



Abbott Laboratórios do
Brasil Ltda
Rua Michigan, 735
São Paulo, Brasil
CEP: 04566-905
T: (11) 5536-7000
F: (11) 5536-7345

FORMA ATIVA do ÁCIDO FÓLICO*

Zafolat

Metilfolato* + Vitaminas E, B6 e B12

Suplemento de ácido fólico, vitamina E, vitamina B6 e vitamina B12 em comprimidos

O QUE É METILFOLATO?

Metilfolato é também conhecido como a forma ativa do ácido fólico.

Como o ácido fólico não é sintetizado pelo organismo humano, ele deve ser ingerido por meio de uma dieta e/ou suplementação.

A suplementação de ácido fólico é muito importante e recomendada, principalmente, para as mulheres em idade fértil, pois a presença de quantidades adequadas dessa vitamina auxilia na formação do tubo neural do feto.

QUAL A IMPORTÂNCIA DA VITAMINA E?

A vitamina E auxilia na proteção dos danos causados pelos radicais livres.

QUAL A IMPORTÂNCIA DA VITAMINA B6?

A vitamina B6 auxilia no(a):

- formação das células vermelhas do sangue;
- funcionamento do sistema imune;
- metabolismo energético;
- metabolismo de proteínas, do glicogênio, carboidratos e gorduras;
- metabolismo de homocisteína;
- síntese de cisteína.

QUAL A IMPORTÂNCIA DA VITAMINA B12?

A vitamina B12 auxilia no(a):

- formação de células vermelhas do sangue;
- funcionamento do sistema imune;

- processo de divisão celular;
- metabolismo energético;
- metabolismo dos carboidratos, proteínas e gorduras;
- metabolismo da homocisteína.

COMO É REALIZADA A METABOLIZAÇÃO DO ÁCIDO FÓLICO?

O corpo precisa converter o folato ingerido (por exemplo, o ácido fólico) em outra forma ativa para que esta vitamina tenha o efeito desejado ou esperado.

O ácido fólico é a forma sintética do folato. Uma vez ingerido, ele se transforma em L-metilfolato, mas isso só ocorre na presença da enzima chamada metiltetrahidrofolato redutase (MTHFR).

Algumas pessoas apresentam certos polimorfismos (variações genéticas) que levam a MTHFR a apresentar uma atividade inadequada.

Considerando a alta prevalência destas variações genéticas e a importância de assegurar que as mulheres grávidas obtenham a quantidade de ácido fólico adequada, a suplementação com L-metilfolato pode ser a melhor opção para evitar deficiência de folato no sangue.

QUAL É A INCIDÊNCIA DE MUTAÇÕES GENÉTICAS DO GENE RESPONSÁVEL PELA ENZIMA MTHFR?

Estudos realizados em vários países, inclusive Brasil, demonstram que essa alteração genética afeta metade da população. Nestas pessoas, o ácido fólico não é metabolizado adequadamente. É importante a ingestão da forma ativa de metilfolato, pois 100% das mulheres apresentam absorção nestes casos.

QUAL A DIFERENÇA DO METILFOLATO EM COMPARAÇÃO AOS OUTROS FOLATOS?

O metilfolato tem benefícios importantes se comparado ao ácido fólico sintético. O metilfolato é mais bem absorvido e não é alterado por defeitos metabólicos. Além disso, usar o metilfolato ao invés do ácido fólico reduz a possibilidade de interações com medicamentos que alteram a metabolização desta vitamina pelo organismo.

PARA QUEM ZAFOLAT É RECOMENDADO?

Zafolat possui em sua formulação metilfolato (forma ativa do ácido fólico), que auxilia na formação do tubo neural do feto durante a gravidez. Por isso, é recomendado para mulheres em idade fértil, especialmente as que desejam engravidar. As mulheres que interrompem um método contraceptivo têm a recomendação de suplementar a ingestão de ácido fólico na sua forma ativa com o metilfolato.

Recomenda-se a ingestão de 400 microgramas de metilfolato (equivalente a 355 mcg de ácido fólico), iniciando-se no momento que a mulher desejar engravidar e continuando até o final do primeiro trimestre de gestação (12 semanas de gestação).

Para uma melhor ação, a ingestão diária de metilfolato deve ser iniciada semanas antes da fecundação.

COMO É APRESENTADO O ZAFOLAT?

Os comprimidos de Zafolat contêm 400 mcg de L-metilfolato de cálcio (equivalente a 355 mcg de ácido fólico), acetato de tocoferol (equivalente a 10 mg de vitamina E), cianocobalamina (equivalente a 2,6 mcg de vitamina B12) e cloridrato de piridoxina (equivalente a 1,9 mg de vitamina B6) embalados em cartuchos com 30 ou 90 comprimidos. Consumir um comprimido por dia ou de acordo com a orientação do médico e/ou nutricionista.

QUAIS AS OUTRAS FUNÇÕES DO METILFOLATO (FORMA ATIVA DO ÁCIDO FÓLICO) ALÉM DA DIMINUIÇÃO DO RISCO DE DEFEITOS DO TUBO NEURAL DO FETO?

O metilfolato (forma ativa do ácido fólico) também auxilia no(a):

- processo de divisão celular;
- formação das células vermelhas do sangue;
- síntese de aminoácidos;
- funcionamento do sistema imune;
- metabolismo da homocisteína.

