



CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
BÁRBARA STHEFANNY LOPES CAVALCANTE
FRANCINELE AZEVEDO DINIZ
KALENE NÓBREGA DE SOUSA
HENRIQUE HANDSON LIMA DE MENDONÇA
LUCAS ANJOS DE ARAUJO
MARIA HELENA CABRAL DE ARAÚJO

**A INFLUÊNCIA DA NUTRIÇÃO NA GASTRITE E NA INFECÇÃO POR
HELICOBACTER PYLORI: UMA REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE
ESTRATÉGIAS DIETOTERÁPICAS NO MANEJO CLÍNICO**

Caicó
2025



CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
BÁRBARA STHEFANNY LOPES CAVALCANTE
FRANCINELE AZEVEDO DINIZ
KALENE NÓBREGA DE SOUSA
HENRIQUE HANDSON LIMA DE MENDONÇA
LUCAS ANJOS DE ARAUJO
MARIA HELENA CABRAL DE ARAÚJO

**A INFLUÊNCIA DA NUTRIÇÃO NA GASTRITE E NA INFECÇÃO POR
HELICOBACTER PYLORI: UMA REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE
ESTRATÉGIAS DIETOTERÁPICAS NO MANEJO CLÍNICO**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
apresentado a Universidade Potiguar
como parte das exigências para obtenção
do título de bacharel em Nutrição.

Orientador: Valéria Andrade Mariz

Caicó
2025



LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Artigos que compuseram a amostra final.....	9
---------------------------------------------------------------	---



LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AINEs	Anti-Inflamatórios Não Esteróides
AGCC	Ácidos Graxos de Cadeia Curta
DG	Doença Gástrica
ED	Estratégia Dietoterápica
H. pylori	<i>Helicobacter pylori</i>
IBPs	Inibidores da Bomba de Prótons
LILACS	Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
PubMED	<i>Medical Literature Analysis and Retrieval System Online</i>
SciELO	Biblioteca Eletrônica Científica Online
RB	Revisão Bibliográfica
RI	Revisão Integrativa
UTP	Ultraprocessado



SUMÁRIO

ARTIGO CIENTÍFICO	5
RESUMO	5
INTRODUÇÃO	6
MÉTODOS.....	8
RESULTADOS.....	8
DISCUSSÃO.....	11
CONCLUSÃO.....	13
REFERÊNCIAS.....	14



ARTIGO

**A INFLUÊNCIA DA NUTRIÇÃO NA GASTRITE E NA INFECÇÃO POR
HELICOBACTER PYLORI: UMA REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE
ESTRATÉGIAS DIETOTERÁPICAS NO MANEJO CLÍNICO**

Bárbara Sthefanny Lopes Cavalcante

Francinele Azevedo Diniz

Kalene Nóbrega de Sousa

Henrique Handson Lima de Mendonça

Lucas Anjos de Araujo

Maria Helena Cabral de Araújo

RESUMO EM PORTUGUÊS

As doenças que acometem o trato gastrointestinal representam um desafio para a saúde pública, atingindo populações em diversos países. O principal foco desta pesquisa foi de investigar o papel da nutrição no tratamento da gastrite e da infecção por *H. pylori*, enfatizando as estratégias que potencializem a resposta terapêutica. Trata-se de uma revisão integrativa (RI), quantitativa e exploratória, que utilizou quatro bases de dados dos últimos cinco anos (2021-2025). Os resultados mostraram que a nutrição influencia positivamente o tratamento da gastrite e da *H. pylori*, favorecendo a modulação inflamatória, a proteção da mucosa gástrica e a potencialização da terapia convencional, sendo que os alimentos que se destacam incluem: alho, gengibre, cúrcuma, chá verde e iogurte bem como compostos como sulforafano e antimicrobianos. Depreende-se que dietas ricas em frutas, vegetais e alimentos fermentados contribuem para a recuperação gástrica, enquanto padrões alimentares inadequados tendem a agravar o quadro clínico.

PALAVRAS-CHAVE: Dietoterapia. Gastrite. *Helicobacter pylori*. Nutrição. Paciente.



