

INFLUÊNCIA DOS HÁBITOS DE VIDA NO DESENVOLVIMENTO E CONTROLE DA DERMATITE ATÓPICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

LIFESTYLE HABITS INFLUENCE ON THE DEVELOPMENT AND CONTROL OF ATOPIC DERMATITIS: AN INTEGRATIVE REVIEW

ANA LUIZA SANTOS LIRA¹ , MARIANA DUTRA BEZERRA¹ , MARIANA MOURA DE FARIAS¹ , MILENA RAMOS FARIAS¹ ,
MILENA NUNES ALVES DE SOUSA¹ 

1. Centro Universitário de Patos, UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

Revista UNILUS Ensino e Pesquisa (RUEP), v. 22, n. 68, jul./set. 2025

RESUMO

Introdução: A dermatite atópica é uma inflamação crônica da pele associada a fatores genéticos, ambientais e imunológicos. O estilo de vida influencia diretamente na manifestação da doença, sendo a alimentação saudável e a mudança de vida hábitos fundamentais para o controle dos sintomas. Determinantes sociais também impactam na saúde dos pacientes. **Objetivo:** Analisar e sintetizar a literatura atualizada sobre como o estilo de vida impacta na saúde de pacientes com dermatite atópica, incluindo os fatores que podem interferir positivamente e negativamente no surgimento da doença. **Métodos:** Consistiu em uma revisão integrativa de literatura, por meio da busca nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde, National Library of Medicine - National Center for Biotechnology Information, ZB MED Search Portal for Life Sciences e Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, a partir de Descritores em Ciências da Saúde em inglês e português "Dermatitis, atopic" e "Life style"; "Dermatite atópica" e "Estilo de vida", utilizando o operador booleano "AND" para estratégia de procura e os operadores não booleanos, para os DeCS compostos (uso das aspas duplas). Sendo inicialmente encontrados 195 artigos e selecionados 16 publicações. **Resultados:** A partir dos artigos analisados, foi observado que os principais fatores do estilo de vida dos pacientes, que impactam o prognóstico da Dermatite Atópica, é a alimentação e o tabagismo. Além disso, a higiene, prática de exercícios físicos, o estresse, os hábitos de sono, presença de animais domésticos, etilismo e a amamentação também influenciam na DA. **Conclusões:** Foi possível observar que existe relação direta entre aspectos do estilo de vida, como alimentação, tabagismo, estresse e prática de exercícios físicos e o desenvolvimento ou piora do quadro da DA.

ABSTRACT

Background: Atopic dermatitis is a chronic skin inflammation associated with genetic, environmental, and immunological factors. Lifestyle directly influences the manifestation of the disease, with a healthy diet and appropriate lifestyle changes being essential for symptom control. Social determinants also impact patients' health. **Objective:** To analyze and synthesize the updated literature on how lifestyle impacts the health of patients with atopic dermatitis, including factors that may interfere positively and negatively with the onset of the disease. **Methods:** This consisted of an integrative literature review, using searches in the following databases: Virtual Health Library, National Library of Medicine - National Center for Biotechnology Information, ZB MED Search Portal for Life Sciences, and CAPES Periodicals, using the descriptors in Health Sciences in both English and Portuguese: "Dermatitis, atopic" and "Life style"; "Dermatite atópica" and "Estilo de vida," applying the Boolean operator "AND" for search strategy and non-Boolean operators for the compound DeCS (using double quotation marks). Initially, 195 articles were found, and 16 publications were selected. **Results:** From the articles analyzed, it was observed that the main factors in patients' lifestyle, which impact the prognosis of Atopic Dermatitis, are diet and smoking. Furthermore, hygiene, physical exercise, stress, sleeping habits, presence of pets, alcohol consumption and breastfeeding also influence AD. **Conclusions:** It was possible to observe a direct relationship between lifestyle aspects such as diet, smoking, stress, and physical exercise, and the development or worsening of atopic dermatitis.

Descritores: Eczema. Estilo de vida. Alimentação. Tabagismo.

Keywords: Eczema. Lifestyle. Food. Smoking.

Citation: LIRA ALS, BEZERRA MD, FARIAS MM DE, FARIAS MR, SOUSA MNA DE. LIFESTYLE HABITS INFLUENCE ON THE DEVELOPMENT AND CONTROL OF ATOPIC DERMATITIS: AN INTEGRATIVE REVIEW. Revista UNILUS Ensino e Pesquisa [Internet]. 2025 Dec;22(68):11–6. Available from: <http://revista.lusiada.br/index.php/ruep/article/view/2081/u2025v22n68e2081>

Todos os autores declaram não haver nenhum conflito de interesses potencial relacionado com este artigo.

Correspondência: Milena Nunes Alves de Sousa. milenanunes@fiponline.edu.br

Artigo recebido em 28/02/2025, aprovado em 07/03/2026.



Ruep.2025;68(22):e2081

INTRODUÇÃO

A Dermatite Atópica (DA) é uma doença inflamatória de pele crônica que apresenta lesões que se caracterizam por bolhas, exsudatos, eritema, em níveis agravados pode apresentar descamação [1]. Além disso, está associada a outros tipos de comorbidades, como infecções cutâneas e extra cutâneas, psoríase, dermatite de contato e alterações mentais [2]. A fisiopatologia não é completamente conhecida, podendo estar associada à genética, a fatores ambientais, ao sistema imune ou a alteração da microbiota, desencadeando uma resposta inflamatória devido a liberação de citocinas [2-3].

