

Holística
Manipulação, Saúde e Bem-Estar

INTERVENÇÕES CLÍNICO-NUTRICIONAIS NA TERAPÊUTICA INFANTIL

Visão integrada das principais intervenções clínico-nutricionais atualizadas para apoiar desenvolvimento cognitivo, regulação do sono, imunidade, microbiota e adequação nutricional na infância.

Visão Geral

A suplementação personalizada na pediatria desempenha papel estratégico no suporte ao crescimento, neurodesenvolvimento, imunidade e saúde intestinal, especialmente em crianças com maior vulnerabilidade nutricional, sono irregular, dificuldade de concentração, constipação e infecções respiratórias recorrentes.

Componentes como probióticos, vitaminas, minerais, aminoácidos e fitoterápicos modulam eixos essenciais, imune, metabólico, intestinal e neuroquímico, favorecendo equilíbrio funcional e reduzindo a incidência de doenças comuns na infância.

Barretto, Gouveia & Alves, 2024

Além disso, o uso de compostos naturais como **Herbatonin® (melatonina vegetal), Melissa officinalis (Relissa®), L-teanina, Neuravena®, beta-glucana e magnésio L-treonato** potencializa resultados em sono, função cognitiva e memória, com perfil de segurança bem estabelecido para a população pediátrica.

Já em casos de ingestão alimentar insuficiente, a suplementação de **vitaminas do complexo A, B, C e D**, somado ao **ferro (Lipofer® e ferro taste free)** contribui para o adequado estado nutricional, evitando desconfortos gastrointestinais.

Assim, reunimos aqui sugestões de fórmulas personalizadas, viabilizadas em formas farmacêuticas pensadas para maximizar a aceitação e a adesão ao tratamento ou suplementação no público infantil.

Koç *et al.*, 2024

Vantagens da suplementação como coadjuvante na terapêutica envolvendo desordens do organismo infantil

1. Fortalece a imunidade e reduz a recorrência de IVAS, otites e amigdalites.
2. Melhora o sono e a regulação emocional por modulação GABAérgica e do ritmo circadiano.
3. Favorece o desenvolvimento cognitivo, memória, foco e desempenho escolar.
4. Auxilia no equilíbrio da microbiota e no tratamento de constipação e pós-antibióticos.
5. Reduz deficiências nutricionais, apoiando o desenvolvimento saudável na infância
6. Favorece o crescimento saudável, oferecendo vitaminas e minerais essenciais de forma segura.
7. Aumenta a adesão com formas farmacêuticas palatáveis (gomas, jujubas, chocolates, solução oral).

Canbolat *et al.*, 2024; Bhoite, Satyavrat & Premasudha, 2022; Lee, 2023; Kahathuduwa *et al.*, 2020;

Figura 1.
Principais benefícios da suplementação em opções estratégicas



Adaptado de: Canbolat *et al.*, 2024

Imunidade

A combinação de ativos naturais e mucolíticos oferece suporte amplo para quadros de tosse e infecção das vias aéreas superiores (IVAS).

A **N-acetilcisteína (NAC)** reduz a viscosidade do muco e facilita sua eliminação, enquanto **guaco e própolis** acalmam as vias aéreas e diminuem o reflexo da tosse. A **β-glucana e a echinacea** reforçam a defesa imunológica, reduzindo a duração de IVAS.

Associados a probióticos como ***Lactobacillus rhamnosus*** e ***Bifidobacterium lactis***, fortalecem a barreira mucosa e equilibram respostas inflamatórias, promovendo recuperação mais rápida e reduz a intensidade dos sintomas.