INTRODUÇÃO

As doenças do trato gastrointestinal representam um desafio significativo à saúde pública, com destaque para a infecção pela *Helicobacter pylori* (*H. pylori*), bactéria gram-negativa associada a condições como gastrite, úlcera péptica e câncer gástrico (FERREIRA, 2022). A infecção é altamente prevalente, especialmente em regiões com infraestrutura sanitária precária, sendo transmitida principalmente pelas vias fecal-oral e oral-oral (BESAGIO et al., 2021; IKEDA et al., 2024).

O diagnóstico pode envolver métodos invasivos, como a endoscopia com biópsia, ou não invasivos, como testes respiratórios e sorológicos, conforme o quadro clínico e os recursos disponíveis (DENIZAR et al., 2024). O tratamento padrão utiliza antibióticos associados a inibidores da bomba de prótons, porém, a crescente resistência da bactéria tem exigido alternativas terapêuticas, como a terapia quádrupla com bismuto e o uso de estratégias complementares, como a alimentação (IKEDA et al., 2024).

Estudos apontam que a alimentação influencia diretamente a inflamação e a integridade da mucosa gástrica. Dietas ricas em fibras, antioxidantes e probióticos auxiliam na recuperação tecidual e na redução da colonização bacteriana, enquanto alimentos ultraprocessados, álcool e cafeína podem agravar o quadro inflamatório (ELGHANNAM et al., 2024). Além disso, a *H. pylori* pode prejudicar a absorção de ferro e vitamina B12, favorecendo quadros de anemia.

Diante disso, este estudo busca responder à seguinte questão: quais estratégias dietoterápicas podem contribuir para o tratamento da gastrite e da infecção por *H. pylori*? O objetivo principal é analisar, por meio de revisão integrativa, a influência da nutrição na resposta terapêutica e na recuperação da mucosa gástrica. Como objetivos secundários, propõe-se investigar a relação entre hábitos alimentares e a infecção, os impactos nutricionais da bactéria e o papel de compostos bioativos como adjuvantes terapêuticos.



A relevância deste trabalho justifica-se pela necessidade de identificar práticas dietoterápicas eficazes diante do aumento da resistência antimicrobiana e da alta prevalência da infecção. Assim, espera-se que a nutrição seja reconhecida como estratégia complementar e preventiva no manejo clínico das doenças gástricas.

METODOLOGIA

Este estudo configura-se como uma revisão bibliográfica (RB) do tipo integrativa, quantitativa e de abordagem exploratória.

Para esta pesquisa foram consideradas as bases de dados: a *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (PubMed), a Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO), a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e o Google Scholar Acadêmico, através das palavras-chave encontrada no Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): "Dietoterapia", "Gastrite", "*Helicobacter pylori*" "Nutrição" e "Paciente" conectados pelo operador booleano "and".

Os critérios de inclusão foram: materiais publicados entre 2021 e 2025, que falassem ao mesmo tempo sobre vantagens e desvantagens, e além disso, foram considerados apenas bibliografias em português, inglês e espanhol e os publicados na íntegra. Já os de exclusão foram: os duplicados e os que não atenderam os de inclusão, principalmente relacionados aos anos publicados. A busca por essas bibliografias foi feita no mês de janeiro de 2025.

Inicialmente, foram encontrados 620 artigos. Após a leitura dos títulos, 217 foram selecionados. Em seguida, com a análise dos resumos, 54 foram considerados relevantes para leitura na íntegra. Ao final do processo, 8 artigos compuseram a amostra final. Como a pesquisa não envolveu seres humanos, não foi apreciado por qualquer comitê de ética.

