



**Pílulas
de
Saúde**



PROMESSAS OU EVIDÊNCIAS?

Congresso Mundial de Cardiologia outubro de 2026

Entre as inúmeras discussões do Congresso Mundial de Cardiologia, realizado em outubro de 2026, sobre medicamentos, pesquisas e diretrizes, há temas que merecem chegar a todos — não apenas aos médicos. Quatro práticas muito divulgadas nas redes sociais ilustram por que é essencial distinguir promessas de benefícios realmente comprovados.

Soroterapia:

a administração intravenosa de soluções e substâncias pode ser necessária em situações clínicas específicas, como desidratação ou distúrbios hidroeletrólíticos. Entretanto, para pessoas saudáveis, não há evidência consistente de que os chamados “soros da disposição”, da imunidade ou do rejuvenescimento proporcionem os benefícios anunciados. Infecções, reações adversas e sobrecarga de líquidos são riscos possíveis.

Vitaminas na veia:

a reposição endovenosa tem indicações médicas, especialmente quando existe deficiência documentada e a via oral é inadequada. Fora dessas circunstâncias, não se demonstrou benefício rotineiro para aumentar energia, melhorar desempenho ou prevenir doenças cardiovasculares. Doses excessivas e a própria infusão podem provocar complicações.

Anabolizantes e implantes hormonais:

o uso de anabolizantes para fins estéticos ou de desempenho está associado a maior risco de cardiomiopatia, insuficiência cardíaca, infarto e arritmias. Muitos implantes hormonais (“chips”) anunciados para rejuvenescimento ou melhora da performance não têm eficácia e segurança comprovadas para essas finalidades. Nos modelos absorvíveis, a liberação hormonal pode persistir por meses, sem possibilidade de retirada imediata para interromper a exposição. Antes de aceitar o procedimento, pergunte ao médico sobre a indicação, os riscos cardiovasculares e a existência de estudos clínicos randomizados que sustentem seus benefícios.

A proposta não é julgar escolhas. Se você já utiliza essas substâncias ou implantes, procure acompanhamento médico, inclusive cardiológico quando indicado, para avaliar fatores de risco e possíveis repercussões cardiovasculares. Informação e cuidado são sempre melhores que promessas.

Dr. Breno Giestal
Cardiologista