



# Diário Oficial

Estado de São Paulo

Márcio França - Governador

Poder  
Executivo  
seção I

**imprensaoficial**

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Palácio dos Bandeirantes • Av. Morumbi 4.500 • Morumbi • São Paulo • CEP 05650-000 • Tel. 2193-8000

Volume 128 • Número 116 • São Paulo, terça-feira, 26 de junho de 2018

www.imprensaoficial.com.br

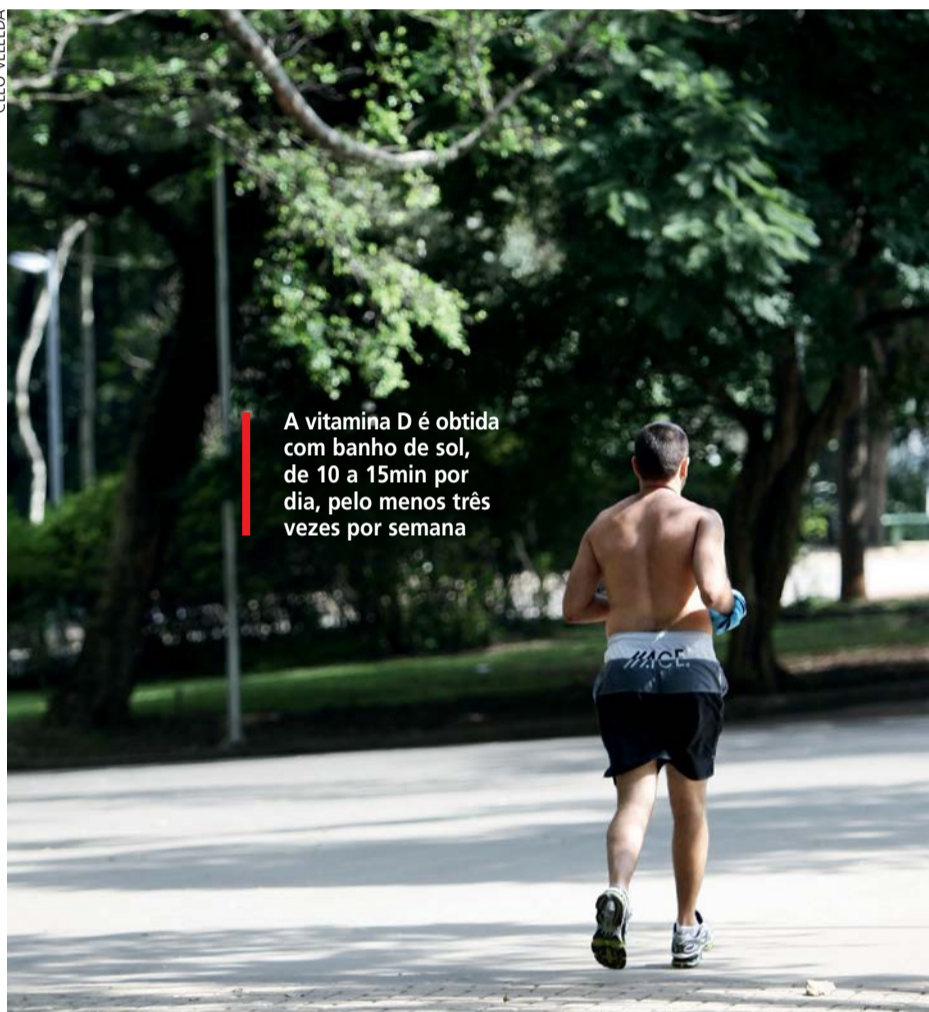
## Especialista alerta para os riscos da automedicação com vitamina D

**“D**iversos estudos mundiais, divulgados nos últimos anos, pregam que é importante consumir vitamina D para prevenção de doenças cardiovasculares, doenças autoimunes, câncer, depressão, fibromialgia, autismo e até para melhorar o desempenho na atividade física. No entanto, existe um consumo exagerado e desnecessário desses suplementos no Brasil e não há evidências científicas confiáveis desses benefícios”, adverte a endocrinologista Soraya Lopes Sader, do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto (FMRP) da Universidade de São Paulo.

**Alta dose do nutriente, sem orientação médica, acarreta excesso de urina, desidratação, desorientação e a chamada “pedra nos rins”**

O Sindicato da Indústria de Produtos Farmacêuticos no Estado de São Paulo (Sindusfarma) informa que a venda de suplementos de vitamina D nas farmácias e drogarias brasileiras representou R\$ 195,8 milhões em 2014 e R\$ 588,5 milhões em 2017, um crescimento de cerca de 200%. No Estado de São Paulo, a rede farmacêutica faturou R\$ 63,8 milhões em 2014 e, três anos depois, R\$ 188,3 milhões, um aumento de mais de 195%.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), a vitamina D é um pré-hormônio produzido a partir da ação do raio ultravioleta B na pele.