Em suma, o estilo de vida é um conjunto de comportamentos, hábitos e escolhas que uma pessoa adota no seu dia a dia, abrange aspectos como alimentação, prática de atividades físicas, qualidade do sono, uso de substâncias como álcool e tabaco, níveis de estresse e interação com o ambiente e as pessoas ao seu redor [4-5]. Além disso, o estilo de vida não se caracteriza apenas pela soma de elementos que formam um sistema complexo, esses elementos devem interagir entre si, transformando-se mutuamente e alterando o sistema como um todo [6].

Nesse contexto, pesquisa voltada à análises epidemiológicas de comportamentos de risco em relação à doenças crônicas não transmissíveis, apontou hábitos relacionados ao estilo de vida, como sedentarismo, alimentação inadequada, tabagismo e consumo excessivo de álcool [7]. Sabe-se também que os determinantes de saúde possuem influência na construção do conceito de estilo de vida saudável, fatores como idade, sexo, etnia, gênero, condições de trabalho, além de fatores sociais, econômicos, históricos, políticos e culturais, moradia, renda, saneamento básico, educação, lazer, transporte, acesso a bens e serviços essenciais, relacionamentos e religiosidade [4-8].

Na DA, o estilo de vida também tem um papel importante, especialmente em relação à dieta. O consumo de alimentos básicos, como leite, manteiga, arroz e leguminosas têm sido associados a um risco reduzido de eczema. A incorporação desses alimentos regularmente na dieta apresenta um estilo de vida que favorece a ingestão de nutrientes importantes, como antioxidantes do leite, zinco e ácido fólico das leguminosas, que contribuem para a saúde da pele e a redução de processos inflamatórios. Além disso, o consumo de manteiga, ao invés de margarina, é uma boa escolha visto que evita ácidos graxos trans pró-inflamatórios, que estão associados ao desenvolvimento de doenças alérgicas. Esse padrão alimentar, parte de um estilo de vida, pode proteger contra condições alérgicas como o eczema, destacando a importância da dieta na manutenção da saúde [9].

Outros aspectos do estilo de vida incluem relação com tabagismo, mostrando que esse fator tem forte impacto na dermatite atópica, estudos apontam que o tabagismo ativo está significativamente associado a uma maior chance de desenvolver essa condição, porém o fumo passivo também contribui para o quadro [10].

Portanto, o objetivo do atual trabalho é analisar e sintetizar a literatura atualizada sobre como o estilo de vida impacta na saúde de pacientes com dermatite atópica, incluindo os fatores que podem interferir positivamente e negativamente no surgimento da doença, bem como na qualidade de vida dessas pessoas e, por meio disso, possibilitar uma perspectiva justa sobre o assunto e identificar possíveis lapsos nos estudos analisados, para novas pesquisas possíveis sobre o impacto do estilo de vida em portadores de DA.

MÉTODO

Revisão integrativa da literatura, um método científico caracterizado por ser um tipo de revisão sistemática qualitativa que possui o objetivo de compilar, examinar, analisar e criticar pesquisas de diferentes abordagens, empíricas, teóricas, experimentais ou não, que tratam de questões e temas específicos, buscando fornecer conclusões sobre a produção científica relacionada a um objeto de estudo determinado [11].

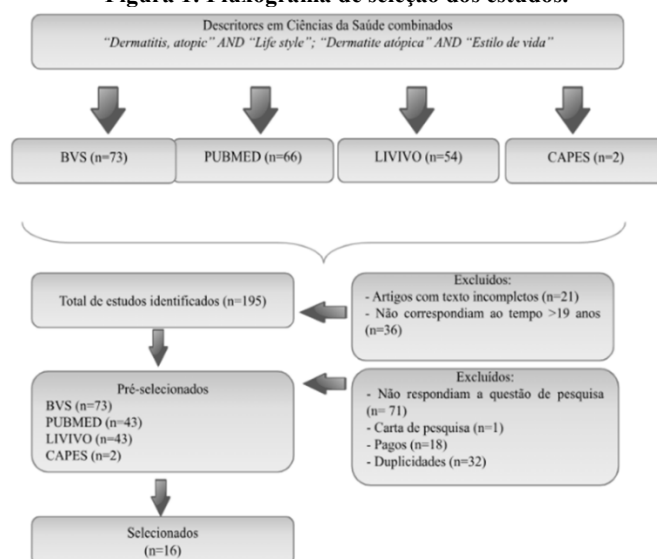
O estudo foi conduzido em seis etapas. A primeira contempla a escolha do tema e a definição da questão norteadora, seguida pelo estabelecimento dos critérios de exclusão e inclusão da pesquisa. Após isso, realiza-se a identificação dos trabalhos e sua pré-seleção e seleção. A quarta etapa se trata da caracterização ou/e em alguns casos a subcategorização dos trabalhos selecionados. Em seguida a quinta etapa é realizada, em que ocorre a análise criteriosa dos trabalhos, bem como a apresentação dos resultados. E por fim, a sexta etapa, em que ocorre a apresentação da revisão integrativa e a síntese de todo o conhecimento adquirido [12].

