

PSYLIUM PÓ

FITOTERÁPICO



Nome científico: *Plantago ovata*
Nome Popular: Psyllium Husk
Partes Utilizadas: cascas das sementes

Propriedades

O **Psyllium** é um fitoterápico com ação laxativa e sacietógena.

É obtido das sementes da planta, *Plantago ovata*, contém dentre seus componentes, principalmente fibras, mucilagens e óleos. Tem ação laxativa mecânica suave, por aumento da emoliência das fezes.

O **Psyllium** é uma ferramenta adicional na alimentação para pessoas que apresentem problemas de função intestinal, devido a sua capacidade laxativa, ou pessoas que estejam em uma dieta de baixa caloria e com isto necessitem aumentar a saciedade. Seu efeito sacietógeno se dá através do aumento de volume do item no organismo, absorvendo água e formando géis, promovendo a sensação de plenitude gástrica.

Indicações

Psyllium deve ser utilizado em casos de constipação crônica, hemorróidas, gravidez, convalescença, pós-operatório, senilidade, colites e diverticulites. O **Psyllium** também é administrado como adjuvante nas dietas de emagrecimento, pois promove saciedade.

Posologia

Indicado na faixa de 5 a 15 g ao dia, em doses divididas às refeições e ao deitar. Quando misturado a líquidos deve ser ingerido imediatamente, pois o aumento do volume da mucilagem deve ocorrer no intestino.

Reações adversas

Pode ocasionalmente causar flatulência, o que tende a desaparecer com o decorrer do tratamento. Distensão abdominal ou risco de obstrução intestinal podem ocorrer, principalmente se o **Psyllium** for ingerido com líquido insuficiente.

Contra-indicações

O uso de **Psyllium** não é recomendado em casos de sangramentos retais não diagnosticados, constrictões anormais do trato gastrointestinal. Pacientes com hipersensibilidade conhecida à substância, não devem fazer uso do **Psyllium** em formulações.

Psyllium não deve ser administrado de 30min a 1h30min antes da tomada de outros medicamentos, pois pode diminuir a absorção intestinal dos outros medicamentos.

Bibliografia

1. BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/SP:Tecnopress, 3ª Ed. 2006.
2. Psyllium – EMA monograph.

Última atualização: 06/01/2012 MJD

Alcântara - Rua Yolanda Saad Abuzaid, 150, lojas 118/119. Telefone (21) 2601-1130
Centro / Zé Garoto - Rua Coronel Serrado, 1630, lojas 102/103. Telefone (21) 2605-9480



vendas@farmacam.com.br



WhatsApp (21) 2604-7350



Facebook.com.br/farmacam



Instagram.com.br/farmacam