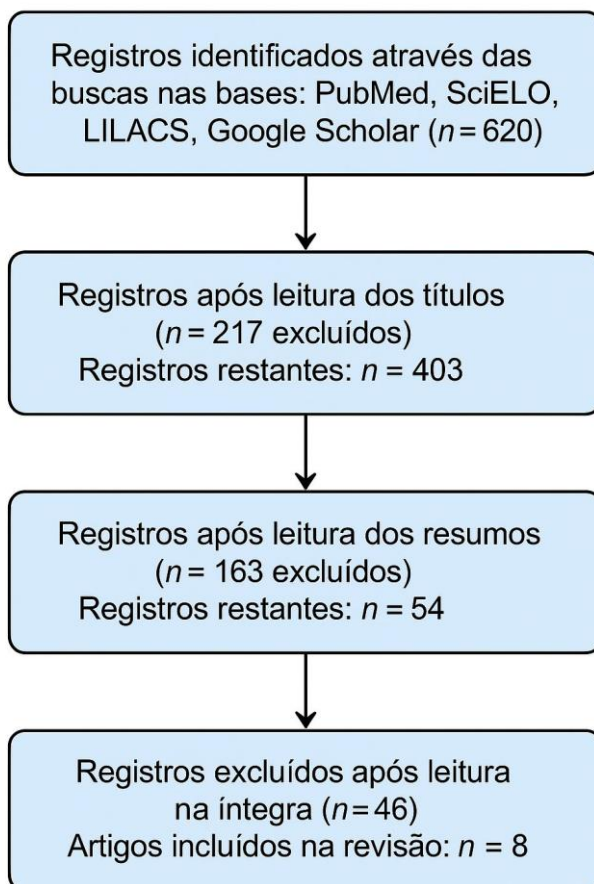


RESULTADOS

A RI incluiu 8 artigos que investigaram a relação entre a nutrição e a gastrite associada à *H. pylori*. Ademais, a maioria dos trabalhos avaliaram o uso de alimentos funcionais, compostos bioativos e micronutrientes.

Os achados foram, em sua maioria, positivos, indicando benefícios da dieta na modulação inflamatória e na redução da sintomatologia. sendo que os artigos que compuseram foram dos tipos: revisões sistemáticas (3), narrativos (1), ensaios clínicos (2) *in vitro* (1) e também meta-análises (1).

Fluxograma 1: Identificação, seleção, exclusão e inclusão dos estudos



Fonte: autora



Quadro 1 – Artigos que compuseram a amostra final

Autor, ano	População	Intervenção	Resultado principal
Gudej <i>et al.</i> , (2021)	Pacientes com gastrite crônica (n = 48; adultos de ambos os sexos, 23–74 anos).	Beta-glucanas de aveia de alta e baixa massa molar (3% solução oral, 30 dias).	Esses produtos apresentaram um efeito benéfico na diminuição da sintomatologia, promovendo menor dano à mucosa gástrica, melhora nos níveis de ácidos graxos de cadeia curta (AGCC) fecais e no metabolismo antioxidante, sendo um meio de melhorar a saúde dos pacientes.
Park <i>et al.</i> , (2021)	Camundongos C57BL/6 infectados com <i>H. pylori</i> (n = 140).	Dieta com nozes (100 ou 200 mg/kg) por até 36 semanas.	A noz reduziu a inflamação gástrica, preveniu lesões tumorais e modulou positivamente genes inflamatórios e antioxidantes. Portanto, a nutrição torna-se essencial, mas não substitui os tratamentos convencionais
Ullah <i>et al.</i> , (2021)	Pacientes com infecção por <i>Helicobacter pylori</i> (24 ensaios clínicos revisados).	Extratos vegetais (ex: brócolis, cúrcuma, Nigella sativa) e micronutrientes (vitaminas C e E).	Extratos como brócolis, cúrcuma e Gutgard, e vitaminas C e E, mostraram benefício principalmente quando associados à terapia convencional, porém, apenas o Gutgard foi eficaz isoladamente.
Tavares, Ferreira e Rodrigues (2022)	Pacientes bariátricos (revisão com foco em indivíduos submetidos a bypass gástrico; 24–67% positivos para <i>H. pylori</i>).	Dieta equilibrada e terapia nutricional com alimentos funcionais (ricos em compostos bioativos naturais).	A nutrição é essencial na diminuição da sintomatologia e para isso, deve-se introduzir alimentos funcionais, tais como: gengibre, óleo de coco, ômega-3, iogurtes, aveias frutas no geral e vegetais.



