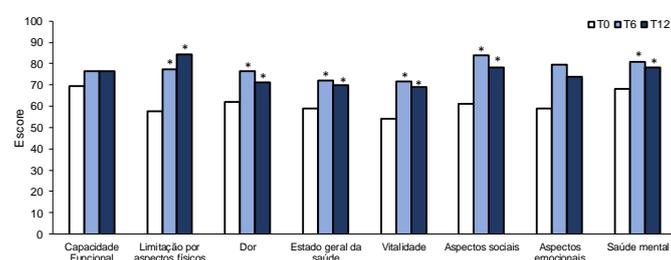


Figura 1: Médias dos escores de cada domínio do SF-36 do grupo DM2 em T0, T6 e T12. *P<0,05.

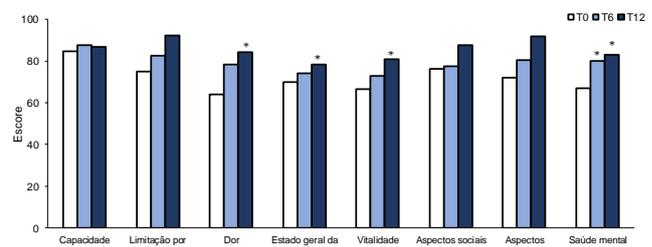


Figura 2: Médias dos escores de cada domínio do SF-36 do grupo IG em T0, T6 e T12. *P<0,05.

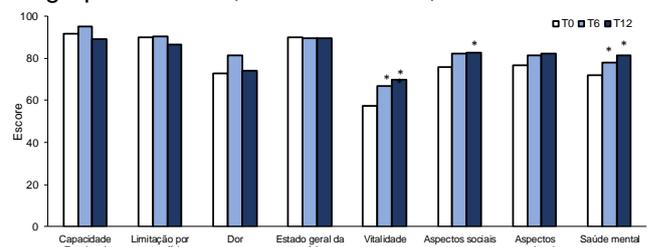


Figura 3: Médias dos escores de cada domínio do SF-36 do grupo CT em T0, T6 e T12. *P<0,05.

ESTUDOS DA LITERATURA	Intervenção	Resultados
Pacientes com câncer de mama ¹⁴	7,2g/dia/4 sem	Aumento da disposição; Pele mais hidratada.
Pacientes com hepatite C ¹⁵	9,4g/dia/12 sem	Melhora nos seus níveis de energia e na sua percepção de saúde geral.
Pacientes com depressão maior ¹⁶	1,8g/dia/6 sem	Melhora no controle dos sintomas cognitivos da depressão e ansiedade.

Conclusões

Os resultados são relevantes, uma vez que a melhora da qualidade de vida possibilita uma maior adesão do paciente ao tratamento.

1. DIRETRIZES DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES 2013-2914.
2. Lazarev NV, 1947. 7th All- union Congr. Physiol., Biochem., Pharmacol. Medgiz, Moscow.
3. Brekhan II, Dardymov IV. Annu Rev Pharmacol 1969; 9:419-30.
4. Noda K, Ohno N, Tanaka K, et al. Phytother Res 1998; 12:309-19.
5. Cherng J, Shih M. *Life Sci* 2006; 78:1181-6.
6. Panahi Y, Badeli R, Karami G-R, Badeli Z, Sahebkar A. A randomized controlled trial of 6-week *Chlorella vulgaris* supplementation in patients with major depressive disorder. *Complement Ther Med*. 2015;23(4):598-602.
7. Gusmai L de F, NOvato T de S, NOgueira L de S. A influencia da qualidade de vida na adesão ao tratamento do paciente diabético: revisão sistemática. *Rev Esc Enferm USP*. 2015;49(5):839-46.