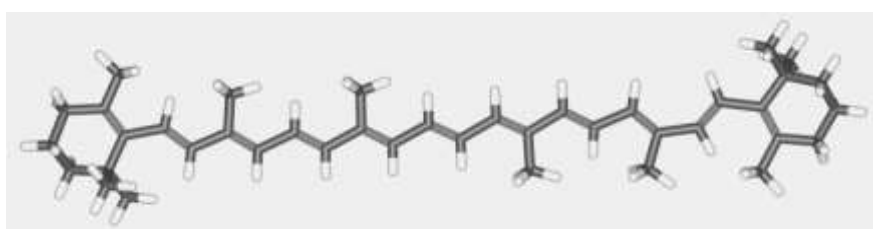




# Beta-caroteno

IT – Informativo Técnico



## 1. Propriedades

O betacaroteno é um pigmento carotenóide antioxidante. Natural, é uma das formas de se obter indiretamente a Vitamina A, pois é um precursor da Vitamina A (pró-vitamina A). O betacaroteno tem recebido grandes propriedades nas pesquisas das quais é alvo. Sabe-se hoje que ele é um antioxidante (inibe radicais livres, prevenindo o envelhecimento), beneficia a visão noturna, aumenta a imunidade, dá elasticidade à pele, aumenta o brilho dos cabelos e o fortalecimento das unhas, além de atuar no metabolismo de gorduras. O betacaroteno também é favorável na obtenção do bronzeamento da pele. Quando transformado em vitamina A em nosso organismo, auxilia na formação de melanina, pigmento responsável por proteger a pele dos raios ultra-violetas e conferir o bronzeamento.

Atua na manutenção da estrutura epitelial e das mucosas que revestem intestinos, vias respiratórias e no desenvolvimento dos dentes e ossos.

A conversão do betacaroteno em vitamina A é realizada na parede do intestino delgado, sendo sua conversão influenciada pela ingestão de gordura e proteínas da dieta. O betacaroteno só é biologicamente ativo quando transformado em retinol (Vitamina A).

A absorção de betacaroteno encontra-se em dependência da presença de bile e aproximadamente um terço de betacaroteno é absorvido a nível intestinal. Betacaroteno é uma molécula capaz de se transformar em vitamina A no organismo sempre que ele precisar, entretanto o excesso da vitamina pode ser nocivo, enquanto o betacaroteno em si não faz mal algum.

A carência dessa vitamina provoca a cegueira noturna e a xeroftalmia (ressecamento da córnea), além da pele seca e escamosa. Cada 1mg de betacaroteno corresponde a 1666UI.

## 2. Posologia

Dose de 30 a 150mg/dia para crianças e 30 a 300mg/dia para adultos nas refeições.



### 3. Reações Adversas

Consumir grande quantidade de betacaroteno não é perigoso para o organismo. O único efeito colateral conhecido pelo excesso do mesmo é o aparecimento de uma coloração amarelada na pele, que é inócua e não deixa sequelas, que desaparece com a redução do consumo, denominada por hiperqueratose. Causa, muito raramente, fezes e artralgia.

### 4. Interações

Não é aconselhável usar simultaneamente a vitamina A. Isto poderia ocasionar uma hipervitaminose.

### 5. Sugestão de Fórmulas:

Suplemento vitamínico e minerais, anti-radicais livres:

Selênio .....	40mcg
Zinco .....	40mg
Vitamina C .....	500mg
Vitamina E .....	100mg
Betacaroteno .....	20mg
Baseffer® .....	0,7g

Tomar 1 sachê 2 vezes ao dia nas refeições (opcional: adicionar flavorizante e edulcorante)

Fotoprotetor sistêmico em doenças fotossensitivas (lupus eritematoso) e como bronzeador:

Betacaroteno .....	50mg
Celulomax® .....	1 cápsula

Tomar 1 cápsula 2 vezes ao dia nas refeições por um período de 2 a 3 semanas, reduzindo para 1 cápsula ao dia durante 1 mês.

### 6. Referências Bibliográficas

P.R, Vade-Mécum. 9ª edição, São Paulo, 2003.

BATISTUZZO, J.A.O.; ITAYA, M.; ETO, Yukiko. Formulário Médico Farmacêutico, 2ª edição, São Paulo, Tecnopress, 2002.



JASON, MICHAEL, A Revolução das Vitaminas. Editora Record, 2002.

Martindale, The Complete Drug Reference, 33ª edição, pág. 1355-1, 2002.

Revisão 01 – Data 31/01/2018



SAT (11) 2165-9259  
[www.levviale.ind.br](http://www.levviale.ind.br)  
i e levvialeind