

PAPEL DOS SUPLEMENTOS VITAMÍNICOS E MINERAIS NA PREVENÇÃO DE INFECÇÕES EM IDOSOS

El-Kadiki A, Sutton A. Role of multivitamins and mineral supplements in prevention of infections in elderly people. Systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ* 2005, 31 March.

<http://bmj.bmjjournals.com/cgi/content/abstract/bmj.38399.495648.8Fv1?>

Os idosos constituem uma população cada vez mais numerosa. Nesta

faixa etária existe um compromisso nutricional importante e um aumento da susceptibilidade à infecção.

A presente revisão sistemática e meta-análise tiveram como objectivo avaliar o efeito dos suplementos vitamínicos e minerais na prevenção de infecções nos idosos.

Foram incluídos estudos aleatorizados controlados que comparavam suplementos vitamínicos e minerais com placebo em pacientes idosos. Os investigadores procuraram em várias bases de dados: *AMED, Biological Abstracts, British Nursing Index, CINAHL, Citation Indexes, DARE, EBM Reviews, Embase, IBIDS, Medline, NHS Centre for Reviews and Dissemination databases e PreMedline.*

Dos 1.490 artigos encontrados seleccionaram-se 8, que correspondiam a estudos aleatorizados. O número de dias com infecção/ano foi estatisticamente diferente em 3 estudos, com vantagem no grupo a fazer suplementos (benefício 17,5 dias; IC 95%: 11 a 24 dias; $p < 0,001$). Comparou-se o número de idosos que apresentavam pelo menos um episódio de infecção no período de estudo, em 3 estudos, onde se obteve um risco acrescido de 1,10 (0,81 a 1,50) nos idosos a fazer suplementos vitamínicos/minerais, mas não se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos ($p = 0,53$). Quatro estudos determinaram as taxas de incidência de infecção, as quais foram superiores no grupo a fazer placebo, também sem diferenças estatisticamente significativas.

Em conclusão, não existe evidência suficiente para a recomendação por rotina de suplementos vitamínicos ou sais minerais nos idosos. Contudo, os resultados desta revisão apontam para a necessidade da realização de mais estudos e de di-

mensão superior nesta área. Além disso, se este benefício for comprovado, uma avaliação económica desta política terá de ser realizada dadas as implicações de custos que daí advêm.

Patricia Coelho
USF Horizonte – Centro Saúde Matosinhos
ULS de Matosinhos