



SUPORTE DURANTE O USO DE ANÁLOGOS DE GLP-1

*Manejo de efeitos colaterais ao
uso de análogos de GLP-1:*

*Uma abordagem integrativa
com suplementação.*

GLP-1

Alternativas suplementares para suporte na redução dos efeitos colaterais ao uso de agonistas de GLP-1

Segundo Lee & Kim (2023), os agonistas do receptor de GLP-1 (GLP-1RA) vêm se consolidando como ferramentas eficazes no tratamento da obesidade e do diabetes tipo 2. Contudo, seus efeitos adversos, especialmente no trato gastrointestinal, são comuns e podem comprometer a adesão ao tratamento.

Entre os sintomas mais frequentes estão náuseas, constipação, diarreia, distensão abdominal, flatulências e alterações na secreção biliar.

A perda rápida de peso leva a significativa flacidez da pele, tais alterações impactam não apenas a funcionalidade, mas também a autoestima, um dos sintomas frequentemente relatado e popularmente conhecido como "*face Ozempic*", é caracterizado por afundamento das bochechas, rugas e acentuada flacidez no rosto e pescoço.

Restaurar e estimular o metabolismo dérmico pode favorecer a minimização desse sintoma.

Reiss et al., 2025

Alternativas suplementares

Nesse cenário, a suplementação surge como aliada clínica na modulação desses efeitos. Substâncias como peptídeos bioativos de colágeno, silício orgânico, HMB, Verisol® e PeptiStrong® têm mostrado potencial para preservar a massa magra, estimular a síntese dérmica e a suplementação com vitaminas, minerais, ajuda a minimizar a fragilidade capilar.

No trato gastrointestinal, ativos como, probióticos, simeticone, enzimas digestivas e fitoterápicos podem modular a motilidade, restaurar a microbiota e aliviar sintomas como distensão, diarreia e constipação.

Essas estratégias contribuem para restabelecer o equilíbrio funcional, reduzir desconfortos e garantir maior tolerabilidade ao uso dos GLP-1RA, mantendo a perda de peso alcançada.

Reiss et al., 2025

Figura 1.

Principais reações adversas ao uso dessa classe

Efeitos adversos reconhecidos ao uso de agonistas de GLP-1

Gastrointestinal

- Diarreia
- Vômito
- Náusea
- Constipação
- Distensão e gases

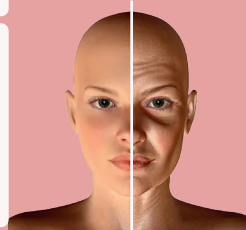


"Ozempic" face

Perda acentuada de elasticidade

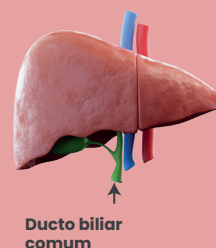


Significativa flacidez



Alteração na secreção biliar

Disfunção que afeta o processo digestivo e a degradação de lipídios.



Ducto biliar comum

Sarcopenia

Pode levar a perda de massa magra



Perda de massa magra

Alopecia

Parece estar ligado ao estresse metabólico



Sugestões de fórmulas

Opções para suporte nas desordens que afetam o trato gastrointestinal e apetite

USO IN

01

Favorece alívio da constipação e melhora da motilidade

Psyllium.....1 g

Magnésio quelato.....200 mg

Bifidobacterium lactis.....5 BLH/UFC

Motility™.....150 mg

Aroma.....1,5 g

Posologia:

1 sachê ao dia diluído em água, preferencialmente pela manhã.

Objetivo clínico:

Estimular o peristaltismo, hidratar o bolo fecal e modular a microbiota para aliviar a constipação.

Constipação

Agonistas de GLP-1 retardam o esvaziamento gástrico e a motilidade, o que favorece a constipação.

USO IN

02

Diminuir quadros diarreicos

Saccharomyces boulardii.....150 mg

Bacillus clausii.....2 BLH/UFC

Lactobacillus rhamnosus.....2 BLH/UFC

Fibregum B®.....200 mg

Cápsula qsp.....1 dose

Posologia:

1 dose ao dia, em jejum, ou conforme indicado.

Objetivo clínico:

Equilibrar a diversidade da microbiota, reduzir inflamação e restaurar a mucosa intestinal.

