

DIETA E DERMATOLOGIA



HOMEOTERÁPICA FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

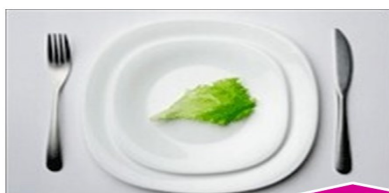
ACNE

Os pacientes geralmente perguntam sobre modificações dietéticas, como forma de prevenir ou controlar as doenças de pele. Responder a estas perguntas é muitas vezes um desafio, uma vez que existem vários resultados contraditórios neste tópico. Algumas pesquisas básicas e pesquisas baseadas em evidências já permitem responder com segurança algumas questões dos pacientes relacionadas a modificações dietéticas e o efeito terapêutico em patologias como dermatite atópica e acne. O mecanismo dermato-endocrinológico do índice glicêmico/carga glicêmica e do leite, bem como o efeito da suplementação com probióticos e prebióticos sobre a acne são descritos nesse resumo

Importante

- Ensaios clínicos randomizados com evidências bioquímicas e histopatológicas comprovam o benefício de uma dieta hipocalórica/baixo índice glicêmico para pacientes com acne
- Embora estudos observacionais sugiram que o consumo frequente de leite determina um maior risco de acne, ensaios clínicos randomizados são necessários antes que essa recomendação dietética possa ser feita
- Pequenos ensaios têm mostrado até 80% de melhora clínica em pacientes com acne usando probióticos
- Os probióticos podem reduzir a inflamação na acne por diminuição da liberação de citocinas inflamatórias, recrutamento de células CD8 e ativação de células T reguladoras
- Os probióticos e prebióticos possuem um papel na resposta inflamatória e função barreira além de propriedades antimicrobianas

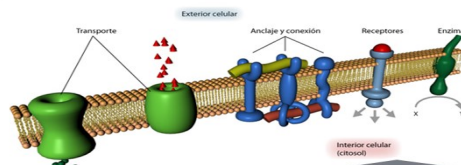
BENEFÍCIO DE UMA DIETA HIPOCALÓRICA EM PACIENTES COM ACNE



Restrição calórica
retarda as disfunções
orgânicas



Antioxidantes
Fitoquímicos
Probióticos



modula a expressão de genes relacionados a
expressão de citocinas inflamatórias e regula
a atividade de enzimas e hormônios

IGF-1 é conhecida por estimular fatores chave na patogênese da acne

Índice glicêmico/carga glicêmica

Muitos pacientes acreditam que a dieta contribui para o tratamento da acne. A relação entre dieta e acne tem emergido como um tópico relevante, com mais de 10 revisões voltadas a esse tema nos últimos 10 anos. A dieta dos habitantes de a ilha de Kitavan - Papua Nova Guiné e de indígenas do Paraguai, é basicamente composta de plantas minimamente processadas e alimentos de origem animal, uma dieta desprovida dos carboidratos típicos da dieta ocidental. Observou-se que a acne está ausente nestas populações, sugerindo que uma dieta de baixo índice gli-

cêmico (IG) e baixa carga glicêmica (CG) e consequentemente ausência de hiperinsulinemia, que está associada a cascata endócrina, possa ser responsável por isso. O Mecanismo dermoendócrino que liga o IG/GC da dieta e a acne já foi descrito. Uma dieta com alto IG/CG leva a hiperinsulinemia, que inicia uma cascata de sinalização resultando no aumento da insulina e da atividade fator de crescimento semelhante a insulina tipo 1 (IGF-1) e diminui a atividade da proteína ligadora 3 de IGF (IGFBP-3). A diminuição da IGFBP-3 efetivamente aumenta a biodisponibilidade de IGF

-1, resultando na sua ativação. IGF-1 é conhecida por estimular fatores chave na patogênese da acne, incluindo proliferação de queratinócito e lipogênese. Ambos aumento da insulina e de IGF-1 aumenta a síntese de andrógenos gonadal e adrenal, diminui a síntese hepática de globulina ligante de hormônio sexual (SHBG), e desinibe receptores androgênicos, assim ativando diretamente e aumentando a biodisponibilidade de andrógenos. O aumento de andrógenos aumenta a produção de sebo e contribui para a patogênese da acne.

Bronsnick et al. *Am. Acad. Dermatol.* December 2014.

Probióticos e Prebióticos na acne

Probióticos reduzem a inflamação pela regulação negativa da expressão de genes relacionados à liberação de citocinas inflamatórias

A fisiopatologia da acne envolve excesso de produção de sebo, hiperqueratinização folicular, hipercolonização por *Propionibacterium acnes* e inflamação. Esses fatores podem ser agravados com o estresse. O estresse pode também alterar o microambiente intestinal, incentivando o crescimento excessivo de bactérias e a estagnação do trânsito e assim comprometer a barreira intestinal. 54% de pacientes com acne vulgaris têm alterações marcantes da microflora intestinal, a constipação é mais frequente em adolescentes com disfunções das glândulas sebáceas, incluindo acne. E concentrações de lactobacilos e bífido bactérias são significativamente menores em pacientes constipados. Um dos po-

tenciais benefícios que os probióticos sistêmicos podem oferecer é a redução da inflamação em pacientes com acne provavelmente causada pela regulação negativa da expressão de genes relacionados à liberação de citocinas inflamatórias e recrutamento de Células T CD8 enquanto activa células T reguladoras. Probióticos podem também diminuir o conteúdo de sebo, o que pode levar a menor colonização folicular por *P. acnes* e, portanto, diminuir inflamação. Uma triagem com probióticos demonstrou 80% de melhora clínica dos pacientes com acne após a suplementação oral com *Lactobacillus acidophilus* e *Lactobacillus*

bulgaricus. Um estudo recente (n = 36) mostrou melhoria estatisticamente significativa na contagem de lesão inflamatória, da contagem total da lesão e do grau clínico de acne após consumo diário de *Lactobacillus* por 12 semanas em comparação com o placebo. Probióticos produzem bacteriocinas e ácidos orgânicos com propriedades antimicrobianas, assim como, modula o nível de interleucina-8 (IL-8), um quimioatratante de neutrófilos e dessa forma modula a atividade dessas células. Assim a normalização da microflora intestinal com o uso de probióticos e prebióticos possui um efeito positivo sobre várias condições da pele.

Baquerizo et al. *J. Am. Acad. Dermatol.* October, 2014.