

# LITERATURA

## MINERAIS QUELATOS MINERAL DE ALTA ABSORÇÃO

Também chamados de minerais orgânicos, minerais quelatados ou mineral aminoácido quelato. São minerais ligados a um aminoácido e que possuem maior capacidade de serem absorvidos pelo organismo. Podem ser de três tipos:

1. Mineral Aminoácido Quelato: quando uma molécula de mineral está ligada a um aminoácido específico. É de fácil assimilação pelo organismo.
2. Mineral Aminoácido Complexo: (específico e inespecífico) quando uma molécula de mineral está ligada a um aminoácido complexo. É menos absorvida que o anterior.
3. Mineral Proteinato: quando uma molécula mineral está ligada a um complexo polipeptídico. É a menos absorvida dos três tipos:

A diferença entre os três tipos está no peso molecular, na constante de estabilidade das ligações e nos aminoácidos utilizados.

Os minerais quelatados possuem a vantagem de serem melhor biodisponíveis (até 90% de absorção, contra 10 a 20% dos minerais inorgânicos), sem interferirem na absorção de outros nutrientes, sem possuírem efeitos colaterais, nem causarem doppig.

Para o cálculo de correção de minerais quelatos deve-se levar em consideração a prescrição médica. Se o solicitado for apenas o mineral puro, o que chamamos de teor elementar, deve-se aplicar o fator. Se o prescrito for quelato, não. Para se certificar no momento da prescrição, o ideal é avaliar pela dosagem prescrita, assim sabemos se é prescrito o elementar ou não.

COMPOSTO MINERAL	DOSAGEM USUAL (MINERAL ELEMENTAR)
<b>Boro</b>	1 a 5 mg
<b>Cálcio</b>	500 a 1500 mg
<b>Cobre</b>	0,5 a 5 mg
<b>Cromo</b>	100 a 200 mcg
<b>Ferro</b>	10 a 60 mg
<b>Fósforo</b>	800 a 1200 mg
<b>Magnésio</b>	50 a 500 mg
<b>Manganês</b>	2 a 20 mg
<b>Molibdênio</b>	15 a 500 mcg
<b>Potássio</b>	50 a 100 mg

# LITERATURA

<b>Selênio</b>	50 a 200 mcg
<b>Silício</b>	2 a 10 mg
<b>Vanádio</b>	50 a 500 mcg
<b>Zinco</b>	10 a 60 mg

## **BORO QUELATO 5%**

**OTIMIZA O METABOLISMO DO CA, K, MG, VIT. D, PARA ARTRITE REUMATÓIDE E OSTEOPOROSE.**

**Uso:** Interno

**Fator de Correção:** Aplicar fator

**Fator de Equivalência:** Não se aplica

### **Boro**

O boro começou a atrair atenção especial devido a um estudo recente que indica seus possíveis benefícios na prevenção da osteoporose pós-menopausa. O boro é um mineral - traço encontrado principalmente nos alimentos de origem vegetal. Aparentemente, é essencial ao crescimento e desenvolvimento das plantas. Embora se acredite que seja importante para o crescimento e desenvolvimento de animais, sua importância em animais e seres humanos ainda não foi comprovada. Por outro lado, seus efeitos estimulantes da saúde em seres humanos estão se tornando cada vez mais aparentes.

### **Indicações Terapêuticas**

Em mulheres após a menopausa, uma vez que a carência de boro incrementa a excreção urinária de cálcio e magnésio e reduz as concentrações séricas de 17- beta- estradiol e testosterona. Também recomendado na prevenção da osteoporose. Estudos recentes defendem a hipótese de que o Boro influencia o metabolismo das macro minerais e afeta o metabolismo de hormônios. O Boro otimiza o metabolismo do cálcio, potássio, magnésio, vitamina D e influencia a ação do paratormônio, e a eficiência funcional das membranas.

# LITERATURA

Otimiza o metabolismo do magnésio quando há deficiência deste mineral. A suplementação com boro reduz a excreção de magnésio, visto que, níveis de magnésio inferiores ao ideal são bastante comuns, especialmente nos usuários de diuréticos e digitálicos. O nível reduzido de magnésio pode ser um fator importante na doença cardíaca isquêmica e em outras formas de doenças cardiovasculares. O efeito moderador de magnésio exercido pelo boro é de grande importância nesses casos. Benéfico no tratamento da artrite e desenvolve a musculatura. As doenças relacionadas com a deficiência desse mineral são: osteoporose, artrite reumatóide, sintomas da menopausa e perda de cálcio, magnésio e fósforo na urina.

## Recomendação de uso

De 1 a 5 mg diários, na forma de Boro elementar. Melhor se administrado com uma suplementação bem balanceada de vitaminas e minerais, incluindo manganês, cálcio e riboflavina.

## Reações Adversas

Pelo fato do boro estar ligado a aminoácidos determina, ao contrário dos sais minerais, que o índice de efeitos adversos seja zero em doses terapêuticas.

## Contra-Indicações

Estudos realizados em diversos animais de laboratório não demonstraram ocorrência de efeitos colaterais para concentrações 5 a 10 vezes maiores que a dose efetiva.

## Referência:

1. Material fabricante.
2. BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/SP:Tecnopress, 3ª Ed. 2006.
3. FERREIRA, A.O. Guia Prático da Farmácia Magistral. Juiz de Fora/MG: Pharmabooks, 2ª Ed. 2002.

*Última atualização: 09/07/2012 DP  
22/10/2015 AM*