

Resenha do artigo: “A systematic review and meta-analysis of observational studies on the association between animal protein sources and risk of rheumatoid arthritis.”

Jozélio Freire de Carvalho¹

Este artigo é uma resenha do artigo científico publicado na revista *Clinical Nutrition* em 2021 [1].

1. Objetivo do Estudo

O principal objetivo desta revisão sistemática e meta-análise foi investigar a relação entre a ingestão de proteínas de origem animal e o risco de desenvolver artrite reumatoide (AR). Especificamente, os pesquisadores analisaram associações lineares e não lineares entre diferentes fontes de proteínas animais (peixes, carnes vermelhas, aves e laticínios) e a incidência de AR.

- **2. Metodologia**
- **Revisão Sistemática:** Foi realizada uma pesquisa abrangente em bases de dados como MEDLINE, Scopus e Embase, até outubro de 2020, para identificar estudos observacionais que examinaram a relação entre a ingestão de proteínas de origem animal e o risco de AR.
- **CrITÉrios de Inclusão:** Incluíram estudos observacionais que relataram estimativas de risco (RR, OR, HR) para o consumo de proteínas animais em relação à AR. Estudos de coorte e caso-controle foram incluídos.

3. Resultados

Foram incluídos 7 estudos com 457.554 pacientes.

- **Consumo de Peixes:**
 - **Associação Geral:** O consumo elevado de peixes foi inversamente associado ao risco de AR. A análise mostrou que indivíduos no maior nível de consumo de peixes tinham uma redução de 11% no risco de AR (RR: 0,89; IC 95%, 0,80 a 0,99).
 - **Análise de Dose-Resposta:** Um incremento de 100g/dia no consumo de peixes foi associado a

uma redução de 15% no risco de AR (RR: 0,85; IC 95%, 0,73 a 0,98).

- **Associação Não Linear:** Foi encontrada uma associação em forma de U, com o menor risco de AR observado para um consumo de peixe entre 20-30g/dia.
- **Consumo de Carnes Vermelhas:**
 - **Associação Geral:** Não foi observada uma associação significativa entre o consumo de carnes vermelhas e o risco de AR (RR: 0,96; IC 95%, 0,85 a 1,07).
 - **Análise de Dose-Resposta:** Aumentos no consumo de carne vermelha (100g/dia) não mostraram uma relação significativa com o risco de AR (RR: 0,98; IC 95%, 0,93 a 1,02).
- **Consumo de Laticínios e Aves:**
 - **Laticínios:** Não foi encontrada uma associação significativa entre o consumo de laticínios e o risco de AR (RR: 0,95; IC 95%, 0,70 a 1,28).
 - **Aves:** Da mesma forma, o consumo de aves não mostrou associação significativa com o risco de AR (RR: 1,05; IC 95%, 0,84 a 1,31).

4. Limitações do Estudo

- **Viés dos Estudos:** Os estudos observacionais incluídos podem estar sujeitos a vieses de seleção, recordação e causalidade reversa.
- **Heterogeneidade:** Houve variações na metodologia e nos instrumentos de avaliação dietética utilizados pelos estudos, o que pode ter influenciado os resultados.

¹Núcleo de Pesquisa em Doenças Crônicas não Transmissíveis (NUPEC), School of Nutrition from the Federal University of Bahia, Salvador, Bahia, Brazil.

- **Número de Estudos:** O número limitado de estudos sobre algumas fontes de proteína, como laticínios e aves, sugere que os resultados devem ser interpretados com cautela.

5. Conclusão

O consumo de peixes está associado a uma redução no risco de AR, enquanto o consumo de carnes vermelhas, laticínios e aves não mostrou associações significativas. Estes achados destacam o potencial papel da dieta na modulação do risco de AR, embora mais estudos sejam necessários para confirmar essas associações.

Referência

Asoudeh F, Jayedi A, Kavian Z, Ebrahimi-Mousavi S, Nielsen SM, Mohammadi H. A systematic review and meta-analysis of observational studies on the association between animal protein sources and risk of rheumatoid arthritis. Clin Nutr. 2021 Jul;40(7):4644-4652.