Equilíbrio gastrointestinal na diarreia

Alterações na microbiota, na permeabilidade e aumento da secreção intestinal, podem gerar diarreia funcional.

USO IN

03

Otimizar processo de digestão

Simeticone.....80 mg

Carvão ativado.....200 mg

Amilase.....30 mg

Protease.....100 mg

Lipase.....300 mg

Cápsula qsp.....1 dose

Posologia:

1 dose após refeições principais, ou conforme indicado.

Objetivo clínico:

Reduzir formação de gases, otimizar digestão e aliviar desconforto abdominal.

Distensão abdominal e gases

A digestão incompleta e a maior fermentação intestinal devido à menor motilidade causa distensão e flatulência.

USO IN

04

Estímulo endógeno de GLP-1 e manutenção da perda de peso

Berberina.....300 mg

Bio MAMPs® Akkermansia muciniphila.....50 mg

Slendesta®.....100 mg

Cápsula qsp.....1 dose

Posologia:

1 dose, 30 minutos antes das principais refeições, ou conforme indicado.

Objetivo clínico:

Promover maior saciedade, reduzir o apetite e favorecer a manutenção do peso corporal.

Manutenção da perda de peso

Manter a regulação do apetite por meio de estímulo de receptores intestinais (PYY e GLP-1) favorece maior saciedade, o que contribui para gerenciamento do peso.

Auxiliar na preservação da massa magra, elasticidade cutânea e fortalecimento capilar

USO IN

05

Suporte dérmico pós-emagrecimento

Verisol®.....2,5 g

Vitamina C.....200 mg

Nutricolin®.....100 mg

Aroma.....1,5 g

Posologia:

1 sachê ao dia, diluído em 100 mL de líquido água pela manhã, ou conforme indicado.

Objetivo clínico:

Estimular a biossíntese de colágeno, elastina, restaurando a firmeza cutânea.

Favorecer elasticidade da pele

Redução abrupta da gordura subcutânea leva à perda de elasticidade e elevando a flacidez.

USO IN

06

Prevenir perda de massa magra

PeptiStrong®.....1,2 g

HMB.....1,5 g

Aroma.....1,8 g

Posologia:

1 sachê ao dia, diluído em 100 mL de líquido, preferencialmente após treino ou conforme indicado.

Objetivo clínico:

Preservar a massa muscular e estimular a síntese proteica.

Preservar massa muscular após uso de agonistas

A perda rápida de peso pode levar também a redução de massa magra, especialmente em pacientes com baixa ingestão proteica, sedentarismo ou idade avançada.

USO IN

07

Apoio no desenvolvimento do ciclo capilar

Cistina.....100 mg

Metionina.....100 mg

Nutricolin®.....100 mg

Biotina.....10 mg

Ferro quelato.....10 mg

Cisteína.....100 mg

Pantotenato de cálcio.....100 mg

Saw palmeto.....150 mg

Cápsula qsp.....1 dose

Posologia:

1 dose diariamente, ou conforme indicado.

Objetivo clínico:

Reduzir eflúvio, regenerar matriz folicular e estimular maior resistência aos fios.

Perda capilar

Deficiência nutricional, inflamação e estresse oxidativo elevado e alteração hormonal, parecem ser fatores envolvidos com a queda de cabelo.

Substâncias utilizadas nas fórmulas

Psyllium

Até 20 g

Absorve água no intestino, aumentando o volume das fezes e estimulando o trânsito intestinal.

McRorie & McKeown, 2017

Magnésio quelato

150 – 600 mg

Leve efeito laxante e ajuda na motilidade intestinal.

Schutten et al., 2022

Bifidobacterium lactis

1–10 BLH/UFC

Favorece o equilíbrio da microbiota intestinal e ajuda a reduzir a constipação.

Cheng et al., 2024

Motility®

150–500 mg

É capaz de aumentar a hidratação do bolo fecal além de ação protetora sobre a mucosa intestinal.

Literatura do fornecedor

Saccharomyces boulardii

150–500 mg

Ajuda no equilíbrio da microbiota, reduz episódios e gravidade da diarreia.

Pal et al., 2020

Berberina

250–900 mg

Melhora a sensibilidade à insulina e reduz lipogênese.

