

Capital mineira sedia evento do segmento magistral para profissionais da saúde

11º Encontro em Suplementação realizado pela Lantana Farmácia de Manipulação é considerado um dos maiores da área em Minas Gerais

15/08/2016 09:19:30

O 11º Encontro em Suplementação Lantana, que será realizado no dia 20 de agosto, das 8h às 18h, no teatro Granada do Minascentro (Rua Guajajaras, 1022, bairro Centro, em Belo Horizonte-MG) promoverá conhecimento e network para os profissionais da saúde, em especial nutricionistas e nutrólogos. Durante a ação, os presentes poderão, ainda, ficar por dentro das últimas novidades da área magistral. O evento é produzido pela rede Lantana Farmácia de Manipulação e é considerado um dos maiores e mais respeitados de Minas Gerais.

A edição 2016 contará com palestras dos renomados nutricionistas Murilo Pereira e Henrique Freire Soares. Segundo a farmacêutica e proprietária da Lantana Farmácia de Manipulação, Andrea Kamizaki, o objetivo do evento é proporcionar a troca de novidades da área. "Já é uma tradição o magistrado realizar o Encontro. A iniciativa possibilita um intercâmbio de conhecimentos e sempre é um sucesso, como os anos anteriores demonstraram", destaca. Durante o encontro, os especialistas debaterão assuntos como "Intervenção nutricional na síndrome metabólica", "Suplementação para modulação hormonal", "Modulação intestinal e performance no esporte" e "Suplementação nutricional na gestação". Além disso, a programação inclui um coffee break funcional para incentivar a interação dos participantes, um espaço gourmet, com lançamentos e degustações de produtos manipulados personalizados, e uma feira de exposição com diversos fornecedores do ramo para atualização dos participantes.

Muito discutida nos últimos anos, a suplementação correta para gestantes sempre gera muitas dúvidas e receios. Esse será o tema da palestra de Henrique Soares, que garante que, durante a gravidez, existem alterações metabólicas específicas desse período: o apetite aumenta, a secreção gástrica diminui e o intestino fica mais lento e com um tônus menor. "É por isso que a parte de nutrientes precisa ser muito bem monitorada e avaliada; há indicação do uso de probióticos, inclusive para reduzir quadros futuros de alergia no bebê", revela.

Por isso, segundo ele, o ideal é que o aporte de vitaminas e minerais seja garantido a partir de uma alimentação equilibrada. Mas nem sempre isso é possível, seja pelo ritmo acelerado de trabalho que

muitas gestantes levam, com pouco tempo para comer bem, seja porque alguns nutrientes não são supridos mesmo adotando um cardápio saudável – como é o caso do ácido fólico. Daí o motivo pelo qual a prescrição de suplementos vitamínicos tem se tornado cada vez mais comum nos consultórios. Isso não significa, no entanto, que a prática vale para todas as futuras mães. "Toda suplementação deve ser feita com base em exames", orienta Henrique Freire.

Uma dessas suplementações, o ácido fólico, é responsável pelo processo de multiplicação das células do feto e está diretamente associada à prevenção de doenças relacionadas ao defeito do tubo neural (DTN), como anencefalia, hidrocefalia e espinha bífida. "O ácido fólico combinado com outros micronutrientes ajuda a reduzir a concentração da homocisteína, um metabólito que pode levar a malformações", explica o especialista.

Apesar da forma natural do ácido fólico (o folato) estar presente em diversos alimentos, principalmente em vegetais de folhas verde-escuras, como espinafre, couve e brócolis, a quantidade desse nutriente ingerida pela alimentação é baixa para quem pretende engravidar. Por isso, em alguns casos, é recomendado tomar doses diárias que podem chegar a 2000mcg. De acordo com a recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS), o ácido fólico deve ser suplementado durante toda a gestação, para o bem da saúde materna e fetal. Henrique Soares ressalta que o nutriente é importante especialmente no início da gravidez, para garantir a ação da vitamina no fechamento do tubo neural do feto, que ocorre por volta do 28º dia da gestação. Outros nutrientes importantes, tanto para a formação óssea do bebê quanto para garantir a saúde dos ossos da grávida, são o cálcio, o zinco, a vitamina K e a vitamina D, todos indicados quando os níveis estiverem baixos para uma gestação.

Um estudo publicado pelo "The Endocrine Society's Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism" avaliou mais de 2 mil gestantes e concluiu que a deficiência de vitamina D pode estar relacionada ao baixo peso do recém-nascido. Além da alimentação com alimentos ricos em vitamina D e exposição ao sol, a suplementação pode ser uma boa saída, mas ainda não é consenso entre os obstetras.

Em relação ao cálcio, a história é parecida. Em alguns casos há quem prescreva suplementos quando há deficiência, mas outros recomendam que a grávida consuma a quantidade adequada (1.300mg por dia) pela alimentação, ou seja, ingerindo mais leite e derivados. No entanto, a biodisponibilidade do cálcio em leite e derivados é baixa e a gestante precisaria consumir quantidades muito altas de folhas verde-escuras para atingir as necessidades de cálcio, surgindo a necessidade de suplementação. Doses aumentadas do nutriente seriam indicadas especialmente para grávidas adolescentes.

Serviço - O 11º Encontro Em Suplementação Lantana é destinado a nutricionistas, nutrólogos e áreas afins. O investimento é de R\$ 125. Interessados devem fazer inscrição, até o dia 15 de agosto, pelo site www.sympla.com.br/. Mais informações: (31) 3241-4628 ou pelo e-mail

eventos@farmacialantana.com.br.