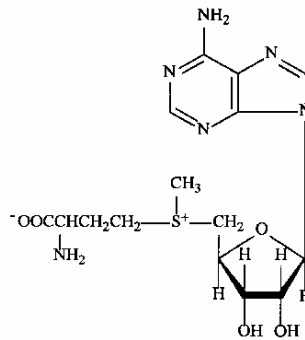


## SAMe



**Introdução:** SAMe (S-adenosyl-L-methionine) é uma substância naturalmente presente nas células do corpo. Ele é um metabólito direto do aminoácido essencial L-metionina, formado pela reação entre a L-metionina e o trifosfato de adenosina, catalizada pela enzima S-adenosilmetionina sintetase, sendo conhecido como ademetionine, S-adenosylmethionine, SAM, SAMe and SAM-e. Seu papel bioquímico é crucial, por doar um carbono do grupo metila no processo chamado transmetilação, sendo o grupo metila doador na biosíntese dos ácidos nucleicos do DNA e RNA, fosfolípidos, proteínas, epinefrina, melatonina, creatina e outras moléculas.

Estudos demonstraram uma associação entre distúrbios neuropsiquiátricos e deficiência no metabolismo do SAMe. A possível influência de SAMe no metabolismo de neurotransmissores monoamínicos, em particular chama a atenção no seu possível papel na depressão. Isso resultou em uma série de pequenos estudos usando SAMe oral e parenteral para tratamento da depressão. Os resultados são preliminares, mas promissores. A eficácia do SAMe excede ao placebo e consegue resultados tão bons ou ainda ligeiramente melhores que os antidepressivos tricíclicos. (Não existem dados concretos que SAMe inibe a reabsorção seletiva da serotonina). A administração parenteral apresentou-se somente ligeiramente mais efetiva que a oral. SAMe, diferente dos antidepressivos tradicionais, apresenta poucos efeitos colaterais e uma ação rápida, geralmente na primeira ou segunda semana, comparada a um período de três, quatro semanas, ou ainda maior, para os outros antidepressivos. Pode influenciar na melhora de outros distúrbios neurológicos, mas sem evidências conclusivas, entre elas, a Demência de Alzheimer e outras síndromes de demência clínica. Além disso, SAMe parece possuir um efeito positivo no humor e depressão associados a doença de Parkinson e à apreensões epilépticas crônicas. SAMe pode aumentar os níveis de glutatona hepática em pacientes com cirrose alcoólica e não-alcoólica, ele também é usado para restaurar a função hepática em várias formas de colestases e para prevenir ou reverter a hepatotoxicidade induzida por drogas, álcool e várias substâncias químicas. É usado como agente citoprotetor hepático e existe uma esperança de ser usado como quimiopreventivo em tumores de fígado. SAMe pode ter uma contribuição significativa no tratamento de osteoartrites, sem os efeitos colaterais da maioria das drogas anti-inflamatórias não-esteroidais. Mais uma vez, as evidências ainda não são totalmente conclusivas, assim como na reversão da degeneração em cartilagens ou na efetividade em outras formas de artrites. SAMe pode ter um papel também no alívio da fibromialgia.

### Indicações :

- Para o equilíbrio do bem-estar emocional,(síndromes neuropsíquicas) sendo usado no tratamento da depressão e de distúrbios do sono;
- Manutenção da saúde das articulações, e para normalidade e conforto na motilidade, sendo utilizado no tratamento da osteoartrite e fibromialgia;
- É indicado, em algumas condições hepáticas especiais, como várias formas de cirrose e colestase;

- Recentemente, o SAME foi introduzido nos Estados Unidos como suplemento alimentar para saúde dos ossos e articulações e para o bem estar emocional.

**Posologia:**

SAME é mais frequentemente usado na dosagem de 200mg. A dose usual nos casos de depressão varia de 400 a 1.600mg/dia, dividida em doses. Para problemas hepáticos, a dose usual é maior de 1.600mg, diariamente dividida em doses. Para ossos e articulações a dose varia de 200 a 1.200mg/dia, divididas doses. Deve sempre ser tomado com estômago vazio, uma hora antes das refeições, ou duas horas depois. As doses podem usualmente ser reduzidas pela metade quando um efeito positivo é atingido, sendo geralmente evidente duas semanas após o início da suplementação.

**Associação:** É aconselhável tomar SAME com Vitaminas B<sub>6</sub> e B<sub>12</sub>, ácido fólico e possivelmente trimetilglicina (particularmente quando os níveis de homocisteína estão elevados).

**Efeitos Adversos:** Mesmo sendo classificado e vendido como uma droga na Europa, SAME é vendido nos EUA como um suplemento alimentar. Não existem relatos de efeitos adversos sérios. Os efeitos colaterais já reportados foram desconforto gastro-intestinal de média intensidade (dor de estômago, náusea, diarreia e flatulência), ansiedade, movimento muscular hiperativo, insônia e hipomania. Em geral, esses efeitos colaterais diminuem com o tempo ou se resolvem com a diminuição da dose ou interrupção do uso. Não foram relatados casos de alergia ao SAME.

**Contra-indicações:** Nenhuma conhecida.

**Interação:** Não foi reportado nenhuma interação adversa do SAME com outras drogas, suplementos alimentares ou alimentos.

**Superdosagem:** Nenhuma superdosagem reportada.

**Precauções:** Pacientes com desordem bipolar (doença maniaco-depressiva) não devem usar SAME a não ser com estrita supervisão médica. Pacientes que utilizam medicamentos antidepressivos necessitam de indicação e monitoramento médico para substituição e/ou adição de SAME em seu tratamento. SAME não é recomendado em crianças, em gestantes o uso de SAME deve ser feito somente com aprovação e acompanhamento médico e em nutrízes ele deve ser evitado. Não existe evidência que SAME é mutagênico ou carcinogênico, mas uma vez que em testes padrões de metilação de ácido nucléico mudam em pacientes com câncer, o uso de SAME nesses pacientes deve ser discutido com o médico. Pacientes que passam por terapia genética devem evitar a suplementação com SAME.

**Referência Bibliográfica:**

[http://www.pdrhealth.com/drug\\_info/nmdrugprofiles/nutsupdrugs/sad\\_0231.shtml](http://www.pdrhealth.com/drug_info/nmdrugprofiles/nutsupdrugs/sad_0231.shtml)

Alcântara - Rua Yolanda Saad Abuzaid, 150, lojas 118/119. Telefone (21) 2601-1130

Centro / Zé Garoto Rua Coronel Serrado, 1630, lojas 102/103. Telefone (21) 2605-1349



vendas@farmacam.com.br



whatsapp (21) 98493-7033



Facebook.com.br/farmacam



Instagram.com.br/farmacam