

EFEITOS DA SUPLEMENTAÇÃO DIETÉTICA DE *PANAX GINSENG* NO ESTADO NUTRICIONAL E PERFIL METABÓLICO DE INDIVÍDUOS COM EXCESSO DE PESO: UMA REVISÃO (APOIO UNIP)

Aluno: Mateus Camara Dias

Orientadora: Profa. Dra. Renata Costa Fortes

Curso: Nutrição

Campus: Brasília

O objetivo deste estudo foi fazer uma revisão bibliográfica sobre o efeito da suplementação dietética de *panax ginseng* no estado nutricional e no perfil metabólico de indivíduos com excesso de peso. Foi feita uma revisão bibliográfica dos últimos 10 anos, nos bancos de dados SciELO, LILACS, PubMed e Cochrane, nos idiomas inglês, português e espanhol, com o uso das seguintes palavras-chave: *panax ginseng*, metabolismo, *metabolic disease*, *obesity* e *overweight*, metabolismo, obesidade, excesso de peso e doenças metabólicas. A presente pesquisa avaliou na literatura científica artigos de 2007 a 2017. Foram encontrados 73 artigos com o tema selecionado, porém apenas 5 passaram pelo critério de inclusão e se encontravam de acordo com a metodologia do estudo. Foram excluídos estudos que não eram feitos com seres humanos e em que os pacientes eram saudáveis não obesos e aqueles que não se relacionavam com o tema em questão. Nesses 5 artigos encontrados, foi vista uma mudança grande entre metodologias em relação a tempo de intervenção, quantidade de indivíduos, estudos e dose de *panax ginseng*. A metodologia de todos os estudos foi o principal fator limitante. Conclui-se que o efeito do *panax ginseng* sobre o metabolismo de indivíduos com excesso de peso é inconsistente, necessitando de mais estudos para provar sua eficácia.