

Melatonina



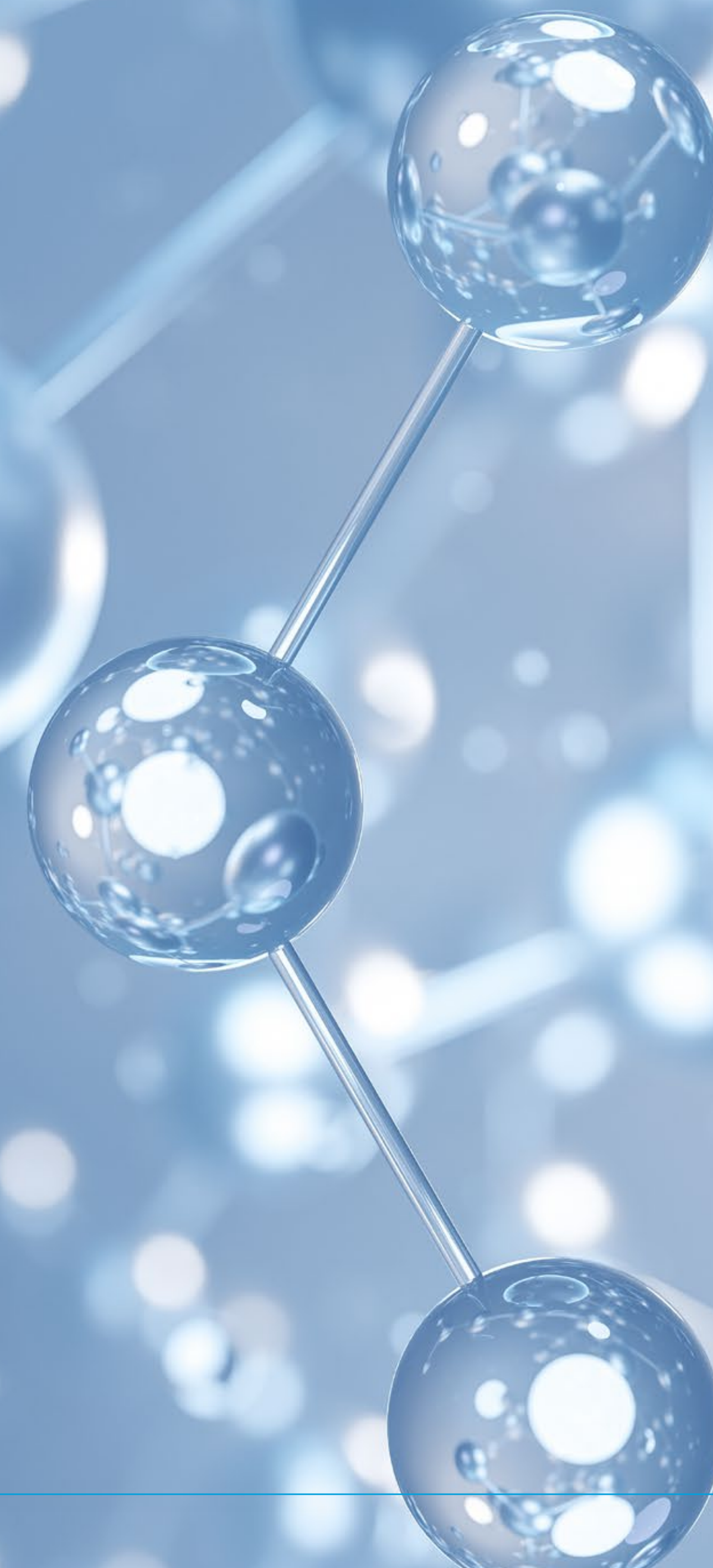


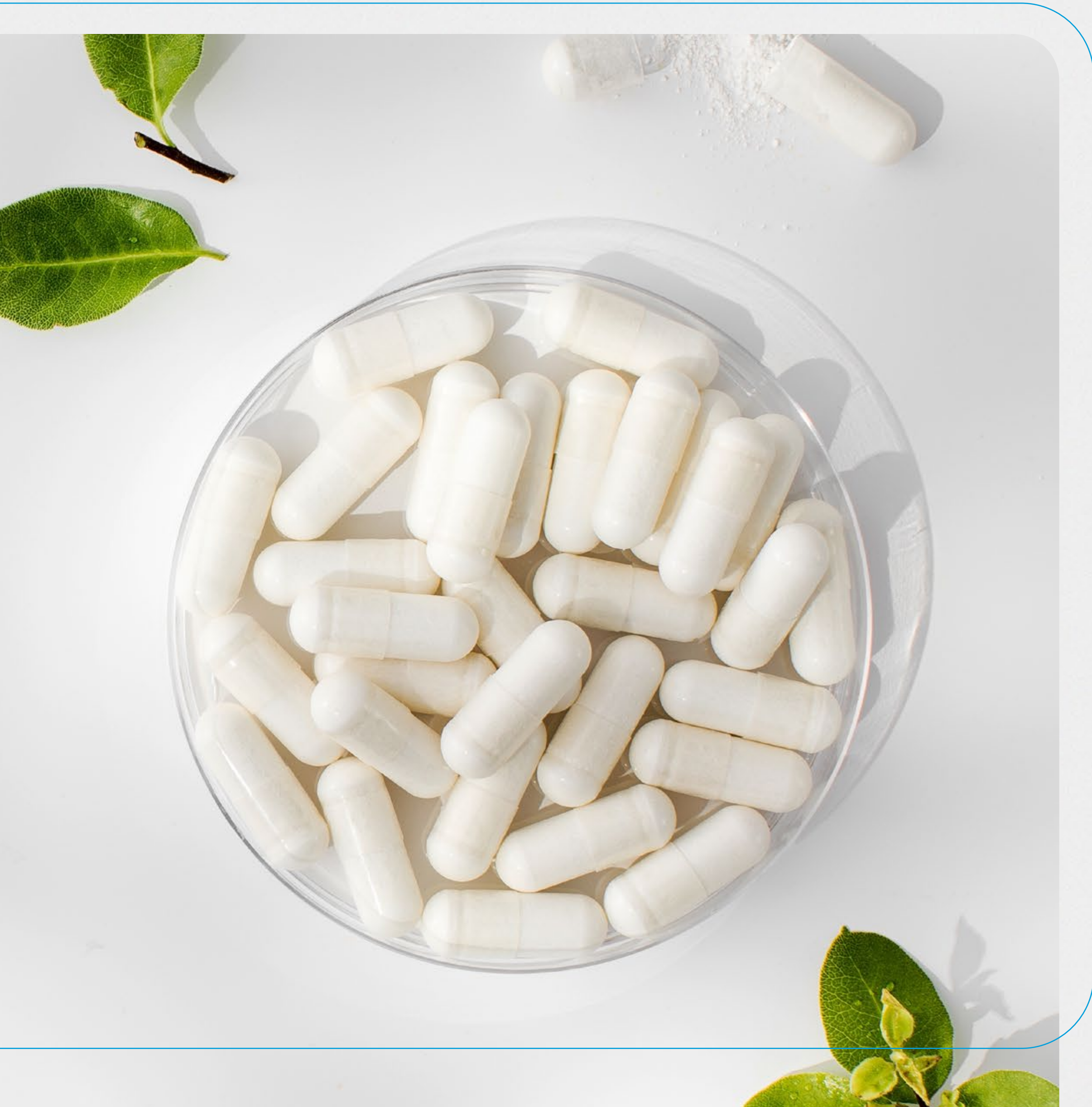
Introdução

A melatonina é produzida principalmente pela glândula pineal. Quando administrada como suplemento, pode afetar os ritmos circadianos, que por sua vez pode melhorar a função fisiológica.

Propriedades da Melatonina

- Anti-inflamatória;
- Proteção contra radicais livres;
- Redução da regulação positiva de citocinas pró-inflamatórias;
- Prevenção da atividade de óxido nítrico sintase.





Formulações



Cápsulas de Melatonina

Melatonina.....3 mg

Excipiente q.s.p.1 Cápsula

Administrar 1 cápsula ao dia antes de dormir ou conforme orientação médica.

Uso da Melatonina em Pacientes com Migrânea

Um estudo publicado no *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry* teve como objetivo comparar os efeitos da melatonina e da amitriptilina em pacientes com ataques de enxaqueca. A redução média na frequência das enxaquecas foi de 2,7 dias no grupo da melatonina, 2,2 dias no grupo da amitriptilina e 1,1 dia no grupo placebo. A melatonina reduziu significativamente a frequência das enxaquecas em comparação com o placebo ($p = 0,009$), mas não em relação à amitriptilina ($p = 0,19$). No entanto, a melatonina foi superior à amitriptilina na porcentagem de pacientes que tiveram mais de 50% de redução na frequência das enxaquecas. Além disso, a melatonina foi melhor tolerada do que a amitriptilina. Houve uma perda de peso no grupo da melatonina, um leve ganho de peso no grupo placebo, e os usuários de amitriptilina apresentaram um ganho de peso mais significativo.



Cápsula de Melatonina e Tansulosina

Melatonina.....3 mg

Tansulosina.....0,4 mg

Excipiente q.s.p.1 Cápsula

Administrar 1 cápsula a noite ou conforme orientação médica.

Melatonina na Redução da Probabilidade de Noctúria e da Frequência de Micção

Este estudo clínico, de grupos paralelos, randomizado e duplo-cego teve como objetivo investigar o efeito da melatonina e tansulosina na melhora dos sintomas urinários da Hiperplasia Prostática Benigna, HPB (FOTOVAT; SAMADZADEH; AYATI; NOWROOZI *et al.*, 2021). O estudo mostrou que a adição de melatonina ao tratamento clássico de pacientes com HBP com tansulosina pode reduzir significativamente a probabilidade de noctúria em 2,39 vezes (IC 95%: 1,07-5,32, OR = 2,39, $p = 0,033$) e a frequência de micção em 2,59 vezes (IC 95%: 1,15-5,84, OR = 2,59, $p = 0,021$). Não houve diferença estatisticamente significativa entre os dois grupos em IPSS, intermitência, esvaziamento incompleto, esforço, urgência e fluxo fraco.



Melatonina Melhora os Parâmetros Psicológicos e Metabólicos na Doença de Parkinson

Este estudo randomizado, duplo-cego e controlado por placebo teve como objetivo avaliar o impacto da suplementação de melatonina no perfil metabólico e clínico de pessoas com doença de Parkinson, DP (DANESHVAR KAKHAKI; OSTADMOHAMMADI; KOUCHAKI; AGHADAVOD *et al.*, 2020). A suplementação de melatonina reduziu significativamente os escores da *Unified Parkinson's Disease Rating Scale* (UPDRS) parte I, do *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), do *Beck Depression Inventory* (BDI) e do *Beck Anxiety Inventory* (BAI) em comparação ao placebo. Além disso, a melatonina resultou em uma redução significativa dos níveis de proteína C reativa de alta sensibilidade (PCR-as) e em um aumento significativo na capacidade antioxidante total (CAT) plasmática e nos níveis de glutathiona total (GSH). A suplementação de melatonina também reduziu significativamente os níveis séricos de insulina, o *Homeostasis Model of Assessment-Insulin Resistance* (HOMA-IR), o colesterol total e o LDL, quando comparada ao placebo.

Cápsulas de Melatonina

Melatonina.....10 mg

Excipiente q.s.p.1 Cápsula

Administrar 1 cápsula ao dia 1 hora antes de dormir ou conforme orientação médica.



Cápsulas de Melatonina

Melatonina.....6 mg

Excipiente q.s.p.1 Cápsula

Administrar 1 cápsula ao dia ou conforme orientação médica.

Melatonina na Privação do Sono

Este estudo randomizado, placebo-controlado e duplo-cego teve como objetivo avaliar os efeitos da suplementação de melatonina no desempenho psicomotor e medidas relacionadas com a aptidão física de atletas universitários submetidos a três condições de sono (sem privação de sono, 4 horas e 24 horas de privação de sono).

No grupo placebo, os resultados indicaram que 4 e 24 horas de privação de sono tiveram efeito negativo sobre os parâmetros medidos, com impactos maiores em 24 horas de privação de sono. Em comparação com o placebo, e durante as condições 4 e 24 horas de privação de sono, a melatonina teve um efeito positivo no equilíbrio estático e dinâmico, na potência anaeróbia, nos níveis de lactato sanguíneo e no tempo de reação. Outras variáveis avaliadas no decorrer do estudo não mostraram diferenças significativas entre os grupos.



Referências

Gonçalves AL, Martini Ferreira A, Ribeiro RT, Zukerman E, Cipolla-Neto J, Peres MF. Randomised clinical trial comparing melatonin 3 mg, amitriptyline 25 mg and placebo for migraine prevention. *J Neurol Neurosurg Psychiatry*. 2016 Oct;87(10):1127-32. doi: 10.1136/jnnp-2016-313458. Epub 2016 May 10. PMID: 27165014; PMCID: PMC5036209.

FOTOVAT, A.; SAMADZADEH, B.; AYATI, M.; NOWROOZI, M. R. et al. The effect of Melatonin on Improving the benign Prostatic Hyperplasia Urinary Symptoms, a Randomized Clinical Trial. *Urol J*, p. 6761, Nov 8 2021.

DANESHVAR KAKHAKI, R.; OSTADMOHAMMADI, V.; KOUCHAKI, E.; AGHADAVOD, E. et al. Melatonin supplementation and the effects on clinical and metabolic status in Parkinson's disease: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Clinical Neurology and Neurosurgery*, 195, p. 105878, 2020/08/01/ 2020.

PARYAB, N.; TAHERI, M.; H'MIDA, C.; IRANDOUST, K. et al. Melatonin supplementation improves psychomotor and physical performance in collegiate student-athletes following a sleep deprivation night. *Chronobiol Int*, p. 1-9, Apr 12 2021.