Ingredientes: acetato de DL-alfa-tocoferila, lactose, cloridrato de piridoxina, L-metilfolato de cálcio, cianocobalamina. Estabilizantes: celulose microcristalina e polivinilpirrolidona e antiulectante dióxido de silício. Revestimento: polietilenoglicol, glaceante polivinil álcool, corante inorgânico dióxido de titânio, antiulectante talco. Espessantes: hidroxipropilmetilcelulose e hidroxipropilcelulose e corante artificial vermelho 40.

ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E PODE CONTER OVOS, PEIXES E SOJA. NÃO CONTÉM GLÚTEN. CONTÉM LACTOSE.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 84 mg (1 comprimido)		
Quantidade por porção		% VD (*)
Vitamina E	10 mg	100%
Vitamina B6	1,9 mg	100%
Ácido fólico	355 mcg	100%
Vitamina B12	2,6 mcg	100%
“Não contém quantidade significativa de Valor energético, Carboidratos, Proteínas, Gorduras totais, Gorduras saturadas, Gorduras <i>trans</i> , Fibra alimentar e Sódio”		

* % Valores Diários de referência com base na Ingestão Diária Recomendada (IDR) para gestantes.

400 mcg de L-metilfolato de cálcio equivalem a 355 mcg de ácido fólico.

Cuidados de conservação: conservar o produto ao abrigo da luz, calor excessivo, umidade e em temperatura ambiente. Com qualquer sinal de violação da embalagem, não consumir e comunicar ao ABBOTT CENTER. Observar a data de validade no fundo da embalagem.

Recomendação de uso: consumir um comprimido ao dia, ou de acordo com a orientação de médico e/ou nutricionista.

Produto recomendado para mulheres na concepção e gestantes. Mantenha longe do alcance de crianças.

CONSUMIR ESTE PRODUTO CONFORME A RECOMENDAÇÃO DE INGESTÃO DIÁRIA CONSTANTE DA EMBALAGEM. GESTANTES, NUTRIZES E CRIANÇAS ATÉ 3 (TRÊS) ANOS, SOMENTE DEVEM CONSUMIR ESTE PRODUTO SOB ORIENTAÇÃO DE NUTRICIONISTA OU MÉDICO.

FABRICADO POR:

Abbott Laboratórios do Brasil Ltda.: Estradados Bandeirantes, 2400

Jacarepaguá Rio de Janeiro – RJ – Brasil CNPJ: 56.998.701/0012-79

INDÚSTRIA BRASILEIRA

ABBOTT CENTER – Central de Relacionamento com o Cliente **0800 703 1050**

www.abbottbrasil.com.br

Fontes de pesquisa utilizadas:

- Greenberg JA, Bell SJ. Multivitamin Supplementation During Pregnancy: Emphasis on Folic Acid and L-Methylfolate. *Reviews in Obstetrics and Gynecology*. 2011;4(3-4):126-127.
- Scaglione F, Panzavolta G. Folate, folic acid and 5-methyltetrahydrofolate are not the same thing. *Xenobiotica*, 2014; 44(5): 480–488
- Herkenhoff, Marcos Edgar, Backes, Rodrigo Guilherme, Gaulke, Rodrigo, & Remualdo, Vanessa Rosália. (2012). Frequência genotípica em amostras de MTHFR para o polimorfismo C677T em pacientes da cidade de Curitiba-PR. *Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial*, 48(6), 435-438. <https://dx.doi.org/10.1590/S1676-24442012000600008>
- Cohen C , Silva CS, Vannuchi, H. Vitamina E. ILSI Brasil, *International Life Sciences Institute*, v. 23, p. 1–12, 2014.
- DE-REGIL, L. M. et al. Effects and safety of periconceptional folic acid supplementation for preventing birth defects. *Cochrane Database Syst Rev.*, v. 2, n. 10, p. 1–135, 2014.
- EFSA. Opinion of the Scientific Panel on Food Additives , Flavourings , Processing Aids and Materials in Contact with Food on a request from the Commission related to Use of formaldehyde as a preservative during the manufacture and preparation of food additives. *The EFSA Journal*, v. 415, p. 1–10, 2006.
- Vannucchi H, Monteiro TH. Ácido Fólico. ILSI Brasil - Internacional Life Sciences Institute, v. 10, p. 1–22, 2010.
- Sheehy TW. Folic acid: lack of toxicity. *Lancet*, 1973;1 (7793):37
- Budni J, Romero A, Molz S, Martín-de-Saavedra MD et al. Neurotoxicity induced by dexamethasone in the human neuroblastoma SH-SY5Y cell line can be prevented by folic acid. *Neuroscience*. 2011 Sep 8;190:346-53. doi: 10.1016/j.neuroscience.2011.05.053. Epub 2011 May 31.

- Dror DK, Allen LH. Interventions with vitamins B6, B12 and C in pregnancy. *Paediatr Perinat Epidemiol.* 2012 Jul;26 Suppl 1:55-74. doi: 10.1111/j.1365-3016.2012.01277.x.
- <http://lpi.oregonstate.edu/mic/vitamins/folate> consultado em fev de 2018
- <http://lpi.oregonstate.edu/mic/vitamins/vitamin-B12> consultado em fev de 2018
- <http://lpi.oregonstate.edu/mic/vitamins/vitamin-E> consultado em fev de 2018
- Neves, L.B. et al. Homocisteína . *J Bras Patol Med Lab* • v. 40 • n. 5 • p. 311-20 • outubro 2004.
- Venâncio L.S. et al. Tratamento dietético da hiper-homocisteinemia na doença arterial periférica. *J Vasc Bras.* 2010;9(1):28-41.