Ilyas et al., 2020

Fibregum B®

0,1–10 g

Fibra prebiótica, equilibra a microbiota, alivia desconfortos como gases e inchaço, melhora a digestão e a imunidade.

Singh et al., 2023

Lactobacillus rhamnosus

1–10 BLH/UFC

Ajuda na diminuição da duração da diarreia e favorece a homeostase da microbiota.

Evans et al., 2016

Saw palmeto

Até 360 mg

Inibe a 5α-redutase, auxilia no controle da queda capilar androgenética.

Sudeep et al., 2023

Cistina

100–200 mg

Atua na formação da queratina e crescimento capilar saudável.

Riegel et al., 2020

Metionina

100–500 mg

Estimula a produção de queratina, contribuindo no fortalecimento do fio.

Milani et al., 2023

Cisteína

100–200 mg

Aminoácido essencial para síntese de queratina e fortalecimento dos fios.

Milani et al., 2023

Pantotenato de cálcio

50–200 mg

Suporte ao crescimento capilar e regeneração tecidual.

Almohanna et al., 2019

Bio MAMPs®

Akkermansia muciniphila

50–100 mg

Auxilia na integridade da função de barreira intestinal e na imunomodulação, com benefícios sobre disbiose, inflamação e gerenciamento do peso.

Canli & Knauf, 2021

Nutricolin®

Silício orgânico

50–300 mg

Estimula síntese de colágeno e queratina, melhora elasticidade da pele e resistência capilar.

Araújo et al., 2016

Biotina

500 mcg – 10 mg

Promove crescimento saudável dos fios e reduz queda.

Patel, Swink, Castelo-Soccio, 2017

Slendesta®

Até 300 mg

Inibe o apetite via estímulo de colecistocinina (CCK).

Peters et al., 2010

Verisol®

2,5 g

Contribui para firmeza da pele e redução de rugas.

Proksch et al., 2014

Ferro quelato

5– 60 mg

Previne e trata anemia, essencial para oxigenação celular.

Park et al., 2013

Vitamina C

200–1000 mg

Cofator essencial para a síntese de colágeno e proteção antioxidante da pele.

Guo & Katta, 2017

PeptiStrong

Dose usual: 2,4 g/dia

Atrofia muscular: 10 g manhã e 10 g noite

Peptídeos que preservam a massa magra e favorecem a síntese muscular.

Kerr et al., 2023

HMB

1000–3000 mg

Metabólito da leucina que reduz o catabolismo e estimula a síntese proteica.

Kaczka et al., 2019

Carvão ativado

200–500 mg

Ajuda no alívio de flatulência e na distensão abdominal por gases.

Silberman, Galuska, Taylor, 2023

Lipase

300–900 mg

Auxilia na digestão de lipídios, favorecendo sua absorção, e o processo de digestão.

Pirahanchi, Sharma, 2025

Protease

100–300 mg

Favorece a degradação de proteínas, auxiliando na absorção e no processo de digestão.

Liu et al., 2024

Amilase

30–300 mg

Facilita a degradação de carboidratos, reduz a fermentação e o desconforto gastrointestinal.

Ianaro et al., 2016

Simeticone

20–500 mg

Atua na redução de flatulência no trato gastrointestinal, aliviando distensão e desconforto abdominal.

Ingold & Akhondi, 2025

Bacillus clausii

0,1 a 10 BLH.UFC

Promove diversidade da microbiota intestinal e é eficaz no combate à diarreia aguda.

Ianaro et al., 2018

Acesse as referências

Escaneie o qr code



Unidade Matriz: Rio das Ostras
Rodovia Amaral Peixoto, 4895
Rio das Ostras, RJ – Brasil, 28893-076

Contatos

✉ atendimento@boticaderossi.com.br

☎ (022) 3518-3518

📞 (022) 9 9993-3518

Filial: Macaé – Centro
Rua Conde de Araruama, 424
Macaé, RJ – Brasil, 27910-640

Filial: Macaé – Imbetiba
Rua Doutor Júlio Olivier, 389
Macaé, RJ – Brasil, 27913-161

Filial: Casimiro de Abreu
R. Pastor Luís Laurentino da Silva, 15
Casimiro de Abreu – RJ – Brasil, 28860-000



boticaderossi

farmácia de manipulação

D'ROSSI