

FUCUS VESICULOSUS PÓ

O Fucus é uma alga castanha, extremamente abundante nos rochedos das costas do Atlântico, Pacífico e Mar do Norte, onde a sua acumulação atinge 15-20cm de espessura. O fucus é arrancado dos rochedos pelas marés cheias e de novo lançado sobre estes. É uma substância gelatinosa extraída de uma alga parda, *Fucus vesiculosus* (Fucaceae), rica em alginatos e iodo. Foi usada por muito tempo sob a forma de cinza, como fonte de iodo em pacientes com bócio endêmico. É constituído basicamente por iodo 0,03-0,1%, bromo 0,015%, fucoidina 60%, ácido alginico 18-30%, óleo essencial, lipídios, ácidos graxos livres, mucilagem (pectina) e sais minerais (Cl, K, Fe e P).

Nome científico: *Fucus vesiculosus* L.

Família botânica: Fucaceae

Parte utilizada: Planta inteira

INDICAÇÕES E AÇÕES FARMACOLÓGICAS:

Hipotireoidismo, obesidade e disfunções da tireóide decorrentes de uma alteração das taxas de iodo, tratamento da celulite, suplemento alimentar. Pelo seu teor de iodo estimula a tireóide regularizando a produção do hormônio tireotrofina e acelerando o metabolismo de glicose e ácidos graxos. Desta forma pode ser usado como auxiliar no tratamento da obesidade. Também pela ativação do metabolismo e pela presença de mucilagens, promove um aumento do trânsito intestinal, possuindo ainda ligeira ação diurética.

DOSES E USOS:

Via oral. Pó: 500 a 2000 mg ao dia, dividida em duas tomadas meia hora antes das refeições.

REAÇÕES ADVERSAS:

Podem ocorrer reações de hipersensibilidade ao iodo. Na superdosagem pode conduzir ao hipertireoidismo, tremores, pulsação aumentada e pressão sanguínea elevada.

PRECAUÇÕES:

Pacientes com hipersensibilidade devem consumir o fucus só com orientação médica. Em caso de hipersensibilidade descontinuar o uso e procurar o médico. Ingerir no mínimo 2 litros de água ao dia para facilitar a formação do bolo fecal.

INTERAÇÕES:

Pode ser associado à jacoboea e gaultheria para aplicação tópica em casos de afecções reumáticas.

CONTRA-INDICAÇÕES: Fucus é contra indicado para pessoas com hipersensibilidade ao iodo. Hipertireoidismo, problemas cardíacos, gravidez e lactação.

REFERÊNCIAS

TESKE, Magrid; TRENTINI, Any Margaly M. Herbarium - Compêndio de Fitoterapia. 3ed. Curitiba, 1997.

BATISTUZZO, J.A.O., ITAYA, M., ETO, Y. Formulário Médico Farmacêutico. 3.ed. São Paulo: Pharmabooks. 2006.

SIMÕES, et al. Farmacognosia da planta ao medicamento. 2.ed. Porto Alegre/ Florianópolis: Ed. Universidade/UFRGS/ Ed. da UFSC, 2000

