

1) Manutenção do peso:

Muitos pacientes com Doença de Parkinson têm dificuldade de manter o peso por não conseguirem manter uma alimentação adequada. O peso abaixo pode causar fraqueza muscular e cansaço, e o excesso pode trazer dificuldades de movimentação. Uma dieta balanceada entre proteínas e calorias é fundamental para uma melhor performance motora, devendo incluir proteínas de origem animal, frutas e vegetais, além de cereais. Deve-se evitar alimentos ricos em colesterol.

2) Constipação intestinal:

Sintoma que pode ocorrer pela própria doença ou por efeito adverso de medicamentos. Recomenda-se ingerir alimentos ricos em fibras(frutas com bagaço, vegetais de folha, farelos), frutas com efeito laxante(mamão, laranja, ameixa preta), além de aumentar a ingestão líquida.

3) Disfagia (dificuldade de engolir / deglutir):

Sintoma comum no curso da doença. As recomendações incluem levar à boca pequenas porções de alimento, além de usar alimentos de consistência pastosa ou liquidificada(purês, sopas, suflês, mingaus e vitaminas).

4) Medicamentos:

Alguns medicamentos atuam mais eficazmente se ingeridos com alimentos, mas a principal droga usada no tratamento da Doença de Parkinson tem seu efeito diminuído quando ingerida juntamente com alimentos ricos em proteína. Portanto se recomenda o uso desta medicação com intervalo de 30 minutos das refeições. Algumas medicações podem causar náusea e secura na boca, recomendando-se comer pequenos pedaços de bolacha ou torrada pela manhã(se náuseas) e aumentar a ingestão líquida(se secura na boca).