A vitamina D é obtida com banho de sol, de 10 a 15min por dia, pelo menos três vezes por semana

A médica Soraya acrescenta que a vitamina D, facilitadora da absorção de cálcio no organismo, é obtida com o banho de sol, de 10 a 15 minutos por dia, de preferência entre 10 e 15 horas, expondo os braços e as pernas, pelo menos três vezes por semana. No inverno, a produção da vitamina D pela pele pode ser reduzida, de acordo com a região do País. No entanto, em pessoas saudáveis, não é necessária a reposição com suplemento, esclarece.

A vitamina D também é obtida através de alimentos como óleo de fígado de bacalhau e peixes gordurosos (salmão, atum, cavala), porém, em quantidades inferiores à necessidade diária. Sendo assim, a principal fonte

de captação de vitamina D entre as pessoas saudáveis é a síntese cutânea através do sol.

**Grupos de risco** – Ela diz que apenas idosos, mulheres com diagnóstico de osteoporose e osteopenia, pacientes submetidos à cirurgia bariátrica e outros grupos específicos precisam de reposição de vitamina D. Definida pelo médico, casos de deficiência de vitamina D recebem altas doses do suplemento durante oito semanas e, depois, dose reduzida de manutenção para controlar o problema de saúde.

Casos de contraindicação para exposição solar, como pacientes com câncer e

lúpus devem receber suplemento de vitamina D com orientação médica.

O Departamento de Metabolismo Ósseo e Mineral da SBEM informa que a taxa maior de 20 nanogramas por mililitro (ng/mL) é o desejável para população geral saudável. Entre 30 e 60 ng/mL é a taxa recomendada para grupos de risco como idosos, gestantes, pacientes com osteomalácia, raquitismos, osteoporose, hiperparatireoidismo secundário, doenças inflamatórias, doenças autoimunes e renal crônica e pré-bariátricos.

Entre 10 e 20 ng/mL é considerado baixo com risco de fraturas e perda de massa óssea. Menor do que 10 ng/mL é muito baixo, com risco de evoluir com defeito na mineralização óssea (osteomalácia e raquitismo).

Nos casos de deficiência de vitamina D, informa a SBEM, o paciente inicialmente pode não relatar sintomas. Quando as queixas aparecem é importante ficar atento à fadiga, fraqueza muscular e dor crônica. A médica Soraya destaca que apenas grupos de risco devem realizar exames frequentes para acompanhar o nível de vitamina D.

**Intoxicação** – A SBEM informa ainda que a taxa acima de 100 ng/mL é considerada elevada, com risco de hipercalcemia (quando a quantidade de cálcio no sangue é maior do que a normal) – caso de intoxicação.

A endocrinologista Soraya alerta que o consumo de alta dose de vitamina D, por tempo prolongado, provoca intoxicação medicamentosa e diversas complicações: “Elevada quantidade de cálcio circula no sangue e é eliminado na urina, o que poderá acarretar excesso de urina, desidratação, desorientação e cálculo renal (a popular “pedra nos rins”). Sem tratamento médico adequado, a longo prazo, o paciente poderá sofrer com a perda da função renal”, alerta a especialista da FMRP da USP.

**Viviane Gomes**  
Imprensa Oficial – Conteúdo Editorial

## FGV estuda o impacto do ProAC na economia

A Fundação Getúlio Vargas realiza levantamento inédito sobre o impacto do Programa de Ação Cultural (ProAC) no Estado de São Paulo. O objetivo é mensurar a capacidade de geração de renda e de empregos envolvendo eventos e atividades culturais no território paulista.

A metodologia foi apresentada para profissionais da cultura e funcionários da Secretaria da Cultura.

Ao viabilizar atividades culturais, o ProAC faz girar uma cadeia produtiva que envolve outros setores, como, por exemplo,

de alimentação, de vestuário, de transporte e de energia. “É preciso colocar a relevância econômica da cultura em seu devido lugar. Queremos mostrar o quanto a cultura gera empregos, de PIB, de arrecadação e renda”, afirma o coordenador técnico da pesquisa, Robson Gonçalves.

Ele diz que, nos Estados Unidos, a cultura responde por 4% do PIB norte-americano, algo em torno de US\$ 800 bilhões e gera 4,7 milhões de postos de trabalho. Na Europa, na área da cultura, existem 7,7 milhões de trabalhadores no setor.

O estudo deve ser finalizado e apresentado no segundo semestre deste ano. Ao final, poderá servir de referência para outras pesquisas, inclusive em outros Estados. “No Brasil, o acesso à cultura ainda se dá via televisão; precisamos estender os horizontes. O estudo será uma referência para as futuras políticas públicas para o setor. É preciso que haja um mapeamento em nível nacional para orientar as políticas culturais no País”, sugere Gonçalves.

João Daniel Tikhomiroff, presidente do Sindicato da Indústria Audiovisual do

Estado de São Paulo (Siaeso), deu números do seu setor: “A indústria do audiovisual representa 0,58% do PIB brasileiro, número maior que de outros setores relevantes em território brasileiro”, afirmou.

Para ele, a necessidade de crescimento do entretenimento é importante para a identificação do povo brasileiro com a sua cultura e sua língua.

**Maria Lúcia Zanelli**  
Imprensa Oficial – Conteúdo Editorial  
Assessoria de Imprensa da Secretaria da Cultura