



10
PONTOS
— CHAVE —
COGNITUS

» Envelhecimento da população

O aumento da expectativa de vida tem aumentado a prevalência de indivíduos idosos na sociedade brasileira, com um total de 20,5 milhões de idosos em 2011, sendo projetado um total de 30,9 milhões de idosos no Brasil em 2020¹.

O envelhecimento se associa a diversas alterações funcionais nos indivíduos idosos, entre as quais destaca-se o declínio da função cognitiva. Alterações cognitivas são altamente prevalentes entre os indivíduos com mais de 65 anos de idade²⁻⁴.

Grandes estudos epidemiológicos europeus demonstraram prevalência de déficit cognitivo de quase 20% nos indivíduos idosos^{3,4}. Um estudo nacional demonstrou prevalência de quase 30% nesta população⁵. De forma importante, o declínio cognitivo é progressivo com o envelhecimento, sendo cada vez mais prevalente com o aumento da idade³⁻⁵.



1 Envelhecimento

Os idosos têm alta prevalência de alterações cognitivas e da saúde mental. Estudo epidemiológico realizado no estado de São Paulo mostrou a presença de déficit cognitivo em quase 40% dos indivíduos e de sintomas depressivos em 30% dos indivíduos com mais de 65 anos de idade. Estas taxas apresentam incremento adicional com o aumento da idade^{2,5}.

2 Aumento da acetilcolina na fenda sináptica

A *Bacopa monnieri* é um fitomedicamento que inibe a ação da acetilcolinesterase e ativa a enzima colinacetiltransferase. Com isso, há aumento de acetilcolina na fenda sináptica nos córtex pré-frontal e somatossensitivo, e no hipocampo^{6,7}.

3 Melhora da Memória

A *Bacopa monnieri* se associa à melhora da memória de aquisição e de retenção em indivíduos idosos. Seis estudos randomizados, duplo-cegos e controlados com placebo, com duração de até 12 semanas, evidenciaram a melhora da memória em idosos^{6,8-12}.

4 Melhora da Atenção

Estudos randomizados, duplo-cegos e controlados com placebo^{6,13} demonstraram que a *Bacopa monnieri* se associa à melhora significativa da atenção em idosos, incluindo melhora do poder de atenção e da continuidade da atenção, conforme avaliação pela amplitude e latência de potenciais captados por eletrodos em região craniana⁶ e testes neuropsicológicos¹³.

5 Melhora do aprendizado

Estudos randomizados, duplo-cegos e controlados também demonstraram melhora do aprendizado, após 12 semanas, em indivíduos idosos que receberam *Bacopa monnieri*^{8,9}.

6 Melhora cognitiva

A ampla literatura médica, com diversos estudos realizados, é concordante que o uso de *Bacopa monnieri* se associa a melhora da função cognitiva em indivíduos idosos^{6-11,13-15}.

7 Eficácia comprovada em metanálises

Metanálise de nove estudos randomizados, com um total de 437 indivíduos, demonstrou a eficácia da *Bacopa monnieri* na melhora da função cognitiva. Esta metanálise indicou alta qualidade dos dados e baixo risco de vieses¹⁴. Outra revisão sistemática, que incluiu 6 estudos, também demonstrou melhora cognitiva com o uso da *Bacopa monnieri*¹⁵.

8 A *Bacopa monnieri* é um fitomedicamento seguro

Os diversos estudos realizados com a *Bacopa monnieri* não demonstraram a ocorrência de efeitos adversos significativos, exceto efeitos gastrointestinais. Estudos controlados com placebo não mostraram diferenças significativas na ocorrência de efeitos adversos entre a *Bacopa monnieri* e o placebo^{6,10,12}.

9 Melhora do desempenho cerebral

A combinação de seu mecanismo de ação cerebral com a melhora da memória, atenção, aprendizado e função cognitiva em idosos demonstrada em diversos estudos, estabeleceu a *Bacopa monnieri* como um medicamento eficaz na melhora do desempenho cerebral em indivíduos acima de 50 anos^{2,7-11,13-15}.

10 Produto certificado e padronizado

O Cognitus é um fitomedicamento formulado com um extrato padronizado, sendo certificado pelas agências reguladoras. (WHO, Anvisa)^{16,17}.

» *Bacopa monnieri*

A *Bacopa monnieri* é um fitomedicamento certificado formulado com um extrato padronizado^{16,17}, que age na fenda sináptica inibindo a acetilcolinesterase e ativando a colinacetiltransferase e, com isso, aumentando os níveis de acetilcolina na fenda^{6,7}.

