**NUTRACÊUTICOS: SEUS DITOS BENEFÍCIOS**

**Brenda Queiroz**

**Clara Aglaia**

**Mikaele Fialho**

**Társila Araripe**

FAMETRO – Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza

[mikaelefialho@gmail.com](mailto:mikaelefialho@gmail.com)

**RESUMO**

Em torno do termo nutracêutico existem várias dúvidas, inclusive sobre suas funções, pois, sua apresentação ao mercado é muito recente. Embora não exista nenhum consenso mundial acerca das definições de nutracêuticos, estes podem ser compreendidos como produtos isolados ou purificados de alimentos, geralmente vendidos sob formas medicinais, que demonstrem ter benefícios fisiológicos e à saúde, incluindo perda de peso, bem-estar, qualidade de vida e principalmente prevenção e tratamento de doenças. Pós as incertezas encontradas frente a essa classe de medicamentos, a regulamentação de testes que avaliem a qualidade dos produtos nutracêuticos é premente. Através de uma discussão sobre nutracêuticos, este trabalho tem como objetivo trazer o máximo de informações sobre seus benefícios e prescrição.

Palavras-chave: Nutracêutico. Benefícios. Tratamento de doenças. Prescrição. Classe de medicamentos.

**INTRODUÇÃO**

Nos últimos tempos, as pessoas têm focado na conquista de uma vida melhor, praticando atividades físicas e buscando ter uma alimentação saudável, visto que o sedentarismo e a má alimentação acarretam o desenvolvimento de doenças. Por esses motivos o segmento de nutracêuticos, tem demonstrado um crescimento constante e cada vez maior. Já que esse produto contém um ou mais ingredientes biologicamente ativos em grande quantidade e são apresentados em cápsulas, comprimidos ou pós, aumentando a adesão do consumidor e ganhando destaque na mídia, visto suas inúmeras vantagens, entre elas, bem-estar físico e mental, melhor qualidade de vida e principalmente prevenção e tratamento de doenças,como mencionado.

Diante do exposto, os nutracêuticos são utilizados como terapêuticos, ou seja, podem prevenir ou tratar doenças. São produtos administrados para auxiliar na nutrição humana, pois, são advindos de frutas, legumes, vitaminas e minerais, com efeitos na saúde e na cosmética dos pacientes(Nasri, 2014), e podem ser tanto de uso tópico como ingeridos por via oral. Os nutracêuticos, então, agregam um benefício à saúde capaz de proporcionar melhorias na prevenção e tratamento de algumas enfermidades, diferente do alimento in natura, obtido diretamente de plantas ou de animais adquiridos para consumo sem que tenham sofrido qualquer alteração após deixarem a natureza, como processamento.

A prescrição de nutracêuticos se dá da mesma forma que com medicamentos, estudando os produtos e conhecendo o campo metabólico ou patológico deles. A prescrição farmacêutica deve partir de uma boa anamnese, investigar a rotina do paciente para assim poder prescrever um produto acessível às condições dele. Essencialmente deve ser feito um seguimento semanal dos pacientes para acompanhar a evolução e, se necessário, realizar alguns ajustes (ROBERT, Carlison).

Este trabalho tem como objetivo trazer o máximo de concretas informações sobre os nutracêuticos, suas funções, sua prescrição e pontos negativos, para apresentarmos a melhor versão desta classe de farmacológicos.

**METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma revisão literária de artigos e sites seguros. Foram pesquisados artigos em português, utilizando as seguintes palavras-chaves: Nutracêutico, benefícios, tratamento de doenças, prescrição e classe de medicamentos.

Foram usados como critérios de exclusão, trabalhos de conclusão de curso tirados do Google Acadêmico por não abordar tão bem o assunto. Foram selecionados alguns artigos e sites NCBI, CFF e ICTQ.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Em virtude do que foi mencionado, sobre o aumento de interesse da população por nutracêuticos nos últimos anos, cresce cada vez mais a necessidade de estudos para o desenvolvimento desses novos produtos. Com o aumento do mesmo no mercado e a promessa de serem eficazes e seguros, cresce o uso sem orientação dos profissionais de saúde.

Algumas doenças são alvos da terapia dos nutracêuticos. Em lesões por diabetes, nos vasos sanguíneos, há o estresse oxidativo da LDL-C, uma lipoproteína muito comum no coração. A Quercetina protege essa lipoproteína agindo como antioxidante e eliminando os radicais livres responsáveis por sua modificação(CL). Nutracêuticos na forma de vitaminas, minerais, antioxidantes, fibras alimentares e ácidos graxos poli-insaturados ômega-3 também ajudam em doenças cardiovasculares(Shahbazian, 2013).

O câncer também entra como objeto da terapia nutracêutica. Plantas ricas em daidzeína, biochanina, isoflavonas e genisteínapossuem o potencial de inibir o câncer de próstata(MS, 2003). A inflamação crônica também está associada a imunossupressão do indivíduo, que é um fator de risco para o câncer. O ginseng é um exemplo de um bom anti-inflamatóriopara comorbidades inflamatórias do câncer (H, 2011). A curcumina é um polifenol derivado da planta Cúrcuma longa, comumente chamada de cúrcuma. Foi relatado que a curcumina possui propriedades antioxidantes, anticarcinogênicas e anti-inflamatórias(Tavafi, 2013)

Nas inflamações há a glucosamina e sulfato de condroitina que são amplamente utilizados para aliviar os sintomas da osteoartrite. Ambos são nutracêuticos que regulam a expressão gênica e a síntese de NO e PGE2, fornecendoatividades anti-inflamatórias(M, 2013).