Preliminarmente, foi definida a temática "Influência dos Hábitos de Vida no Desenvolvimento e Controle da Dermatite Atópica: uma Revisão Integrativa" e a questão de pesquisa a ser respondida "Qual o impacto do estilo de vida de pacientes com dermatite atópica?". Em seguida, foram determinadas as palavras-chaves a partir de DeCS em inglês e português "*Dermatitis, atopic*" e "*Life style*"; "*Dermatite atópica*" e "*Estilo de vida*", assim como foi selecionado o operador booleano "*AND*" para estratégia de procura e os operadores não booleanos, para os DeCS compostos (uso das aspas duplas).

Posteriormente, definiram-se como critérios de inclusão: os últimos 19 anos e artigos completos e como exclusão estavam os artigos que eram pagos, artigos repetidos, carta de pesquisa ou não respondiam a questão principal. Para tanto, foram pesquisados nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *National Library of Medicine - National Center for Biotechnology Information (NLM/PubMed)*, *ZB MED Search Portal for Life Sciences (LIVIVO)* e Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Periódicos CAPES).

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 195 artigos foram pré-selecionados, resultando após a filtragem, em um total de 16 artigos (Figura 1).

Figura 1: Fluxograma de seleção dos estudos.



Fonte: Dados de pesquisa, 2024.

Em seguida, os estudos foram categorizados como “Estilo de Vida” e sub categorizados em “Alimentação”, “Higiene”, “Estresse”, “Prática de Exercício físico”, “Hábitos de sono”, “Tabagismo”, “Presença de animais domésticos”, “Etilismo” e “Amamentação”. Em seguida os artigos passaram por análise e interpretação dos dados para, finalmente, ocorrer a realização da síntese de todas as informações coletadas nas pesquisas selecionadas.

RESULTADOS

No quadro 1, verifica-se que o ano de destaque foi 2017 com 18,75% (n=3). Além disso, observa-se que o tipo de estudo mais recorrente foi o Estudo Transversal com 68,75% (n=11). O idioma inglês representa 100% (n=16) dos idiomas dos estudos. Ademais, é notório que há uma predominância em Países asiáticos, com 56,25% (n=9), sendo a China o mais prevalente 25% (n=4).

Quadro 1: Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a RIL.

Autores (Ano)	Título	Idioma e País	Periódico	Tipo
Al-Sahab et al. (2008)	Epidemiology of eczema among Lebanese adolescents	Inglês, Líbano	International journal of public health	Estudo Transversal
Bisgaard (2004)	The Copenhagen Prospective Study on Asthma in Childhood (COPSAC): design, rationale, and baseline data from a longitudinal birth cohort study	Inglês, Dinamarca	Annals of Allergy, Asthma & Immunology	Estudo de Coorte
Brett, Richard e Douglas (2017)	Identification of allergens by IgE-specific testing improves outcomes in atopic dermatitis	Inglês, Estados Unidos	International Journal of Dermatology	Estudo retrospectivo
Cai et al. (2017)	Household environment, lifestyle behaviors, and dietary habits in relation to childhood atopic eczema in Shanghai, China	Inglês, China	International archives of occupational and environmental health	Estudo Transversal
Cui et al. (2014)	Dietary Pattern and Nutrient Intake of Korean Children with Atopic Dermatitis	Inglês; Coreia do Sul	Annals of dermatology	Estudo Experimental
Feldman et al. (2024)	Patients' and caregivers' perspectives of the atopic dermatitis journey	Inglês; China, Hong Kong, Irlanda, Japão e Líbano	Journal of Dermatological Treatment	Revisão de literatura
Lim et al. (2017)	Physical Activity, Sedentary Habits, Sleep, and Obesity are Associated with Asthma, Allergic Rhinitis, and Atopic Dermatitis in Korean Adolescents	Inglês, Coreia do Sul	Yonsei Medical Journal	Estudo transversal
Liu et al. (2022)	Effects of Residential Environment and Lifestyle on Atopic Eczema Among Preschool Children in Shenzhen, China	Inglês; China	Frontiers in Public Health	Estudo transversal
Nakamoto et al. (2018)	Soy product and isoflavone intake associations with allergic diseases in Japanese workers: rhinitis, dermatitis and asthma	Inglês; Japão	Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition	Estudo Transversal
Olesen et al. (2019)	Factors influencing the prognosis for occupational hand eczema – new trends	Inglês, Dinamarca	British Journal of Dermatology	Estudo de Coorte
Pourani et al. (2022)	Impact of COVID-19 Pandemic on Patients with Atopic Dermatitis	Inglês; Irã	ACTAS Demo-Sifiliográficas	Estudo Transversal
Renz e Skevaki (2021)	Early life microbial exposures and allergy risks: opportunities for prevention	Inglês; Finlândia	Nature Reviews Immunology	Estudo Transversal
Strid e Strobel. (2005)	Skin Barrier Dysfunction and Systemic Sensitization to Allergens Through the Skin	Inglês, Londres, Reino Unido	Current Drug Targets-Inflammation & Allergy	Estudo Transversal
Tsai et al. (2019)	Burden of atopic dermatitis in Asia	Inglês; Países Asiáticos	Japanese Dermatological Association	Estudo Transversal
Yemaneberhan et al. (2004)	Prevalence and associated factors of atopic dermatitis symptoms in rural and urban Ethiopia	Inglês, Reino Unido	Clinical and Experimental Allergy	Estudo transversal
Zhang et al. (2023)	Association between moderate to severe atopic dermatitis and lifestyle factors in the Dutch general population	Inglês; Holanda	Clinical and experimental dermatology	Estudo Transversal

Fonte: Dados de pesquisa, 2024.

