



# Psyllium



Registro no Ministério da Saúde Nº 6.5451.0025

PSYLLIUM EM CÁPSULAS

[www.nutryervas.com.br](http://www.nutryervas.com.br)

# Psyllium

## Fibra Alimentar

### APRESENTAÇÃO

Contém 60 cápsulas gelatinosas contendo 500 mg de Psyllium (*Plantago ovata* Forsk).

### DESCRIÇÃO

O Psyllium consiste da combinação de polissacarídeos arabinoxilano altamente substituídos. Estes polissacarídeos são formados por cadeias lineares de unidades de xilose aos quais estão ligadas unidades monoméricas de arabinose ou xilose. A gelatina utilizada na fabricação das cápsulas moles é isenta de Encefalopatia Espongiforme Bovina (BSE)

### CLASSIFICAÇÃO CIENTÍFICA

Filo: Magnoliophyta  
Classe: Magnoliopsida  
Ordem: Lamiales  
Família: Plantaginaceae  
Gênero: *Plantago*  
Espécie: *Plantago ovata* Forsk

### CONSTITUINTES QUÍMICOS

A fibra alimentar Psyllium é a fração solúvel alcalina obtida a partir das sementes de *Plantago ovata* Forsk. Ela consiste da combinação de polissacarídeos arabinoxilano altamente substituídos. Estes polissacarídeos são formados por cadeias lineares de unidades de xilose ( $\beta$  (1 $\rightarrow$ 4)-xilano) aos quais estão ligadas unidades monoméricas de arabinose ou xilose. Resíduos de ramnose, galactose, glicose e ácido ramnosilurônico estão presentes como constituintes menores. Contém não menos do que 75% de fibra alimentar solúvel, calculado em material seco.

### PROPRIEDADES

As fibras alimentares constituem importantes componentes da dieta para manutenção das funções normais bem como um fator protetor para o desenvolvimento de doenças. As fibras alimentares solúveis contidas no Psyllium retardam o esvaziamento gástrico, a absorção da glicose, reduzem o colesterol plasmático e equilibram a flora intestinal. No lúmen intestinal as fibras ganham volume absorvendo água e moléculas de baixo peso molecular, o aumento do volume leva a saciedade e redução do apetite. O psyllium é classificado como uma fibra mucilagínosa devido sua habilidade de formar gel em água.

### ALEGAÇÃO FUNCIONAL

O Psyllium (fibra alimentar) auxilia na redução da absorção de gordura. Seu consumo deve estar associado a uma dieta equilibrada e hábitos de vida saudáveis.

### USO TRADICIONAL

Prisão de ventre, redução da absorção de gordura.

### OUTROS USOS

Gases, prevenção de doenças cardiovasculares, auxiliar no tratamento da obesidade e diabetes.

### RECOMENDAÇÃO DE CONSUMO

Recomenda-se ingerir 3 cápsulas três vezes ao dia 30 minutos antes das principais refeições, ingerir com um copo de água (200 ml).

### DURAÇÃO DO USO

Não há restrições quanto ao uso prolongado do Psyllium.

### CONTRAINDICAÇÃO

Gestantes, nutrizes e crianças até 3 (três) anos, somente devem consumir este produto sob orientação de um especialista.



Nutryervas do Brasil Ltda  
R. Rocha Pombo, 184 • Centro • CEP: 86975-000  
Mandaguari, PR • Indústria Brasileira  
S.A.C. 0800-6435016  
sac@nutryervas.com.br  
www.nutryervas.com.br