Gao <i>et al.</i> , (2023).	Pacientes com gastrite superficial (SG) e gastrite atrófica (AG), com e sem <i>H. pylori</i> (total: 367 de estudos públicos + 78 locais).	Estratégia dietética personalizada baseada em metabólitos exógenos e perfis microbianos gástricos.	Foram recomendados alimentos como soja, cevada e tâmaras para gastrite sem <i>H. pylori</i> e galato para casos com a bactéria, como forma de auxiliar no controle da inflamação e na proteção da mucosa gástrica.
Sözen <i>et al.</i> , (2023)	Pacientes com gastrite associada à infecção por <i>H. pylori</i> (estudo de revisão com foco em adultos e idosos).	Suplementação com micronutrientes (ferro, zinco, selênio, vitaminas C, E, B12 e ácido fólico).	Dietas ricas em frutas, vegetais, vitamina C, sulforafano (brócolis), e probióticos auxiliam na proteção da mucosa gástrica e podem potencializar a erradicação da bactéria. Ademais, alimentos como alho, chá verde, iogurtes e menor consumo de sal mostraram efeitos positivos no manejo da gastrite.
Wang <i>et al.</i> , 2023	Modelos animais (camundongos infectados) e humanos (ensaios clínicos com pacientes positivos para <i>H. pylori</i>).	Uso de alimentos funcionais: brócolis, cranberry, cúrcuma, chá verde, alho e <i>Nigella sativa</i> .	Alimentos como brócolis, cranberry, cúrcuma, alho e chá verde mostraram potencial em reduzir a colonização de <i>H. pylori</i> , modular a inflamação e melhorar a resposta à terapia convencional, embora raramente promovam erradicação completa.
Subedi <i>et al.</i> , (2024)	60 amostras de alho (30 da variedade nepalesa e 30 da chinesa); testes in vitro com cepas clínicas de <i>H. pylori</i> .	Aplicação de extrato aquoso de alho sobre culturas de <i>H. pylori</i> isoladas de biópsias gástricas humanas.	A variedade nepalesa mostrou maior atividade antimicrobiana, com zona de inibição de até 16 mm contra <i>H. pylori</i> , justificando seu uso tradicional no tratamento da gastrite.

Fonte: autora



Os resultados deste estudo mostraram que a nutrição é essencial no tratamento da gastrite e da infecção por *H. pylori*, especialmente quando associada à terapia convencional, visto que alimentos funcionais como gengibre, ômega-3, iogurtes, aveia, frutas, vegetais, alho, chá verde e cúrcuma contribuem para a redução da inflamação, a proteção da mucosa gástrica e a melhora do metabolismo antioxidante.

Além disso, compostos como sulforafano, galato e o extrato Gutgard — eficaz inclusive de forma isolada — auxiliam na resposta terapêutica, enquanto a noz apresenta efeito anti-inflamatório e preventivo de lesões tumorais, e a variedade nepalesa de alho se destaca pela ação antimicrobiana. Portanto, a dieta atua como um recurso complementar importante, embora não substitua o tratamento medicamentoso.

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como foco central investigar a influência da nutrição no tratamento da gastrite associada à infecção por *H. pylori*, por meio de uma RI da literatura, sendo que, a análise dos dados revelou que EDs têm potencial para atuar de forma complementar à terapia convencional, promovendo benefícios importantes, como a redução da resposta inflamatória, a preservação da mucosa gástrica e a melhora na sintomatologia dos pacientes. Os artigos revisados apontaram, de maneira consistente, que a escolha adequada dos alimentos pode impactar diretamente a evolução clínica, favorecendo o restabelecimento da função gástrica e contribuindo para a qualidade de vida dos indivíduos afetados. Tais achados reforçam a necessidade de se considerar a alimentação como parte do planejamento terapêutico, especialmente em quadros persistentes ou de difícil resolução, como comprovam Gudej *et al.*, (2021), Park *et al.*, (2021) e Ullah *et al.*, (2021).

Santos, Rezende e Ferreira (2023) afirmam que a infecção por *H. pylori* está associada a alterações fisiológicas relevantes no trato gastrointestinal, especialmente no que diz respeito ao processo de digestão e absorção de nutrientes e que a inflamação crônica causada pela bactéria compromete a produção de ácido clorídrico e, conseqüentemente, prejudica a biodisponibilidade de micronutrientes essenciais



como ferro, vitamina B12, zinco e selênio. Esse desequilíbrio nutricional pode levar ao desenvolvimento de anemias, fadiga crônica e alterações imunológicas, dificultando a recuperação clínica e prolongando os sintomas e que por isso a intervenção nutricional assume papel de destaque, uma vez que a oferta adequada desses micronutrientes pode não apenas corrigir as deficiências provocadas pela infecção, mas também fortalecer as defesas do organismo e otimizar os resultados da terapia medicamentosa como comprovam Tavares, Ferreira e Rodrigues (2022).