De acordo com o quadro 2, os artigos foram categorizados em estilo de vida e subdivididos em subcategorias que conduziram a classificação dos temas. A subcategoria com maior relevância foi a de “alimentação”, com 50% (n=8) dos estudos discutindo. Já o

“tabagismo”, foi a segunda mais recorrente, representando 25% (n=4).

Quadro 2: Categorização dos estudos selecionados na pesquisa.

Categorias	Subcategorias	Autores (Ano)	n	%
Estilo de vida	Alimentação	Al-Sahab et al. (2008) Cai et al. (2017) Cui et al. (2014) Feldman et al. (2024) Liu et al. (2022) Nakamoto et al. (2018) Pourani et al. (2022) Tsai et al. (2019)	8	50
	Higiene	Bisgaard. (2004) Cai et al. (2017) Tsai et al. (2019)	3	18,7
	Estresse	Strid e Strobel. (2005) Olesen et al. (2019) Zhang et al. (2022)	3	18,7
	Prática de exercícios físicos	Al-Sahab et al. (2008) Lim et al. (2017) Olesen et al. (2019)	3	18,7
	Hábitos de sono	Lim et al. (2017) Zhang et al. (2022)	2	12,5
	Tabagismo	Al-Sahab et al. (2008) Olesen et al. (2019) Yemaneberhan et al. (2004) Zhang et al. (2022)	4	25
	Presença de animais domésticos	Bisgaard. (2004) Will; Severino e Johnson (2017)	2	12,5
	Etilismo	Zhang et al. (2022)	1	6,25
	Amamentação	Cui et al. (2014) Renz e Skevaki (2021)	2	12,5

Fonte: Dados de pesquisa, 2024.

DISCUSSÃO

A Dermatite Atópica, conforme a Sociedade Brasileira de Dermatologia, é um distúrbio dermatológico que afeta cerca de 25% das crianças e 7% dos adultos brasileiros [13]. Trata-se de uma doença inflamatória crônica que muitas vezes é confundida com uma alergia simples, e regularmente desconhecida pela população.

Posto isso, os achados dessa revisão permitiram identificar o impacto do estilo de vida de pacientes com dermatite atópica. Considerando o exposto, os estudos destacam principalmente a influência da alimentação [14-21] e do tabagismo [14, 22-24].

Ao analisar o impacto da alimentação saudável, relacionaram uma melhora significativa nas lesões cutâneas em pacientes com DA após o consumo de folato e ferro, como tomates, berinjelas, pepinos e ervilhas [16]. Isso se deve ao fato de o folato, vitamina B9, ser essencial para a remetilização da homocisteína, um aminoácido que gera efeitos diversos no sistema imunológico, além de ser importante para a proliferação celular interferindo nas taxas de renovação tecidual.

Além disso, um estudo transversal demonstrou a relação entre o consumo de soja com a DA, mostrando uma relação U shaped, ou seja, dependente da dose, com a DA, observando uma melhora com um consumo moderado [19]. É válido destacar que, por se tratar de um estudo transversal não é possível estabelecer a evidência da relação causa efeito. A pesquisa ainda destacou a modulação do sistema imune por isoflavonas, que são fitoestrógenos encontrados na soja, por atuarem como um agonista e antagonista do estrógeno. Sendo assim, uma alimentação não equilibrada e não saudável está associada a níveis agravantes da DA, como visto na associação entre piora da DA e obesidade classe I [24-25].

Ademais, um dos pontos que impacta na progressão de forma negativa ou positiva na dermatite atópica relatado nos estudos [15,21,26] foi o excesso de higiene. Ao se tratar de higiene corporal, Tsai et al e Strid e Strobel [21,26] relataram que o seu excesso pode contribuir para o surgimento da doença, e isso se deve ao fato de que o aumento de uso de produtos como sabão pode diminuir a integridade da barreira dermatológica e ocasionar a perda transepidérmica de água.

De acordo com os achados, quanto maior a quantidade de lavagens de mãos por dia, que um indivíduo realiza com água e sabão, maior a probabilidade deste de adquirir uma dermatite. Sendo eficiente as lavagens menores que oito vezes ao dia, e se necessário lavar acima desse valor, realizar o uso de hidratante para manter a pele úmida [27]. Este estudo também aponta dificuldades ao se chegar a conclusão sobre como a lavagem das mãos pode interferir no surgimento da dermatite atópica, devido ao fato de a maioria das pessoas estudadas não serem diagnosticadas por um médico com a doença.

Quando se aborda a higiene relacionada ao meio externo, como as moradias, por exemplo, foi visto que quanto maior o número de limpezas, menores as chances de se adquirir a doença [15]. Dessa forma, famílias que optam por mudanças no comportamento de limpeza como, aspirar, varrer ou esfregar o chão dos cômodos, principalmente cômodos em que passam maior parte do tempo como o quarto, por exemplo, reduzem em até 15% as chances de adquirirem DA.

