



UNICEPLAC
CENTRO UNIVERSITÁRIO

Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos - UNICEPLAC
Curso de Medicina
Trabalho de Conclusão de Curso

**Impacto Dos Hábitos De Vida No Manejo Da Vertigem Em Pacientes Com Síndrome De
Ménière**

Gama-DF
2023

MARIA VITÓRIA GRAÇA COUTO DE CAMPOS AMARAL

Impacto Dos Hábitos De Vida No Manejo Da Vertigem Em Pacientes Com Síndrome De Ménière

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Medicina pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Orientador: Prof. Esp. Jader Simão Santana Melo

Gama-DF
2023

MARIA VITÓRIA GRAÇA COUTO DE CAMPOS AMARAL

Impacto Dos Hábitos De Vida No Manejo Da Vertigem Em Pacientes Com Síndrome De Ménière

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Medicina pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Gama-DF, 01 de novembro de 2023.

Banca Examinadora

Prof. Esp. Jader Simão Santana Melo
Orientador

Prof. MSc. Alessandro Ricardo Caruso da Cunha
Examinador

Prof. Dr. Carlos de Almeida Baptista Sobrinho
Examinador

Impacto Dos Hábitos De Vida No Manejo Da Vertigem Em Pacientes Com Síndrome De Ménière

Maria Vitória Graça Couto de Campos Amaral¹

Resumo:

A doença de Ménière (MD) é caracterizada por ataques recorrentes de vertigem, perda auditiva variável e zumbido e sensação de plenitude auricular. O tratamento envolve recomendações dietéticas, medicamentos e, em casos graves, cirurgia, visando reduzir a frequência e intensidade dos episódios de vertigem. O objetivo deste trabalho foi investigar o impacto dos hábitos de vida relacionados à dieta na intensidade da vertigem em pacientes com síndrome de Ménière; Avaliar os efeitos da redução de sódio na dieta na redução da vertigem em pacientes com síndrome de Ménière; Avaliar os efeitos da melhora dos hábitos alimentares, incluindo redução de sódio e cafeína, na redução da vertigem em pacientes com síndrome de Ménière; Caracterizar a influência da glicemia na frequência dos episódios de vertigem em pacientes com síndrome de Ménière. Realizou-se uma revisão da literatura nas plataformas PubMed, SciELO e Cochrane, que destacou o impacto positivo da restrição de sódio na gestão da MD, resultando em redução dos episódios de vertigem. A dieta de baixo sódio e cafeína correlaciona-se com melhoria dos sintomas, enfatizando que a aderência prolongada a essas mudanças dietéticas. Além disso, pacientes com MD e diabetes mellitus enfrentam episódios mais graves de vertigem. Dessa forma, os estudos ressaltam a significativa importância das estratégias dietéticas e do controle glicêmico na gestão da vertigem na síndrome de Ménière, oferecendo orientações pertinentes para a prática clínica. Entretanto, é importante observar que a quantidade limitada de estudos publicados nesta área destaca a necessidade de investigações adicionais.

Palavras-chave: Síndrome de Ménière; Vertigem; Dieta.

Abstract:

Meniere's disease (MD) is characterized by recurrent attacks of vertigo, variable hearing loss, tinnitus and a feeling of fullness in the ear. Treatment involves dietary recommendations, medications, and, in severe cases, surgery, aiming to reduce the frequency and intensity of vertigo episodes. The objective of this study was to investigate the impact of diet-related lifestyle habits on the intensity of vertigo in patients with Meniere's syndrome; assess the effects of reducing sodium in the diet on vertigo reduction in patients with Meniere's syndrome; evaluate the effects of improved dietary habits, including reduced sodium and caffeine, on vertigo reduction in patients with Meniere's syndrome; characterize the influence of blood sugar levels on the frequency of vertigo episodes in patients with Meniere's syndrome. A literature review was conducted on the PubMed, SciELO, and Cochrane platforms, highlighting the positive impact of sodium restriction in MD management, resulting in a significant reduction in vertigo episodes. Low-sodium and caffeine diets are correlated with improved vertigo symptoms. Additionally, patients with MD and diabetes mellitus experience more severe vertigo. These studies highlight the significant importance of dietary strategies and glycemic control in managing vertigo in Meniere's syndrome, providing relevant guidance for clinical practice. However, it's important to note that the limited quantity of published studies in this area highlights the need for additional research.

¹Graduanda do Curso Medicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: maria.amaral@medicina.uniceplac.edu.br.