Bhoite, Satyavrat & Premasudha, 2022; Abd *et al.*, 2022; Linssen *et al.*, 2020

USO IN

01 **Maior tolerância imunológica**
2 a 6 anos

Vitamina D.....400 UI
Zinco quelato tast free.....2 mg
Lactobacillus rhamnosus.....100 MLH/UFC
Bifidobacterium lactis.....0,5 BLH/UFC
Chocolate qsp.....1 unidade

Posologia: Ingerir 1 dose, 1 vez ao dia, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $

USO IN

02 **Reforço da imunidade**
≥ 6 anos

Epicor™.....100 mg
Zinco quelato tast free.....3 mg
Vitamina C.....70 mg
Echinacea purpurea.....125 mg
Goma qsp.....1 unidade

Posologia: Ingerir 1 goma 1 vez ao dia, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $ $

USO IN

03 **Xarope antitussígeno**
tosse seca e irritativa
≥ 3 anos

NAC.....100 mg
Tintura guaco.....1 mL
Tintura própolis.....0,5 mL
Beta glucana.....50 mg
Tintura echinacea purpurea.....2 mL
Xarope açúcar free qsp.....100 mL

Posologia: Utilizar por período de 10 a 14 dias, 5 mL até 3 vezes ao dia, ou conforme orientação

Preço sugerido para 30 doses $

$ *Até R$ 100* $ $ *Até R$ 200* $ $ $ *Até R$ 300* $ $ $ $ *Até R$ 400*

***Preço sujeito à alterações, sem aviso prévio.**

Suporte na adequação nutricional

A suplementação contribui no suporte ao crescimento, imunidade e desempenho cognitivo. A combinação de **vitaminas A, D e C com complexo B**, associado a **zinco e ferro taste-free** apoia síntese energética, a defesa antioxidante e funções neurocognitivas. Sua associação em **formas farmacêuticas como jujuba ou chocolate** facilita adesão e facilita experiência agradável e palatável com praticidade para a administração de cada dose.

Lee, 2023; Moscheo *et al.*, 2022

USO IN

04 Suporte nutricional
4 a 10 anos

Ferro quelato taste free	20 mg
Vitamina A	300 UI
Vitamina D	800 UI
Vitamina C	40 mg
Vitamina B1	0,5 mg
Vitamina B2	0,6 mg
Vitamina B3	6 mg
Vitamina B5	3 mg
Vitamina B6	0,8 mg
Zinco quelato taste-free	3 mg
Beta-glucana	50 mg
Chocolate (70% cacau) qsp	1 unidade

Posologia: Ingerir 1 unidade ao dia após a refeição, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $$

USO IN

05 Manutenção dos níveis de ferro
2 a 5 anos

Lipofer® (6 mg ferro elementar)	75 mg
Vitamina C	20 mg
Goma qsp	1 unidade

Posologia: Ingerir 1 goma ao dia após refeição, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $$

Equilíbrio e maior conforto gastrointestinal

O equilíbrio intestinal depende da diversidade da composição da microbiota e da integridade da mucosa. Cepas como Saccharomyces boulardii, ***Lactobacillus rhamnosus e Bifidobacterium lactis e breve*** restauram a microbiota, reduzem desconfortos e auxiliam no manejo da constipação e pós-uso de antibióticos. Fibras como **inulina** aumentam ácidos graxos de cadeia curta (AGCCs), melhoram a diversidade da microbiota e regularidade das evacuações.

Dou *et al.*, 2022; Wang, Tan & Zhou, 2022

USO IN

06 Reequilíbrio e suporte à mucosa intestinal (Pós-antibióticos)
≥ 5 anos

Saccharomyces boulardii	250 mg
Zinco taste free	10 mg
Lactobacillus rhamnosus	1 BLH/UFC
Bifidobacterium lactis	2 BLH/UFC
Bifidobacterium breve	2 BLH/UFC
Glutamina	300 mg
Inulina	250 mg
Sachê qsp	1 unidade

Posologia: Ingerir 1 sachê ao dia, por 10 a 14 dias, diluído em líquido frio, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $

Regulação e melhora da qualidade do sono

A regulação do sono infantil é favorecida por ativos que modulam vias calmantes e equilibram o ritmo circadiano. **Herbatonin®** apoia a secreção fisiológica de melatonina, **Relissa®** e **L-teanina** reduzem hiperexcitabilidade, favorecem relaxamento e diminuem despertares noturnos. **Magnésio L-treonato** e **camomila** completam o efeito, melhorando latência, continuidade e qualidade do sono.

