

---

# MELATONINA

**Uso:** Interno/Externo

**CAS:** 73-31-4

**Fator de Correção:** Não há indicação

**PM:** 232,28 g/mol

**Fator de Equivalência:** Não há indicação

**MM:** C<sub>13</sub>H<sub>16</sub>N<sub>2</sub>O<sub>2</sub>

**DCB:** 11038

## MELATONINA

### HORMÔNIO DO SONO

A melatonina ou N-acetil-5-metoxitriptamina é um hormônio produzido pela glândula hipófise, regulando o ciclo sono-vigília. Sua produção diminui com o envelhecimento, por isso os distúrbios de sono são mais frequentes em idosos. É sintetizada a partir da serotonina pela conversão inicial do triptofano em serotonina; conversão desta em N-acetilserotonina e por último a conversão em melatonina. Apresenta um padrão de secreção dia-noite, sensível à luminosidade, com início de elevação a noite e queda no final da mesma.

A exposição à luminosidade é suficiente para suprimir a síntese de melatonina, visto que a luz tem uma ação inibitória na hipófise. No período de luz, o núcleo paraquiasmático está ativo e, devido a sua ação inibitória GABAérgica sobre o núcleo paraventricular, não há estimulação noradrenérgica da glândula, enquanto que na fase escura, o núcleo paraquiasmático está inativo e, portanto, há ativação da pineal. A exposição à luz durante a fase escura inibe a produção de melatonina de forma aguda, mas a escuridão não estimula a sua produção.

Esse hormônio funciona como indutor do sono e estudos sugerem que ele age como um agente que prepara para o sono, possivelmente sinalizando para uma redução na temperatura corporal.

#### Indicação

- Cronobiológica (regulando os ritmos biológicos).
- Imunomodulatória (agindo sobre linfócitos, citocinas, entre outros);
- Anti inflamatória (inibindo prostaglandinas e regulando a COX-2)

#### Recomendação de uso

**Uso interno:** Pode ser utilizado até 10 mg diários. Usualmente, as doses variam de 0,3 a 0,6 mg do produto. Deve ser ingerido 1 a 2 horas antes de deitar. Importante destacar o acompanhamento por profissional de saúde durante o tratamento.

**Uso externo:** Para uso tópico pode ser utilizado na concentração de 0,1%, podendo ser associado a outros ativos.

#### Contraindicação

A melatonina deve ser evitada por pessoas com diabetes mellitus, depressão, distúrbios de coagulação do sangue, pressão arterial alta ou baixa, epilepsia ou que estiverem usando qualquer medicamento para prevenir a rejeição de órgãos transplantados. Não se sabe se a melatonina pode ser usada na gravidez ou se irá prejudicar o feto. Também não se sabe se ela passa para o leite materno e se poderia prejudicar o bebê. Por isso, este produto não deve ser usado por mulheres grávidas ou que estejam amamentando. As doses altas de melatonina podem comprometer a ovulação, tornando a gravidez mais difícil e devem ser usadas com cuidado por pessoas que estejam tomando antibiótico, aspirina, paracetamol, pílula anticoncepcional, insulina, medicamentos orais para o diabetes, medicamentos estupefacientes para dor, antiácidos, medicações para problemas cardíacos ou para pressão arterial, anticoagulantes, anti-inflamatórios ou esteroides. Embora vasta, nem

todas as interações possíveis estão contidas nessa lista e mais outras medicações podem interagir com a melatonina.

### Referencias

Informações do fornecedor.

Melatonina.

Disponível

em: <

<https://www.indice.eu/pt/medicamentos/DCI/melatonina/informacao-geral>>. 17/08/2021.

*Última atualização: 17/08/2021 VS.*

#### Matriz

Rua Padre Valdevino, 1905 - Aldeota  
(85) 3462.6565 | Cep: 60135-041

#### Filial Harmony

Avenida Dom Luis, 1233 - Loja 01 - Meireles  
(85) 3486-6496 | Cep: 60160-230

#### Filial RioMar

Rua Des. Lauro Nogueira, 1500 - Dunas  
(85) 98119.1628 | Cep: 60175-055



**Regiões Centro-Oeste, Norte e Nordeste**  
(85) 99818.0076



**Regiões Sul e Sudeste**  
(11) 99937.6847