Paralelamente às consequências metabólicas da infecção, Miranda e Paixão (2024) argumenta que as escolhas dietéticas dos pacientes têm impacto sobre grande influência na gravidade e na progressão do quadro gástrico e que dietas ricas em alimentos UTPs, gorduras saturadas, sal em excesso e bebidas irritantes demonstraram estar associadas a uma piora da inflamação e ao retardo na cicatrização da mucosa. Em contrapartida, hábitos alimentares baseados no consumo regular de frutas, vegetais, grãos integrais, oleaginosas, alimentos fermentados e fontes naturais de antioxidantes apresentaram efeito protetor, tanto por reduzirem o estresse oxidativo quanto por promoverem o equilíbrio da microbiota gástrica como afirmam Gao *et al.*, (2023).

Diversos alimentos (como o alho) e compostos bioativos (como o Glutcard) foram destacados neste estudo como potencialmente benéficos no enfrentamento da infecção por *H. pylori* e da gastrite (Sözen *et al.*, 2023). Li *et al.*, (2024) complementam que o alho, gengibre, cúrcuma, brócolis (rico em sulforafano), chá verde, azeite de oliva, óleo de coco, iogurtes probióticos, tâmaras, cevada e até mesmo a noz apresentaram efeitos anti-inflamatórios, antimicrobianos e antioxidantes que contribuem para a integridade da mucosa e a regulação da resposta imunológica, pois muitos desses alimentos atuam reduzindo a adesão bacteriana à parede gástrica ou modulando vias inflamatórias, como NF- κ B e STAT3, além de favorecerem a produção de AGCC, que exercem efeito trófico sobre o epitélio intestinal.

A busca por alternativas complementares ao tratamento convencional da gastrite associada à *H. pylori* impulsionado investigações sobre o uso de compostos bioativos naturais como agentes coadjuvantes (Wang *et al.*, 2023; Subedi *et al.*, 2024).



Rêgo et al. (2022) afirmam que substâncias presentes em alimentos como cúrcuma, alho, gengibre, chá verde e brócolis exercem efeitos antimicrobianos, antioxidantes e anti-inflamatórios que contribuem para a integridade da mucosa gástrica e a modulação da resposta inflamatória. Ademais, eles reforçam que compostos naturais bioativos, quando utilizados de forma estratégica e associados à terapia medicamentosa, podem potencializar a resposta clínica, reduzindo a resistência bacteriana e os efeitos adversos do tratamento farmacológico. Esses achados dialogam com os discutidos nesta revisão, ao evidenciarem o papel da alimentação como suporte terapêutico eficaz.

Portanto resultados encontrados nesta revisão abrem caminho para avanços importantes no campo da nutrição clínica aplicada à gastroenterologia, sendo que, segundo Rueda-Robles *et al.*, (2021), a adoção de EDs direcionadas, com ênfase na escolha de alimentos anti-inflamatórios e protetores da mucosa, mostra-se promissora tanto na prática clínica quanto na formulação de diretrizes de cuidado integrado. Além disso, pesquisas futuras, com amostras mais robustas, maior controle das variáveis e padronização das intervenções, poderão não apenas confirmar os efeitos observados, mas também permitir o desenvolvimento de protocolos específicos voltados à prevenção e ao tratamento da gastrite associada à *H. pylori*. Sendo assim, a atuação do nutricionista como parte da equipe multiprofissional torna-se indispensável, contribuindo para uma abordagem mais abrangente, eficaz e centrada nas necessidades reais dos pacientes.

CONCLUSÃO

O objetivo principal desta pesquisa foi de investigar, por RI, o papel da nutrição no tratamento da gastrite e da infecção por *H. pylori*, enfatizando as estratégias que potencializem a resposta terapêutica.

Depreende-se que a nutrição influencia positivamente o tratamento da gastrite e da infecção por *H. pylori*, favorecendo a modulação inflamatória, a proteção da mucosa gástrica e a potencialização da terapia convencional. Além disso, alimentos como alho, gengibre, cúrcuma, chá verde, iogurte, aveia, brócolis, noz e ômega-3,



bem como compostos como sulforafano, galato e Gutgard, destacaram-se pelos efeitos anti-inflamatórios, antioxidantes e antimicrobianos.

Vale ressaltar que a infecção afeta a absorção de micronutrientes e que dietas ricas em frutas, vegetais e alimentos fermentados contribuem para o equilíbrio da microbiota e a recuperação gástrica, enquanto padrões alimentares inadequados tendem a agravar o quadro clínico.

