

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA

DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE NUTROLOGIA PEDIÁTRICA

SUPLEMENTOS NUTRICIONAIS*

Suplementos nutricionais são produtos em gotas, suspensão, flaconetes, pós para adição de água ou leite e outras formas. Podem ser vitaminas isoladas ou combinadas com minerais e outros nutrientes. Podem também ser combinados com proteínas do leite ou vegetais (soja), carboidratos, diferentes fibras ou produtos para incrementar a energia. Usualmente, são produtos que podem ser utilizados para complementar a dieta, aumentar a oferta de nutrientes, ajudar na recuperação de doenças, manter o estado nutricional ou serem utilizados para fins especiais. Estes produtos para fins especiais incluem os substitutos alimentares para perda ou ganho de peso, os desenhados para atletas ou para outras finalidades como reposição em algumas doenças metabólicas (diabetes, doença renal, doenças do fígado, por exemplo).

Os suplementos que podem ser utilizados em pediatria são as vitaminas e minerais, isolados ou em múltiplas combinações, em doses para prevenção de carências nutricionais ou para tratamento das deficiências ou doenças resultantes. Se forem apenas vitaminas e minerais, não contem energia. Se formulados com proteínas ou carboidratos (açúcares complexos), têm calorias e podem ser usados para a manutenção de peso, a recuperação de peso perdido após infecções ou cirurgias, para ganho de peso em crianças que comem pouco ou em situações especiais.

Quase sempre são recomendados para a manutenção do estado nutricional enquanto se avalia a causa de possíveis deficiências ou por problemas alimentares. Este suplemento tem base em proteínas do leite de vaca ou soja e podem conter açúcares como lactose e sacarose, glúten e, na sua formulação, podem conter alimentos que podem causar alergias. Não devem ser confundidos com fórmulas infantis (para uso em ausência do leite materno) ou com produtos com quebra parcial ou total das proteínas (hidrolisados ou fórmulas de aminoácidos). Em todos os casos, é recomendável a indicação e acompanhamento por pediatra e, se necessário, nutricionista, não sendo aconselhada a automedicação.

**Por Mauro Fisberg, membro do Depto de Nutrologia da SBP, coordenador do Centro de Nutrição e Dificuldades Alimentares do Instituto Pensi (Sabará Hospital Infantil) e prof. associado de pediatria da Escola Paulista de Medicina- UNIFESP*