

## Catastrofização da dor e fenótipos de saúde mental em adultos com dor

*crônica refratária Um estudo de revisão, publicado em 2022 por pesquisadores australianos, apontou que dietas com baixo teor de carboidratos pode ser benéficas para pacientes com dor crônica. Esse achado é importante porque dores crônicas t*

---

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

---

crônica refratária Um estudo de revisão, publicado em 2022 por pesquisadores australianos, apontou que dietas com baixo teor de carboidratos pode ser benéficas para pacientes com dor crônica. Esse achado é importante porque dores crônicas têm sido cada vez mais frequentes na população. Dietas pobres em carboidratos e dietas cetogênicas restringem o consumo de carboidratos: nas primeiras o consumo diário de carboidratos é limitado à 130 g, enquanto nas cetogênicas a 50 g. A restrição

dieta de baixo carboidrato tem ganhado popularidade como terapia nutricional para muitas disfunções, incluindo dor. O estudo analisou 847 ensaios clínicos que avaliaram a influência dessas dietas sobre fatores associados a dor crônica, como inflamação e parâmetros neurológicos. Os resultados apontaram que dietas com baixo teor de carboidratos induziram melhora das condições dolorosas, além da redução dos biomarcadores inflamatórios e aumento dos antioxidantes. Todavia, cabe destacar que a perda de peso associada a essas dietas também pode ter contribuído para redução da dor e de compostos inflamatórios. Portanto, dietas pobres em carboidratos demonstraram ser benéficas para pacientes com dores crônicas, podendo ser uma das alternativas implementadas para pacientes com

essa condição. É importante destacar que toda dieta deve ser feita de forma orientada e com acompanhamento por profissionais de saúde. Referência: Field, R., Field, T., Pourkazemi, F., & Rooney, K. (2022). Low- carbohydrate and ketogenic diets: A scoping review of neurological and inflammatory outcomes in human studies and their relevance to chronic pain. *Nutrition Research Reviews*, 1-25. doi:10.1017/S0954422422000087 Alerta submetido em 13/06/2022 e aceito em 13/06/2022. Escrito por Mariana Bastos de Souza.

---

Fonte: [novo.dol.inf.br/materia/catastrofizacao-da-dor-e-fenotipos-de-saude-mental-em-adultos-com-dor](https://novo.dol.inf.br/materia/catastrofizacao-da-dor-e-fenotipos-de-saude-mental-em-adultos-com-dor) · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE