



FOTOPROTEÇÃO ORAL COMBINAÇÃO DE ANTIOXIDANTES

Novidades em Fotoproteção

RESUMO

A fotoproteção é uma estratégia preventiva terapêutica fundamental frente ao fotoenvelhecimento e ao câncer de pele. Este artigo compila as novidades mais relevantes em substâncias fotoprotetoras, tanto em fotoproteção tópica como sistêmica. Começando pelas novas contribuições dos clássicos filtros físicos e químicos, passando pela crescente incorporação de substâncias antioxidantes, as novas estratégias de reparo ao dano solar ao DNA e ao estado atual de substâncias estimulantes da melanogênese. Por último, se revisa a fotoproteção frente à radiação infravermelha.



Fotoproteção Oral

Diversas substâncias sem efeitos secundários têm demonstrado exercer um efeito preventivo aos danos solares induzidos pela radiação UV na pele quando são ingeridos oralmente, constituindo-se assim como fotoprotetores orais. Seus mecanismos de ação são muito variados, intervindo em diversas vias de sinalização e exercendo efeito protetor seja por sua ação antioxidante, anti-inflamatório ou imunomoduladora. Na continuação exporemos as substâncias que existe uma maior evidência de seu efeito fotoprotetor oral.

Combinação de Antioxidantes

Assim como nos fotoprotetores tópicos, nos fotoprotetores orais devem-se combinar substâncias, principalmente de efeito antioxidante, potencializando o efeito fotoprotetor global. Já é bem conhecida que a combinação de vitaminas C e E é maior do que separadas.

Y.Gilaberte^{a,b}, y S.Gonzalez^{c,d}

^a A Unidad de Dermatología, Hospital San Jorge, Huesca, España

^b Instituto Aragones de Ciencias de la Salud, Zaragoza, España

^c Servicio de Dermatología, Memorial Sloan-Kettering Cancer Center, New York, EE.UU.

^d Servicio de Dermatología, Hospital Ramon y Cajal, Madrid, España

Novedades en fotoprotección

Actas Dermosifiliogr. 2010;101(8):659-672

Suplemento oral	Ação	Dosagem diária
Cacau (catequinas, epicatequina, procianidina)	Aumentam a dose eritemática mínima	5 a 10g
Cafeína	Prevenção do câncer de pele; promove apoptose de queratinócitos irradiados	20 a 100mg
Carotenóides	Aumentam a dose eritemática mínima	Licopeno- 5 a 10mg Luteína- 5 a 40mg
Ômega-3	Diminui o dano ao DNA induzido por RUV; diminui os níveis de mediadores pró-inflamatórios e imunossupressores.	4 a 10g
Picnogenol + Vit C + Vit E + óleo de prímula	Inibe a ação de metaloproteinase em animais expostos cronicamente a RUV, aumentando a síntese de colágeno	25 a 75mg
Polifenóis do vinho (resveratrol)	Aumentam a dose eritemática mínima	Resveratrol-10 a 200mg
Polifenóis do chá (epigallocatequina-3-galato)	Aumentam a dose eritemática mínima; diminui a fotocarcinogênese e fotoenvelhecimento induzido por UV	Ext. Green tea: 100 a 750mg
Polipodum leucotomos	Antioxidante, diminui a lipoperoxidação e inflamação após UV, protege da fotoimunossupressão, reduz o dano ao DNA, diminuindo o efeito mutagênico induzido por RUV	240 a 360mg
Quercetina	Diminui stress oxidativo sistêmico após radiação UV	50 a 500mg

Polipodium leucotomos	250mg
Vitamina D	500UI
Luteína	5mg
Licopeno	5mg
Vitamina C	2g
Vitamina E	400UI

Mande 30 doses

Posologia: Tomar 1 dose ao dia

Resveratrol	20mg
Licopeno	20mg
Betacaroteno	30mg
Chá verde	300mg
Selênio	50mcg
Picnogenol	100mg

Mande 30 doses

Posologia: Tomar 1 dose ao dia

1.Mireles-Rocha H, Galindo I, Huerta M, Trujillo-Hernández B, Elizalde A, Cortés-Franco R. UVB photoprotection with antioxidants: effects of oral therapy with d-alpha-tocopherol and ascorbic acid on the minimal erythema dose. Acta Derm Venereol. 2002;82(1):21-4.

- No estudo, 45 voluntários foram divididos em 3 grupos: 1 recebeu 1200UI de vitamina E/dia, outro 2g de vitamina C e o terceiro grupo a associação das anteriores, por 1 semana. Observou-se que o grupo 1 e 3 aumentaram a dose eritemática mínima, e que a associação obteve melhor resultado.

2.Katiyar SK. Green tea prevents non-melanoma skin cancer by enhancing DNA repair. Arch Biochem Biophys. 2011 Apr 15;508(2):152-8

- Entre os inúmeros benefícios do consumo do chá verde como bebida amplamente consumida está a fotoproteção cutânea. O artigo investiga estudos que definem a potencial eficácia dos polifenóis do chá verde na prevenção do câncer não melanoma. O chá verde tem demonstrado prevenir o desenvolvimento de tumor UVB-induzido através da indução de interleucina (IL)12, que tem habilidade para reparar o DNA.

3.Nichols JA, Katiyar SK. Skin photoprotection by natural polyphenols: anti-inflammatory, antioxidant and DNA repair mechanisms. Arch Dermatol Res. 2010 Mar;302(2):71-83.

- As doenças cutâneas induzidas por exposição crônica a RUV são causadas por indução excessiva de inflamação, estresse oxidativo e dano ao DNA. O uso de agentes quimioprotetores como os polifenóis de plantas tem ganhado atenção. Químio prevenção refere-se aos agentes que podem inibir, reverter ou retardar o processo desses eventos prejudiciais na pele UV-exposta. Este artigo de revisão resume os efeitos fotoprotetores de alguns polifenóis, como chá verde, proantocianidina da uva, resveratrol, silimarina e genisteína. Os dados sugerem que a suplementação com polifenóis como fotoproteção.

4.Caccialanza M, Recalcati S, Piccinno R. Oral polypodium leucotomos extract photoprotective activity in 57 patients with idiopathic photodermatoses. G Ital Dermatol Venereol. 2011 Apr;146(2):85-7

- O objetivo do estudo foi verificar a atividade fotoprotetora do Polypodium leucotomos (PL) nas fotodermatoses idiopáticas, em 57 pacientes (53 com erupção polimórfica à luz e 4 com urticária solar), sem uso concomitante de fotoprotetores ou outros fármacos. O tratamento com 480mg de PL beneficiou 73,68% dos pacientes, sem apresentar efeitos colaterais.

Encontre uma Imafar mais perto de você!

VITÓRIA

Jardim Camburi

📍 R. Italina P. Mota, 177
☎ 3237-1934
📞 98889-9655

Praia do Suá

📍 R. Misael P. da Silva,
98, Ed. Empire Center
☎ 3325-3750
📞 98854-1508

Jardim da Penha

📍 Pça. Regina Frigeri
Furno, 340 - Lj. 110
☎ 3382-3200
📞 98889-9654

Jardim Camburi II

📍 Av. Armando D.
Rabello, 126, Ed.
Unique Mall
☎ 3317-4365
📞 98822-9475

VILA VELHA

Centro

📍 R. Henrique Moscos, 1018
☎ 3399-6363
📞 99849-9809

Itapoã

📍 R. Fortaleza, 30
☎ 3389-6788
📞 99818-0430

C. de Itaparica

📍 Av. Sta. Leopoldina, 575
☎ 3299-0102
📞 99978-0437

SERRA

Laranjeiras

📍 R. Álvares Cabral, 38
☎ 3138-7051
📞 98854-1527

CARIACICA

Campo Grande

📍 Av. Campo Grande, 35
☎ 3136-2220
📞 99656-4101

ST. TERESA

Centro

📍 R. Cel. Bonfim Júnior, 188
☎ 3259-3663
📞 99704-1688



www.imafar.com.br



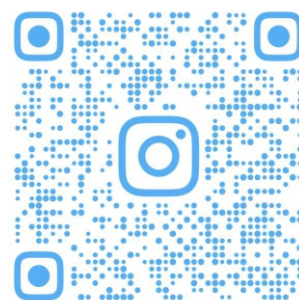
[farmaciaimafar](https://www.facebook.com/farmacaiamafar)



[imafarfarmacia](https://www.instagram.com/imafarfarmacia)

Atendimento via WhatsApp e E-mail

A IMAFAR disponibiliza aos clientes, entrega em domicílio na Grande Vitória e Santa Tereza. Envio por Sedex para todo o Brasil.



IMAFARFARMACIA