Dada a prevalência da dermatite atópica no Brasil, o fator estresse pode estar relacionado. De acordo com estudo feito por meio de dados da *International Stress Management Association* no Brasil, 72% dos brasileiros possuem estresse, inclusive relacionado ao trabalho [28]. Ao se analisar os impactos do estresse na DA alguns estudos o classificam como um fator positivo para o seu surgimento. Dessa forma, outro viés a ser considerado como agravante da Dermatite atópica é em relação ao estresse [22,24,29].

O estresse psicológico interfere na integridade da barreira dermatológica [22, 29]. De acordo com [24] eventos estressores ao longo do último ano que antecede o aparecimento da DA, ou estresse crônico causado por dificuldades a longo prazo, propiciam mudanças de comportamento e o aumento da coceira, o que interfere de forma positiva no surgimento de feridas e na piora da dermatite, caso o indivíduo já a possua.

Eventos estressantes precedem o início ou agravamento da DA em 70% dos pacientes, sendo a relação entre estresse e a doença um importante preditor de sua gravidade [30]. Esse impacto negativo na qualidade de vida contribui para o aumento do estresse relacionado à doença e para uma saúde mental prejudicada, como mostram estudos que indicam que pacientes com o agravamento, em comparação ao grupo controle, apresentam níveis mais elevados de irritabilidade, depressão e ansiedade. Além disso, hábitos e distúrbios do sono, ao afetarem a qualidade de vida, também levam a situações de estresse, impaciência, indisponibilidade, irritabilidade, agressividade, distrações e apatia, ou, inversamente, a quadros de hiperatividade, desconforto, dificuldade de interação, tristeza, isolamento, falta de ânimo e energia [31].

Ao se tratar de fatores que corroboram para o não surgimento da DA, bem como para diminuição da sua progressão naqueles que a possuem, a prática de exercícios físicos é um importante fator [14,22,32]. A realização de atividades físicas melhora significativamente a umidade da pele, e isso se deve ao fato de que durante a prática de atividades que exijam gasto energético, ocorre o aumento da perfusão sanguínea, ou seja o aumento da vasodilatação cutânea com intuito de regular a temperatura desta. A prática de atividades físicas também estimula a liberação hormonal de estrogênio que está relacionado na produção de colágeno, proteína esta que na pele é responsável pela sua espessura e pela sua elasticidade [33]. Além disso, é importante destacar que o aumento da umidade, causado pelos exercícios físicos, é um fator importante para manutenção da barreira dermatológica, algo que se mantido, principalmente em lugares fechados, proporciona a melhora ou atenuação do desconforto causado pela doença [17].

Outro fator agravante para o quadro de dermatite atópica é o hábito do sono. Segundo a cartilha sobre hábitos de sono, 54 % dos brasileiros entrevistados relataram que não possuem uma noite de sono satisfatória durante a semana, que é de uma média de 6,4 horas por dia [34]. Em uma matéria publicada no jornal da USP de Ribeirão Preto, um especialista em neurologia e medicina do sono afirmou que a quantidade de horas de sono ideal para um adulto é de sete a oito horas por noite ininterruptas, para que se tenha um funcionamento ideal das atividades reparadoras do organismo [35]. Por conseguinte, a diminuição das horas de sono ou exceder nove horas por noite são fatores de estresse para o corpo, o que pode acarretar o surgimento da dermatite atópica como foi visto em alguns estudos [24, 32]

Outrossim, um fator agravante é a adesão ao tabagismo. Ao contrário do que os exercícios físicos, anteriormente citados nesse estudo, realizam na pele o fumo ocasiona a vasoconstrição cutânea, diminuindo o suprimento de oxigênio para os tecidos. Dessa forma, o uso do tabaco diminui gradativamente a elasticidade e a hidratação da pele, o que acarreta o aumento da incidência de fissuras, logo acarreta o surgimento de dermatites [33].

Ademais, a exposição a diferentes alérgenos aos quais existe alguma sensibilidade tópica podem contribuir para o surgimento de dermatites e uma das estratégias para a melhora desse quadro é evitar esse tipo de exposição, como o caso de pessoas que possuem alergias ao pelo de animais domésticos, especialmente ao pelo de gatos, que se mostrou prevalente em casos de pessoas com dermatite atópica, onde de doze pessoas do estudo, oito eram tutores de gatos e também sensíveis ao alérgeno do pelo do animal [26, 36]. A própria alergia é um fator que gera estresse no corpo não só fisicamente como também emocionalmente pois o impacto psicossocial dos quadros de alergia inclui: ansiedade e estresse, isolamento social, depressão e baixa autoestima. Assim, como foi abordado anteriormente, o estresse pode contribuir para o comprometimento da barreira cutânea e consequentemente, contribuir para casos de dermatite atópica [37].

A respeito do etilismo, uma metanálise, apresenta uma relação positiva no consumo de álcool por grávidas e o desenvolvimento de DA nos filhos [38]. No entanto, o mesmo estudo não encontrou evidências desse efeito do álcool em jovens e em adultos. Um estudo transversal, observou os efeitos negativos do consumo no Eczema Atópico, observando uma associação entre o agravamento da doença e o consumo de mais de 2 doses de álcool por dia [24]. Entretanto é importante destacar que por se tratar de um estudo transversal não se estabelece uma relação de causa e efeito.

