

USO TERAPÊUTICO DA CREATINA EM IDOSOS E A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS: UMA PERSPECTIVA FARMACÊUTICA

Aléssa Muniz Araújo, Debora L. E. Pereira, Elisa S. Carneiro Poças, Paula de M. Costa Maciel
paula.maciел@ifrj.edu.br
elisa.pocas@ifrj.edu.br

O envelhecimento populacional impõe desafios crescentes à saúde pública, em especial no que diz respeito à perda de massa muscular, força e funcionalidade associada à sarcopenia. Nesse contexto, a creatina tem se destacado como suplemento capaz de auxiliar na manutenção da força, desempenho físico e cognitivo em idosos. Este estudo teve como objetivo analisar o conteúdo sobre a suplementação de creatina em pessoas da terceira idade nas redes sociais e avaliar o papel do farmacêutico no enfrentamento da desinformação. Para isso, foi realizada uma abordagem mista, exploratória e transversal, com análise de 200 publicações no Instagram coletadas por meio de hashtags específicas, aplicando critérios de inclusão e exclusão, além de classificar as postagens quanto à presença de referências, confiabilidade das fontes e potenciais conflitos de interesse. Dos conteúdos analisados, apenas 18,1% apresentaram referências, sendo 12 publicações com referência de origem científica, enquanto 81,9% não continham citação alguma. Além disso, somente 9,7% das postagens foram direcionadas ao público idoso, evidenciando uma lacuna na comunicação sobre a suplementação de creatina nessa faixa etária. Observou-se baixo índice de autopromoção (9,7%), indicando predominância de caráter informativo, porém com insuficiente embasamento teórico. Conclui-se que há necessidade de maior participação de profissionais farmacêuticos na divulgação de informações científicas e acessíveis, a fim de combater a desinformação, promover o uso seguro e eficaz da creatina, contribuindo para o envelhecimento saudável e a valorização da educação em saúde.

Palavras-chave: Creatina; Envelhecimento; Suplementação Alimentar

Área de conhecimento: Ciências da Saúde

Financiamento: IFRJ.