Pérez-Llamas *et al.*, 2020; Martinelli *et al.*, 2017

USO IN

07 Auxilia na qualidade do sono
3 a 6 anos

Herbatonin®	40 mg
Camomila	50 mg
Melissa officinalis	30 mg
Solução oral qsp	100 mL

Posologia: Ingerir 5 mL à noite, 1 a 2 horas minutos antes de deitar, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $

USO IN

08 Auxilia na qualidade do sono
≥ 6 anos

Relissa® Phytossome	100 mg
Herbatonin®	60 mg
L-teanina	25 mg
Magnésio L-treonato	120 mg
Goma qsp	1 unidade

Posologia: Ingerir 1 goma à noite, 1 a 2 horas antes de deitar, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $$

USO IN

09 Ajuda a diminuir irritabilidade

Relissa® phytossome	50 mg
Vitamina B6	60 mg
L-teanina	60 mg
Goma qsp	1 unidade

Posologia: Ingerir 1 goma ao dia, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $$

Desempenho e função cognitiva

A função cognitiva pode ser fortalecida por nutrientes que modulam neurotransmissores e ampliam a eficiência das conexões neurais, favorecendo foco, memória e desempenho escolar. **Neuravena®** melhora atenção e velocidade de processamento. **Fosfatidilserina e colina bitartarato** apoiam a formação de acetilcolina e a consolidação da memória. **Magnésio L-treonato** intensifica a plasticidade sináptica e a **vitamina B6** auxilia a síntese de neurotransmissores, essencial para manutenção da concentração.

Martinez-Horta *et al.*, 2021; Kahathuduwa *et al.*, 2020

USO IN

10 Otimizar a função cognitiva
≥ 6 anos

Neuravena®	100 mg
Fosfatidilserina	50 mg
Vitamina B6	2 mg
Magnésio L-treonato	100 mg
Colina bitartarato	60 mg
Goma qsp	1 unidade

Posologia: Ingerir 1 goma pela manhã, ou conforme orientação profissional.

Preço sugerido para 30 doses $$

Substâncias utilizadas nas fórmulas

Beta-glucana
2,5 mg/kg
Contribui na redução de Infecções das Vias Aéreas Superiores (IVAS), estimula macrófagos, células NK e proteção das mucosas.
Bhoite, Satyavrat & Premasudha, 2022

Colina bitartarato
50–600 mg
Precursor de acetilcolina, essencial para foco e atenção sustentados, velocidade de resposta e memória.
Strain *et al.*, 2013

Camomila
30–100 mg
Efeito calmante leve, ajuda na sensação de relaxamento, melhorando a indução do sono.
Martinelli *et al.*, 2017

Complexo B
Vit. B1: 0,3–1 mg
Vit. B2: 0,4–0,9 mg
Vit. B3: 4–12 mg
Vit. B5: 2–5 mg
Vit. B6: 0,5–3 mg
Suporte na energia celular, síntese de neurotransmissores, função cognitiva, humor e crescimento saudável, reduz fadiga e melhora o desempenho e adequação nutricional.
Lee, 2023

Epicor™
7 mg/kg (a partir de 2 anos)
Derivado de levedura de *Saccharomyces cerevisiae*, auxilia no reforço do sistema imunológico e reduz infecções das vias aéreas superiores.
Strain *et al.*, 2013

Echinacea purpurea
5–10 mg/kg
Imunoestimulante, auxilia na prevenção e reduz a duração de infecções das vias aéreas.
Ogal *et al.*, 2021

Ferro quelato taste free
20–60 mg
Ferro de alta absorção e sem sabor, auxilia na prevenção de anemia com excelente tolerância digestiva.
Moscheo *et al.*, 2022

Fosfatidilserina
50–100 mg
Estimula otimização da função cognitiva, memória, atenção e foco.
Bruton *et al.*, 2021