Por fim, foi observado o efeito da amamentação e o agravamento [16,39]. Em um estudo transversal, realizado na Coreia do Sul, mostra que a amamentação pode modular positivamente o Eczema Atópico, promovendo um efeito protetivo [16]. Nesse mesmo aspecto, um estudo transversal, realizado na Finlândia, mostra a associação entre a diversidade da microbiota intestinal de bebês que amamentam e o seu efeito protetor sobre o desenvolvimento e sobre os sintomas da DA [39]. O mesmo artigo ainda cita alguns componentes da amamentação, como a Imunoglobulina A (IgA), Oligossacarídeos do Leite Humano, Fatores de Crescimento e as Citocinas, que impactam na modulação do sistema imune e no desenvolvimento da dermatite atópica.

Portanto, é notório que o estilo de vida de pacientes com dermatite atópica foi analisado em diversos aspectos. No entanto, o presente estudo encontrou limitações metodológicas e amostrais, dado que a maioria dos artigos analisados são estudos transversais com uma amostragem reduzida, dificultando a relação causa-efeito. Além disso, os artigos encontrados analisam principalmente a DA no continente asiático, prejudicando a comparação de hábitos de vida de outros locais. Outra limitação

foi o não diagnóstico dos pacientes por um médico, após o fim dos estudos amostrais, não permitindo a conclusão se o estilo de vida realmente foi um fator de melhora ou piora.

CONCLUSÃO

A partir da temática da influência dos hábitos de vida no desenvolvimento e controle da dermatite atópica, foi possível observar que existe relação direta entre aspectos do estilo de vida, como alimentação, tabagismo, estresse e prática de exercícios físicos e o desenvolvimento ou piora do quadro da DA.

Notou-se que a alimentação saudável se relacionou com uma melhora significativa nas lesões cutâneas nesses pacientes. Além disso, se tratando de higiene corporal, observou-se que o seu excesso pode contribuir para o surgimento da doença. Outro fator avaliado foram os impactos do estresse na DA, no qual alguns estudos o classificam como um fator positivo para o seu surgimento. Ademais, em relação aos hábitos de sono, verificou-se que são necessárias oito horas por noite ininterruptas para que se tenha um funcionamento ideal das atividades reparadoras do organismo, incluindo a reparação da pele. Ainda, observou-se que o uso do tabaco diminui gradativamente a elasticidade e a hidratação da pele, contribuindo para piora da DA.

Outrossim, foi visto que pelo de gatos se mostrou prevalente em casos de pessoas com dermatite atópica. Em adição, foi notada uma relação positiva no consumo de álcool por grávidas e o desenvolvimento do agravo dermatológico nos filhos. Além disso, foi apresentado que a amamentação pode modular positivamente

o Eczema Atópico, promovendo um efeito protetivo. Entretanto, foram revisados fatores que corroboram para o não surgimento da DA, bem como para a melhora do quadro naqueles que a possuem, como a prática de exercícios físicos.

Nesse sentido, o presente estudo demonstrou relação entre a alimentação e uma melhora significativa nas lesões cutâneas, em que uma alimentação não equilibrada e não saudável está associada ao agravamento da condição clínica. Ademais, verificaram-se os efeitos do fumo, o qual pode ocasionar a vasoconstrição cutânea, diminuindo o suprimento de oxigênio para os tecidos, acarretando o aumento da incidência de fissuras e a piora da dermatite.

Contudo, é necessário novos estudos, como metanálises, revisões sistemáticas ou coorte, para analisar com uma maior amostra e a longo prazo, para avaliação adequada da relação causa efeito. Além da necessidade de se realizarem mais estudos direcionados a países tropicais, bem como os efeitos dos estilos de vida dessa população tão característicos do seu clima. Um vetor citado no presente estudo, que mostra melhora e redução no surgimento do agravo dermatológico é a umidade da pele. É possível, portanto, afirmar que em países com clima tropical, devido às altas temperaturas que propiciam maior sudorese, os riscos de adquirir dermatite atópica são menores?

AGRADECIMENTOS

Ao Centro Universitário de Patos (UNIFIP), pelo fomento à pesquisa científica.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES: Cada autor contribuiu individualmente e de forma significativa para o desenvolvimento deste artigo. Ana Luiza Santos Lira, concepção da ideia, elaboração do manuscrito, formatação do trabalho. Mariana Dutra Bezerra, concepção da ideia, elaboração do manuscrito. Mariana Moura de Farias, concepção da ideia, elaboração do manuscrito. Milena Ramos Farias, concepção da ideia, elaboração do manuscrito. Milena Nunes Alves de Sousa, supervisão e orientação científica do trabalho, com revisão crítica, ajustes de conteúdo e aprovação da versão final.