Na obesidade temos nutracêuticos capazes de aumentar o gasto energético ou reduzindo a fome. A cafeína é um deles, porém seu uso é controverso devido seus efeitos colaterais. Já o extrato de chá verde e o 5-hidroxitriptofano podem promover a perda de peso, enquanto o primeiro aumenta o gasto energético, este último diminui o apetite(CN, 2001).

As reações adversas e a toxicidade dos nutracêuticos é algo que deve atenção. Algumas pessoas acreditam que por boa parte dos nutracêuticos serem de produtos naturais eles não possuem efeitos colaterais. Poucos estudos comentam o controle de qualidade e estudos analíticos em nutracêuticos. Apesar dos nutracêuticos serem uma grande alternativa, em manutenção e tratamento do paciente, eles precisam de um reconhecimento formal dos órgãos regulatórios(Lira, 2009) para serem validados como produtos.

Os estudos que orientam o desenvolvimento e a realização de métodos analíticos para o controle de qualidade de nutracêuticos são carentes e a falta de uma legislação específica não garante que a produção dos nutracêuticos seguiu os requisitos fundamentais das Boas Práticas de Fabricação, assim não garantindo um produto de qualidade, seguro e com eficácia comprovada aos consumidores.

Com base no que foi exposto faz-se necessário o desenvolvimento científico da área para expandir essa terapia auxiliar para diversos tipos de pacientes. Seu reconhecimento legal e oficial deve vir acompanhado de propostas de testes que avaliem de fato a qualidade destes produtos, a fim de validar a qualidade e garantia dos nutracêuticos.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A demanda por nutracêuticos aumenta e a falta de pesquisas e testes envolvendo esse produto ainda é escassa, não sendo um terapêutico com cem por cento de segurança e eficácia. Além do mais, o profissional farmacêutico além de prescrever os MIP´s(nutracêutico está incluso nessa classe) com conhecimento hábil, deve acompanhar o paciente durante o tratamento, orientando-o e praticando a assistência farmacêutica, pois apesar dos benefícios dos nutracêuticos, estes podem causar reações adversas.

Diante dessa lacuna que há na geração desses produtos, faz-se necessário o desenvolvimento científico da área e um aprimoramento dos profissionais farmacêuticos na prescrição dos nutracêuticos, já que existem cursos específicos para isso, sendo esses os pontos chaves na construção de informações que sustentem o uso racional desses produtos no gerenciamento da saúde e tratamento das doenças.

**REFERÊNCIAS**

CL, K. (S.D.). AN INNOVATIVE APPROACH TO THE DETERMINATION OF SAFETY FOR A DIETARY INGREDIENT DERIVED FROM A NEW SOURCE: CASE STUDY USING A CRYSTALLINE LUTEIN PRODUCT. 2002 1535-49.

CN, B. (2001). AN HERBAL SUPPLEMENT CONTAINING MA HUANG-GUARANA FOR WEIGHT LOSS: A RANDOMIZED, DOUBLE-BLIND TRIAL. 316-24.

H, S. (2011). CORRELATION BETWEEN ANTIOXIDANT ACTIVITY OF GARLIC EXTRACTS AND WEHI-164 FIBROSARCOMA TUMOR GROWTH IN BALB/C MICE. 969-74.

LIRA, C. R. (2009). NUTRACÊUTICOS: ASPECTOS SOBRE SEGURANÇA, CONTROLE DE QUALIDADE E LEGISLAÇÃO. 45-49.

M, G. (2013). SEX BASED LEVELS OF C-REACTIVE PROTEIN AND WHITE BLOOD CELL COUNT IN SUBJECTS WITH METABOLIC SYNDROME: ISFAHAN HEALTHY HEART PROGRAM. 467-72.

MS, W. (2003). THE ROLE OF NUTRITION IN PREVENTING PROSTATE CANCER: A REVIEW OF THE PROPOSED MECHANISM OF ACTION OF VARIOUS DIETARY SUBSTANCES. 57-83.

NASRI, H. (2014). NEW CONCEPTS IN NUTRACEUTICALS AS ALTERNATIVE FOR PHARMACEUTICALS. 1487–1499.

SHAHBAZIAN, H. (2013). WORLD DIABETES DAY; 2013. 123–124.

TAVAFI, M. (2013). DIABETIC NEPHROPATHY AND ANTIOXIDANTS. 20-27.

ROBERT, Carlison. NUTRACÊUTICOS NA PRÁTICA CLÍNICA: PERFORMANCE E SAÚDE. Disponível em: <<http://www.crfam.org.br/sites/default/files/NUTRAC%C3%8AUTICOS%20PALESTRA_Carlison_0.pdf>>. Acesso em: 08 de set. 2018.

# ADMIN ICTQ. COMO PRESCREVER VITAMINAS, SUPLEMENTOS E NUTRACÊUTICOS NA FARMÁCIA. disponível em: <<https://www.ictq.com.br/varejo-farmaceutico/610-como-prescrever-vitaminas-suplementos-e-nutraceuticos-na-farmacia>>. Acesso em: 08 de set. 2018

### CALDAS, Murilo.Nutracêuticos, suplementos e alimentos funcionais: prática clínica baseada em evidências. Disponível em: <<http://www.cff.org.br/noticia.php?id=4608>>. Acesso em: 08 de set. 2018.