

Uso: Interno

Fator de Correção: Não há

Fator de Equivalência: Não se aplica

CITICOLINA CDP-COLINA

O envelhecimento fisiológico é um processo natural e inevitável, no qual o corpo humano sofre mudanças estruturais e funcionais ao longo do tempo. No entanto, fatores como nutrição inadequada, estilo de vida sedentário, condições geográficas e ambientais podem acelerar esse processo, contribuindo para o comprometimento de diversas funções, especialmente as cognitivas. A memória, por exemplo, é uma das capacidades mais suscetíveis ao declínio com a idade, sendo influenciada diretamente pelo estado nutricional e pela saúde do sistema nervoso central. Dessa forma, investir na saúde neurológica desde cedo é uma estratégia essencial para a prevenção de doenças neurodegenerativas, promovendo a qualidade de vida ao longo do envelhecimento.

Entre as abordagens nutricionais que contribuem para a manutenção da função cognitiva, destaca-se a suplementação de Citicolina CDP-Colina (citidina-5'-difosfocolina). Quando suplementada, a CDP-colina é hidrolisada em colina e citidina, dois compostos endógenos essenciais para diversos processos bioquímicos no organismo. Ambos atuam como precursores na biossíntese de fosfatidilcolina, um dos principais fosfolipídios das membranas celulares. Além disso, a colina está diretamente envolvida na produção de acetilcolina, um neurotransmissor fundamental para o desempenho cognitivo, incluindo funções como memória, atenção e aprendizado.

Em casos de acidente vascular cerebral (AVC) isquêmico ou hemorrágico, a citicolina contribui para reduzir o dano neuronal e favorecer a recuperação motora e cognitiva. No traumatismo cranioencefálico (TCE), ajuda a restaurar a função neuronal e diminuir o estresse oxidativo, promovendo uma reabilitação mais eficaz. Em situações de insuficiência vascular cerebral crônica e demências vasculares ou degenerativas, seu uso melhora a atenção, a memória e a função executiva, atuando como coadjuvante neuroprotetor.

A citicolina também é indicada no tratamento de déficits cognitivos leves e como suporte em processos de reabilitação neurológica, pois estimula a neuroplasticidade e acelera a recuperação funcional.

Adicionalmente, a citicolina também apresenta benefícios relevantes na saúde ocular. Estudos demonstram que sua suplementação pode auxiliar na proteção das células ganglionares da retina, favorecendo a integridade das vias visuais e reduzindo processos degenerativos associados ao envelhecimento ocular. Evidências sugerem que a citicolina pode melhorar a função visual em condições como glaucoma, neuropatia óptica e degeneração macular relacionada à idade, atuando como agente neuroprotetor. Esse efeito está relacionado à sua capacidade de otimizar a síntese de fosfolipídios de membrana, estimular a atividade dopaminérgica e promover a integridade mitocondrial, mecanismos que contribuem para retardar a progressão de doenças oftalmológicas degenerativas.

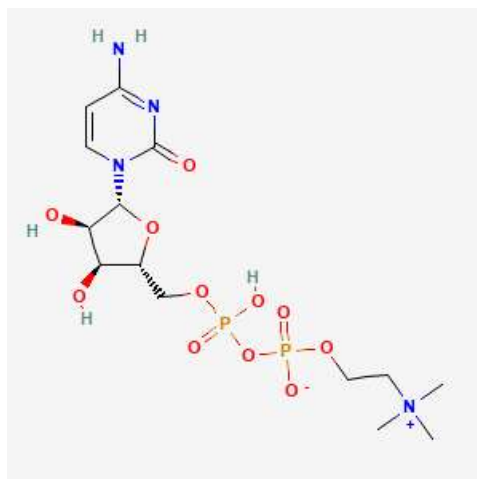


Imagem: Estrutura de Citicolina CDP-Colina, Disponível em:
<<https://pubchem.ncbi.nlm.nih.gov/compound/Citicoline#section=2D-Structure>>. Acesso em
out.2025.

Indicações:

- Melhora da função cognitiva;
- Prevenção de doenças neurodegenerativas;
- Recuperação neurológica;
- Neuroproteção;
- Glaucoma;
- Neuropatia óptica;
- Degeneração macular;

Recomendação de uso:

500 a 2000 mg ao dia, divididos em 1 a 2 tomadas.

Referências bibliográficas:

1. ADIBHATLA, Rao Muralikrishna; HATCHER, J. F. Cytidine 5'-diphosphocholine (CDP-choline) in stroke and other CNS disorders. *Neurochem Res.*, v. 30, n. 1, p. 15–23, jan. 2005.
2. DERBYSHIRE, Emma; OBEID, Rima. Choline, neurological development and brain function: a systematic review focusing on the first 1000 days. 10 jun. 2020. Received: 20 maio 2020; Accepted: 5 junho 2020; Published: 10 junho 2020
3. GRIEB, Pawel. Neuroprotective properties of citicoline: facts, doubts and unresolved issues. *CNS Drugs*, v. 28, p. 185–193, fev. 2014. DOI: 10.1007/s40263-014-0144-8.



4. SYNORADZKI, Kamil; GRIEB, Paweł. Citicolina: a superior form of choline? Received: 11 jun. 2019; Accepted: 10 jul. 2019; Published: 12 jul. 2019.
5. Parisi, V. et al. Evidence of the neuroprotective role of citicolina in glaucoma patients. *Progress in Brain Research*, v. 173, p. 541–554, 2008. doi:10.1016/S0079-6123(08)01137-0.
6. Rossetti, L.; Iester, M.; Tranchina, L.; Ottobelli, L.; Coco, G.; Calcatelli, E.; Ancona, C.; Cirafici, P.; Manni, G. Can Treatment With Citicolina Eyedrops Reduce Progression in Glaucoma? The Results of a Randomized Placebo-controlled Clinical Trial. *Journal of Glaucoma*, v. 29, n. 7, p. 513-520, jul. 2020. doi:10.1097/IJG.0000000000001565.
7. Oddone, F.; Rossetti, L.; Parravano, M.; Sbardella, D.; Coletta, M.; Ziccardi, L.; Roberti, G.; Carnevale, C.; Romano, D.; Manni, G.; Parisi, V. Citicolina in Ophthalmological Neurodegenerative Disease: A Comprehensive Review. *Pharmaceuticals*, v. 14, n. 3, p. 281, 20 mar. 2021. doi:10.3390/ph14030281.

Última atualização: 06/10/2025 E.S.

