

Cranberry *Vaccinium macrocarpon* e Proantocianidinas Tipo A e Prevenção de ITU Aprofundamento 13

Por Cristiano Ricardo · Publicado em 12/01/2026

Artigo e aula magistral do Prof. Cristiano Ricardo sobre cranberry (*vaccinium macrocarpon*): proantocianidinas tipo a e prevenção de itu na fitoterapia clínica baseada em evidências.

Versão online e eventuais atualizações:

<https://cristianorichardo.com/post/cranberry-vaccinium-macrocarpon-proantocianidinas-tipo-a-e-prevencao-de-itu-2026-01-12>

O extrato de Cranberry é indicado na profilaxia de infecções do trato urinário (ITUs) de repetição, especialmente em mulheres e homens com retenção urinária.

Ação antiaderente bacteriana

As proantocianidinas de ligação Tipo A (PAC-A) ligam-se às fímbrias da bactéria *Escherichia coli*, impedindo que ela se fixe nas paredes do urotélio da bexiga.

Prevenção sem gerar resistência bacteriana

Por ter ação mecânica de antiaderência e não bactericida direta, o cranberry previne infecções sem induzir resistência antimicrobiana.

Dica acadêmica do Professor

Dose diária padronizada recomendada é de no mínimo 36 mg de PAC-A para eficácia profilática comprovada.

Lições de Fitoterapia & Farmacognosia — Prof. Cristiano Ricardo
Educação Farmacêutica · Publicação de 12/01/2026 às 00:18.