Glutamina
250–500 mg
Nutre enterócitos, ajuda no reforço da mucosa intestinal após infecções ou uso de antibióticos.
Lima *et al.*, 2014

Herbatonin®
A partir de 3 anos:
30–100 mg
Ajuda a regular o sono, reduzindo interrupções ou quadros de insônia.
Pérez-Llamas *et al.*, 2020

Inulina
1–3 g
Fibra prebiótica, estimula a diversidade da microbiota e ajuda a amolecer as fezes, aliviando a constipação.
Visuthranukul *et al.*, 2024

L-teanina
25–50 mg
Induz relaxamento sem sedação e contribui na melhora da concentração.
Kahathuduwa *et al.*, 2020

Lipofer®
62,5-562,50 mg
Opção de ferro microencapsulado, reduz irritação gástrica e evita o sabor metálico, com melhorada biodisponibilidade e tolerabilidade gástrica.
Moscheo *et al.*, 2022

Magnésio L-treonato
50–300 mg
Ajuda na indução do sono e no estímulo da função sináptica.
Sagar *et al.*, 2024

Melissa officinalis
20–50 mg
Pode auxiliar na redução da agitação, melhora o sono e a ansiedade leve.
Martinelli *et al.*, 2017

N-acetilcisteína
NAC
100–600 mg
Mucolítico seguro para pediatria, melhora a eliminação de secreções.
Linssen *et al.*, 2020

Neuravena®
Avena sativa
6 a 10 anos:
100–300 mg
Estimula foco e atenção, útil em quadros de agitação leve.
Martinez-Horta *et al.*, 2021

Probióticos
1 a 10 BLH/UFC
Modulam a microbiota, fortalecem a barreira intestinal e ajudam na imunomodulação.
Wang, Tan & Zhou, 2022

RELISSA®
Melissa officinalis phytossome
6 a 11 anos:
100 mg 1–2x ao dia
Ansiolítico natural, auxilia na melhora do sono e humor e também favorece neuroplasticidade.
Martinelli *et al.*, 2017

Tintura guaco
Mikania glomerata
0,5–1 mL
Expectorante, broncodilatador e auxiliar com propriedade antialérgica.
Santana *et al.*, 2014

Tintura própolis
0,3–0,5 mL
Antisséptico, cicatrizante e imunomodulador da mucosa das vias aéreas.
Seçilmiş & Silici, 2020

Vitamina C
1 a 3 anos: 15–100 mg
4 a 10 anos: 25–250mg
Fortalece a resposta imune contra infecções virais e bacterianas.
Lee, 2023

Vitamina D
400–1000 UI
Auxiliar no controle da resposta imune e inflamatória, ajuda a prevenir infecções.
Mailhot & White, 2023

Zinco quelato taste-free
2–50 mg
Participa na modulação da resposta imunológica, antioxidante e reduz a gravidade de infecções e da diarreia.
Abd *et al.*, 2022

Referências

Toque no link abaixo para acessar as referências completas usadas nesse material





Comercial
orcamentos@farmaciaholistica.com.br
(013) 9 9781-7086
(013) 9 9781-7086

Unidade Santos - Gonzaga
Av. Mal. Deodoro, 80
Gonzaga, Santos – SP, 11060-400

Unidade Santos - Epitácio
Av. Dr. Epitácio Pessoa, 52
Boqueirão, Santos – SP, 11045-300

Unidade Santos - Aparecida
R. Alexandre Martins, 73
Aparecida Santos - SP, 11025-201

Unidade Praia Grande - Boqueirão
Av. Pres. Costa e Silva, 552
Boqueirão, Praia Grande - SP, 11700-005

Unidade Praia Grande - Vila Caiçara
Av. Pres. Kennedy, 13080
Vila Caiçara, Praia Grande - SP, 11707-000

Holística
Manipulação, Saúde e Bem-Estar

holisticamanipulacao

Material desenvolvido com a colaboração da Collabe