REFERÊNCIAS

1. Che Y, Yuan J, Wang Q, Liu M, Tang D, Chen M, et al. Dietary factors and the risk of atopic dermatitis: a Mendelian randomisation study. *Br J Nutr*. 2024;131(11):1873-82. doi:10.1017/S0007114524000436.
2. Lee HJ, Hong YJ, Han KD, Lee JH. Atopic dermatitis severity and risk for psoriasis: a nationwide population-based study. *Dermatology*. 2024;240(2):262-70. doi:10.1159/000536143.
3. Mohammad S, Karim MR, Iqbal S, Lee JH, Mathiyalagan R, Kim YJ, et al. Atopic dermatitis: pathophysiology, microbiota, and metabolome - a comprehensive review. *Microbiol Res*. 2024;281:127595. doi:10.1016/j.micres.2023.127595.
4. Marinho JI, De Miranda APM, Cantalice ASC, De Miranda LSMV, Nogueira MF. Análise de conceito sobre estilo de vida saudável no contexto da atenção primária de saúde [Internet]. *Res Soc Dev*. 2021 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/355932851_Analis_e_de_conceito_sobre_estilo_de_vida_saudavel_no_contexto_da_atencao_primaria_de_saude. doi:10.33448/rsd-v10i14.22107.
5. Phillips EM, Frates EP, Park DJ. Lifestyle medicine. *Phys Med Rehabil Clin N Am*. 2020;31(4):515-26. doi:10.1016/j.pmr.2020.07.006.
6. De Almeida CB, Casotti CA, Sena ELS. Reflexões sobre a complexidade de um estilo de vida saudável [Internet]. *Av Enferm*. 2021 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v36n2/0121-4500-aven-36-02-220.pdf>. doi:10.15446/aven.v36n2.67244.
7. Madeira FB, Filgueira DA, Bosi MLM, Nogueira JAD. Estilos de vida, habitus e promoção da saúde: algumas aproximações. *Saude Soc*. 2018;27(1):106-15. doi:10.1590/s0104-12902018170520.
8. Chai X, Tan Y, Dong Y. Uma investigação sobre os determinantes sociais dos estilos de vida saudáveis dos canadenses: um estudo transversal nacional sobre tabagismo, atividade física e consumo de álcool. *BMC Public Health*. 2024;24(1):2080. doi:10.1186/s12889-024-19427-4.
9. Cepeda AM, Del Giacco SR, Villalba S, Tapias E, Jaller R, Segura AM, et al. Uma dieta tradicional está associada à redução do risco de eczema e sibilância em crianças colombianas. *Nutrients*. 2015;7(7):5098-510. doi:10.3390/nu7075098.
10. Kim SY, Sim S, Choi HG. Atopic dermatitis is associated with active and passive cigarette smoking in adolescents. *PLoS One*. 2017;12(11):e0187453. doi:10.1371/journal.pone.0187453.
11. De Sousa MNA, Bezerra ALD, Do Egypto IAS. Trilhando o caminho do conhecimento: o método de revisão integrativa para análise e síntese da literatura científica. *Observatorio Econ Latinoam*. 2023;21(10):18448-83. doi:10.55905/oelv21n10-212.