Pelo seu mecanismo de ação, a *Bacopa monnieri* se associa com a melhora da função cognitiva, especialmente em indivíduos idosos^{6,15}. Diversos estudos randomizados e duplo-cegos demonstraram a melhora da memória^{6,8-11}, tanto de aquisição, como de retenção, assim como da atenção^{6,13} e do aprendizado^{8,9}.

A ampla literatura médica sobre este fitomedicamento ainda permitiu a realização de duas revisões sistemáticas, analisando em conjunto um grande número de pacientes. Ambas confirmaram os benefícios da *Bacopa monnieri* sobre a melhora da função cognitiva em adultos acima de 50 anos^{14,15}.

A *Bacopa monnieri* ainda se mostrou ser um fitomedicamento seguro, sem efeitos adversos graves e sem diferenças na incidência de efeitos adversos em relação ao placebo^{6,10,12}.

Referências Bibliográficas:

1. KUCHEMANN, B. Envelhecimento populacional, cuidado e cidadania: velhos dilemas e novos desafios. Soc. Estado, v. 27, n. 1, 2012.
2. BRITO, F.C. et al. Envelhecimento & Saúde: Campanha de vacinação de idosos e levantamento de dados para o sistema local de informações do SUS. Boletim Instituto de Saúde, Abril, p. 56-60, 2009.
3. RAIT, G. et al. Prevalence of cognitive impairment: results from the MRC trial of assessment and management of older people in the community. Age and Ageing, v. 34, p. 242-248, 2005.
4. Sanchez E.R., et al. Prevalence of cognitive impairment in individuals aged over 65 in an urban area: Deriva study. BMC Neurology v.11, p.147, 2011.
5. SINGH-MANDUX, A. et al. Timing of onset of cognitive decline: results from Whitehall II prospective cohort study. BMJ, v. 344, p. 7622, 2012.
6. PETH-NUI, T. et al. Effects of 12-Week *Bacopa monnieri* Consumption on Attention, Cognitive Processing, Working Memory, and Functions of Both Cholinergic and Monoaminergic Systems in Healthy Elderly Volunteers. Evid Based Complement. Alternat. Med., v. 60, p. 6424, 2012.
7. AGUIAR, S.; BOROWSKI, T. Neuropharmacological review of nootropic herb *Bacopa monnieri*. Rejuvenation Res., v. 16, n. 4, p. 313-326, 2013.
8. RAGHAV, S. et al. Randomized controlled trial of standardized *Bacopa monnieri* extract in age-associated memory impairment. Indian J. Psychiatry, v. 48, n. 4, p. 238-242, 2006.
9. STOUGH, C. et al. The chronic effects of an extract of *Bacopa monnieri* (Brahmi) on cognitive function in healthy human subjects. Psychopharmacology, v. 156, p. 481-484, 2001.
10. STOUGH, C. et al. Examining the nootropic effects of special extract of *Bacopa monnieri* on human cognitive functioning: 90 day double-blind placebo-controlled randomized trial. Phytother Res., v. 22, n. 12, p. 1629-1634, 2008.
11. MORGAN, A.; STEVENS, J. Does *Bacopa monnieri* Improve Memory Performance in Older Persons? Results of a Randomized, Placebo-Controlled, Double-Blind Trial. J Altern. Complement. Med., v. 16, n. 7, p. 753-759, 2010.
12. CALABRESE, C. et al. Effects of a standardized *Bacopa monnieri* extract on cognitive performance, anxiety, and depression in the elderly: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. J. Altern. Complement. Med., v. 14, n. 6, p. 707-713, 2008.
13. BARBHAYA, H.C. et al. Efficacy and tolerability of *Bacopa monnieri* on memory improvement in elderly participants: a double blind placebo controlled study. J. Pharmacol. Toxicol., v. 3, n. 6, p. 425-434, 2008.
14. KONGKEAW, C. et al. Meta-analysis of randomized controlled trials on cognitive effects of *Bacopa monnieri* extract. J. Ethnopharmacol., v. 151, n. 1, p. 528-535, 2014.
15. PASE, M.P. et al. The cognitive-enhancing effects of *Bacopa monnieri*: a systematic review of randomized, controlled human clinical trials. J. Altern. Complement. Med., v. 18, n. 7, p. 647-652, 2012.
16. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Who guidelines on good manufacturing practices (GMP) for herbal medicines. Disponível em: <http://apps.who.int/medicinedocs/documents/s14215e/s14215e.pdf>. Acesso em nov/2016.
17. Registro Anvisa: MS: 1.1860.0098.