Apesar dos avanços já observados, ainda são necessárias mais pesquisas clínicas de longo prazo e com maior rigor metodológico para confirmar os efeitos terapêuticos dos alimentos e compostos bioativos no tratamento da gastrite e da infecção por *H. pylori*, bem como para definir protocolos nutricionais mais eficazes e individualizados.



REFERÊNCIAS

- BESAGIO, B. P. *et al.* Câncer gástrico: Revisão de literatura Gastric Cancer: A Literature Review. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 4, p. 16439-16450, 2021.
- DENIZAR, J. G. M. *et al.* Doença ulcerosa péptica: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 7, p. 3004-3015, 2024.
- ELGHANNAM, M. T. *et al.* Helicobacter pylori and oral–gut microbiome: Clinical implications. **Infection**, v. 52, n. 2, p. 289-300, 2024.
- FERREIRA, R. A. A. Helicobacter pylori nas inflamações gastrointestinais. *In:* SILVA, F. da S. **Enfermagem: contextualizando a educação em saúde**. 1ª ed. São Paulo: Editora Científica Digital, p. 105-115, 2022.
- GAO, X. *et al.* Predicting Personalized Diets Based on Microbial Characteristics between Patients with Superficial Gastritis and Atrophic Gastritis. **Nutrients**, v. 15, n. 22, p. 4738, 2023.
- GUDEJ, S. *et al.* Clinical outcomes after oat beta-glucans dietary treatment in gastritis patients. **Nutrients**, v. 13, n. 8, p. 1-12, 2021.
- IKEDA, P. *et al.* Impacto do tratamento da infecção por Helicobacter pylori: um relato de caso. **Caderno Pedagógico**, v. 21, n. 6, p. 1-10, 2024.
- LI, P. *et al.* Study of Helicobacter pylori infection in patients with chronic atrophic gastritis and its relationship with lifestyle habits and dietary nutrient intake: A retrospective analysis. **Medicine**, v. 103, n. 2, p. 1-7, 2024.
- MIRANDA, D. H.; PAIXÃO, I. V. **Avaliação da associação do comportamento alimentar e o câncer gástrico: revisão sistemática**. 2024. 21f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Medicina) - Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2024.
- PARK, J. M. *et al.* Dietary intake of walnut prevented Helicobacter pylori-associated gastric cancer through rejuvenation of chronic atrophic gastritis. **Journal of Clinical Biochemistry and Nutrition**, v. 68, n. 1, p. 37-50, 2021.
- RÊGO, R. Ivyna de Araújo *et al.* Flavonoids-rich plant extracts against Helicobacter pylori infection as prevention to gastric cancer. **Frontiers in Pharmacology**, v. 13, p. 1-8, 2022.



RUEDA-ROBLES, A. *et al.* Impact of dietary patterns on H. pylori infection and the modulation of microbiota to counteract its effect. A narrative review. **Pathogens**, v. 10, n. 7, p. 1-20, 2021.

SANTOS, Patrícia; REZENDE, Antônio; FERREIRA, Karla. PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO CÂNCER GÁSTRICO ATRAVÉS DA DIETOTERAPIA (NUTRIÇÃO). **Repositório Institucional**, v. 1, n. 1, p. 1-12, 2023.

SÖZEN, S. I. *et al.* Nutrition and Helicobacter pylori infection in gastric disease. **World Journal of Advanced Research and Reviews**, v. 18, n. 03, p. 21-30, 2023.

SUBEDI, I. *et al.* Garlic, a functional food used in treatment of gastritis involving Helicobacter pylori infection: a therapeutic approach. **EC Nutrition**, v. 19, p. 01-10, 2024.

TAVARES, P. C. C.; FERREIRA, J. C. de S.; RODRIGUES, A. A. M. A incidência de gastrite em pacientes bariátricos e a terapia nutricional com alimentos funcionais na melhoria da qualidade de vida. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p. 1-12, 2022.

ULLAH, H. *et al.* Vegetable extracts and nutrients useful in the recovery from Helicobacter pylori infection: a systematic review on clinical trials. **Molecules**, v. 26, n. 8, p. 1-15, 2021.

WANG, C. *et al.* Natural foods resources and dietary ingredients for the amelioration of Helicobacter pylori infection. **Frontiers in Medicine**, v. 10, p. 1-11, 2023.