

## **OS IMPACTOS DO EXCESSO DE SUPLEMENTAÇÃO DE MICRONUTRIENTES NA SAÚDE CAPILAR**

TRICHO HEALTH CONGRESS, 1ª edição, de 21/03/2021 a 23/03/2021

ISBN dos Anais: 978-65-86861-86-0

**VIANA; ANA FLAVIA GOMES <sup>1</sup>, BARBOSA; DANIEL DOMINGUES <sup>2</sup>, MIRANDA; LAURA CARVALHO DE MIRANDA <sup>3</sup>, COELHO; TIAGO BERNARDES <sup>4</sup>**

### **RESUMO**

Pacientes que sofrem queda de cabelo comumente buscam por suplementos alimentares que prometem solucionar esse problema promovendo uma melhor saúde capilar. Isso geralmente é feito sem qualquer consulta a um médico ou nutricionista, fato esse que constitui grave problema potencial para a saúde. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo geral avaliar os riscos da ingestão de suplementos alimentares sem consulta prévia a profissionais especializados. Por sua vez, os objetivos específicos procuram entender como o uso excessivo de vitaminas e minerais pode ser prejudicial à saúde, bem como entender se há alguma interação medicamentosa de destaque nas terapias suplementares. A pesquisa da bibliografia foi desenvolvida com base na análise, estudo e seleção de artigos e documentos provenientes de bancos de dados nacionais e internacionais como Scientific Electronic Libray Online (SciELO), Literatura Latino-Americana (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), utilizando-se das seguintes palavras-chave: “alopecia”; “suplementos nutricionais”; “nutrientes”. Através dos estudos foi possível observar os riscos de toxicidade, interações medicamentosas, teratogenicidade e efeitos no sistema reprodutivo pela overdose de micronutrientes. Observou-se também demasiado apelo publicitário e carência na regulamentação para a venda de suplementos. Portanto, apesar da deficiência de nutrientes afetar a saúde capilar, o excesso de vitamina A, vitamina E e selênio também podem levar à alopecia. Além disso, a utilização dos suplementos deve ser prescrita por profissionais especializados que se orientem por evidências científicas de confiança.

**PALAVRAS-CHAVE:** alopecia, suplementos nutricionais, nutrientes

<sup>1</sup> Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais , anafaviagomesviana@gmail.com

<sup>2</sup> Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais , danielmngs31@gmail.com

<sup>3</sup> Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais , laurac.miranda@hotmail.com

<sup>4</sup> Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais , tiago.coelho518@gmail.com