12. Fossatti EC, Mozzato AR, Moretto CF. O uso da revisão integrativa na administração: um método possível? *Rev Eletron Cient CRA-PR*. 2019;6(1):55-72.
13. Moraes L. Dermatite atópica: 41% dos brasileiros desconhecem doença de pele comum [Internet]. *Rev Galileu*. 2022 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: <https://revistagalileu.globo.com/Ciencia/Saude/noticia/2022/08/dermatite-atopica-41-dos-brasileiros-desconhecem-doenca-de-pele-comum.html>.
14. Al-Sahab B, Atoui M, Musharrafieh U, Zaitoun F, Ramadan F, Tamim H. Epidemiology of eczema among Lebanese adolescents. *Int J Public Health*. 2008;53(5):260-7. doi:10.1007/s00038-008-7085-2.
15. Cai J, Liu W, Hu Y, Zou Z, Shen L, Huang C. Household environment, lifestyle behaviors, and dietary habits in relation to childhood atopic eczema in Shanghai, China. *Int Arch Occup Environ Health*. 2016;90(1):141-59. doi:10.1007/s00420-016-1177-8.
16. Cui HS, Ahn IS, Byun YS, Yang YS, Kim JH, Chung BY, et al. Dietary pattern and nutrient intake of Korean children with atopic dermatitis. *Ann Dermatol*. 2014;26(5):570-5. doi:10.5021/ad.2014.26.5.570.
17. Feldman SR, Chan AWM, Ammourey A, Zhang J, Tanaka A, Shi X, et al. Patients' and caregivers' perspectives of the atopic dermatitis journey. *J Dermatolog Treat*. 2024;35(1):2315145. doi:10.1080/09546634.2024.2315145.
18. Liu Y, Sun S, Zhang D, Li W, Duan Z, Lu S. Effects of residential environment and lifestyle on atopic eczema among preschool children in Shenzhen, China. *Front Public Health*. 2022;10:844832. doi:10.3389/fpubh.2022.844832.
19. Nakamoto M, Shuto E, Nakamoto A, Hata A, Aki N, Shikama Y, et al. Soy product and isoflavone intake associations with allergic diseases in Japanese workers: rhinitis, dermatitis and asthma. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2018;27(6):1277-85. doi:10.6133/apjcn.201811_27(6).0015.
20. Pourani MR, Ganji R, Dashti T, Dadkhahfar S, Gheisari M, Abdollahimajd F, et al. Impact of COVID-19 pandemic on patients with atopic dermatitis. *Actas Dermosifiliogr*. 2022;113(3):286-93. doi:10.1016/j.ad.2021.08.013.
21. Tsai TF, Rajagopalan M, Chu CY, Encarnacion L, Gerber RA, Santos-Estrella P, et al. Burden of atopic dermatitis in Asia. *J Dermatol*. 2019;46(10):825-34. doi:10.1111/1346-8138.15048.
22. Olesen CM, Agner T, Ebbelhøj NE, Carøe TK. Factors influencing prognosis for occupational hand eczema: new trends. *Br J Dermatol*. 2019;181(6):1280-6.
23. Yemaneberhan H, Flohr C, Lewis SA, Bekele Z, Parry E, Williams HC, et al. Prevalence and associated factors of atopic dermatitis symptoms in rural and urban Ethiopia. *Clin Exp Allergy*. 2004;34(5):779-85.
24. Zhang J, Loman L, Oldhoff M, Schuttelaar MLA. Association between moderate to severe atopic dermatitis and lifestyle factors in the Dutch general population. *Clin Exp Dermatol*. 2022;47(8):1523-35. doi:10.1111/ced.15212.
25. Flores-Balderas X, Peña-Peña M, Rada KM, Alvarez-Alvarez YQ, Guzmán-Martín CA, Sánchez-Gloria JL, et al. Beneficial effects of plant-based diets on skin health and inflammatory skin diseases. *Nutrients*. 2023;15(13):2842. doi:10.3390/nu15132842.
26. Bisgaard H. The Copenhagen Prospective Study on Asthma in Childhood (COPSAC): design, rationale, and baseline data from a longitudinal birth cohort study [Internet]. *Ann Allergy Asthma Immunol*. 2004 [citado 2026 Abr 6];93(4):381-9. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15521375>. doi:10.1016/S1081-1206(10)61398-1.
27. Loh EDW, Yew YW. Hand hygiene and hand eczema: a systematic review and meta-analysis. *Contact Dermatitis*. 2022;87(4):303-14. doi:10.1111/cod.14133.
28. Pavan B. 72% dos brasileiros estão estressados no trabalho, revela pesquisa [Internet]. *Istoé Dinheiro*. 2023 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: <https://istoedinheiro.com.br/72-dos-brasileiros-estao-estressados-no-trabalho-revela-pesquisa>.
29. Strid J, Strobel S. Skin barrier dysfunction and systemic sensitization to allergens through the skin. *Curr Drug Targets Inflamm Allergy*. 2005;4(5):531-41. doi:10.2174/156801005774322199.
30. De Lima JYB, Caires NCM. A influência do estresse na manifestação de acne vulgar, dermatite atópica e dermatite seborreica em acadêmicos dos cursos de saúde em Manaus - Amazonas (AM) [Internet]. *Res Soc Dev*. 2024 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/377933343_A_influencia_do_estresse_na_manifestacao_de_acne_vulgar_dermatite_atopica_e_dermatite_seborreica_em_academicos_dos_cursos_de_saude_em_Manaus_-_Amazonas_AM. doi:10.33448/rsd-v13i1.44914.
31. Galvão AM, Pinheiro M, Gomes MJ, Ala SMF. Ansiedade, stress e depressão relacionados com perturbações do sono-vigília e consumo de álcool em alunos do ensino superior [Internet]. 2017 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10198/16982>. doi:10.19131/rpesm.0160.
32. Lim MS, Lee CH, Sim S, Hong SK, Choi HG. Physical activity, sedentary habits, sleep, and obesity are associated with asthma, allergic rhinitis, and atopic dermatitis in Korean adolescents. *Yonsei Med J*. 2017;58(5):1040-6. doi:10.3349/ymj.2017.58.5.1040.
33. Oizumi R, Sugimoto Y, Aibara H. The potential of exercise on lifestyle and skin function: narrative review. *JMIR Dermatol*. 2024;7:e51962. doi:10.2196/51962.
34. Hábitos de sono da população participante [Internet]. Disponível em: https://absono.com.br/wp-content/uploads/2021/03/cartilha_habitos_de_sono_2020.pdf. [citado 2026 Abr 6].
35. Ozima L. A maioria dos brasileiros sofre com algum distúrbio do sono [Internet]. *J USP*. 2024 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: <https://jornal.usp.br/noticias/a-maioria-dos-brasileiros-sofre-com-um-disturbio-do-sono/>.
36. Will BM, Severino R, Johnson DW. Identificação de alérgenos por testes específicos de IgE melhora os resultados na dermatite atópica. *Int J Dermatol*. 2017;56(11):1150-3. doi:10.1111/ijd.13673.
37. PneumoCenter. Alergias e saúde mental: como as condições alérgicas podem afetar o emocional de uma pessoa [Internet]. *PneumoCenter*. 2023 [citado 2026 Abr 6]. Disponível em: <https://www.pneumocenter.com.br/blog/alergias-e-saude-mental-como-as-condicoes-alergicas-podem-afetar-o-emocional-de-uma-pessoa/>.
38. Halling-Overgaard AS, Hamann CR, Holm RP, Linneberg A, Silverberg JI, Egeberg A, et al. Atopic dermatitis and alcohol use - a meta-analysis and systematic review. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2018;32(8):1238-45. doi:10.1111/jdv.14814.
39. Renz H, Skevaki C. Early life microbial exposures and allergy risks: opportunities for prevention. *Nat Rev Immunol*. 2021;21(3):177-91. doi:10.1038/s41577-020-00420-y.