

Bacopa monneri

Bacopa monneri é um tônico ayurvédico conceituado (denominado "Brahmi" em referência ao Deus Brahma, criador do panteão hindu) cuja utilização remonta há mais de 3000 anos e cuja atividade demonstrada foi objeto nomeadamente de um estudo com uma duração de 30 anos.

As pessoas tratadas melhoraram a capacidade de memorização e de retenção de informações e fazem prova de uma rapidez de reação superior. O antigo primeiro-ministro indiano Inder K. Gujral e o campeão de xadrez Vishwanathan Anand são utilizadores adeptos de bacopa.



Estudos recentes também têm comprovado que esta planta possui efeito anti-ulceroso. Pertence à família Scrophulariaceae, que apresenta a seguinte constituição:

Alcalóides;

Saponinas (bacosídeos);

Esteróis;

Açúcares e minerais.

Efeito antioxidante comparável ao da vitamina E, melhora em 50% os efeitos do ácido gástrico sobre a úlcera

Finalidade terapêutica:

Anti-ulceroso;

Ação antioxidante comparável à vitamina E;

Aumenta a secreção de mucina;

Aumenta a vida útil e a proliferação celular da mucosa gástrica.

O bacopa melhora significativamente a capacidade de aprendizagem. As crianças que tomam suplementos de bacopa fazem prova de uma rapidez e de uma precisão superiores. De forma surpreendente, fazem igualmente prova de uma curiosidade intelectual superior e optam preferencialmente por novas experiências, preterindo-as às revisões.

O bacopa atua rapidamente (as primeiras melhorias cognitivas começam a ser observadas 90 minutos após a ingestão) e permitiu reduzir de 10 para 6 dias o tempo necessário à aprendizagem de uma tarefa complexa.

O bacopa atua aumentando a síntese protéica no hipocampo, uma região do cérebro instrumental na memorização a longo prazo, consoante a dose ingerida. Segundo o prêmio Nobel Dr. Robert Furchgott, o Bacopa atua aumentando a produção de monóxido de azoto

(NO), um mensageiro químico de importância vital.

Em condições de stress associado à privação de sono, a administração de bacopa permite reduzir as concentrações de glutamato e aumentar as de GABA nas diferentes zonas do cérebro. Os níveis de ansiedade são reduzidos em cerca de 20% e a fadiga mental é diminuída. Os níveis de serotonina (um neuromediador inibidor) são aumentados.

Num estudo realizado com 19 crianças hiperativas, foram demonstrados resultados positivos em todos os sujeitos após 4 semanas, com uma notável ausência de efeitos secundários.

Segundo Sharma e al. a administração de Bacopa permite melhorar a inteligência e funções intelectuais que parecem ser determinadas pelo genótipo. Esta conclusão apoia-se em diversos estudos e o fato de o bacopa permitir influenciar as funções psico neurológicas associadas ao comportamento intelectual abre perspectivas realmente apaixonantes.

Finalmente, outros resultados sugerem que o bacopa possui propriedades antioxidantes significativas, que é eficaz na síndrome do cólon irritável e que reduz ligeiramente a hipertensão, melhorando a função respiratória nas situações de stress.

Os efeitos profiláticos e curativos do extrato de BACOPA MONNERI são devido a sua ação nos fatores de defesa da mucosa gástrica.

Indicações:

- Antioxidante
- Anti-ulceroso
- Melhora a memória, concentração e a capacidade intelectual
- Ação antioxidante comparável à vitamina E;
- Aumenta a secreção de mucina;
- Aumenta a vida útil e a proliferação celular da mucosa gástrica.
- Os níveis de ansiedade são reduzidos em cerca de 20% e a fadiga mental é diminuída.
- Eficaz na síndrome do cólon irritável
- Reduz ligeiramente a hipertensão
- Melhora a função respiratória nas situações de stress.

Dosagem:

Doses de 100 a 200 mg de bacopa monneri, três vezes ao dia, ou doses únicas de 500 a 1000mg ao dia.

Reações adversas:

Não foram detectadas nenhuma reação adversa.

Estudos clínicos:

Efeito antioxidante comparável ao da vitamina E, melhora em 50% os efeitos do ácido gástrico sobre a úlcera.

Avaliação "in vitro" das atividades do extrato padronizado de BACOPA MONNIERI

Concentração	Atividade
EBM – 1000 mcg/ml	Possui atividade anti Helicobacter pylori
EBM – 10 mcg/ml	Aumenta prostaglandinas (PGE and PGI2)

O estudo foi realizado em um incubado de células da mucosa de humanos (in vitro). Foram avaliadas as atividades do EBM – extrato padronizado de BACOPA MONNIERI contendo 35,5% de bacoside A.

Os efeitos observados foram:

Aumento da secreção de mucina;

Aumento da vida útil das células da mucosa gástrica;

Efeito antioxidante na mucosa gástrica.

Estes fatores contribuem para a atividade anti-ulcerosa do extrato de BACOPA MONNIERI.

Efeitos profiláticos e curativos do extrato de BACOPA MONNIERI na úlcera gástrica.

- EBM - contendo bacoside-A 38%:

Dose de 10-50 mg/kg
2 vezes/dia por 5 dias



Efeito antiulceroso dose-dependente.

- EBM - contendo bacoside-A 38%:

Dose de 20 mg/kg
2 vezes/dia por 10 dias

Melhora de 50% contra os efeitos indutores do ácido gástrico na úlcera.

Referências:

- Fabricante
- Goel R.K., Sairam, K., Babu, M.D., Tavares, I.A., Raman, A.. In vitro evaluation of Bacopa monniera on anti-Helicobacter pylori activity and accumulation of prostaglandins. Department of Pharmacology, Institute of Medical Sciences, Banaras Hindu University, Varanasi, India. Phytomedicine. 2003;10(6-7):523-7.
- Sairam, K., Rao, C.V., Babu, M.D., Goel, R.K.. Prophylactic and curative effects of Bacopa monniera in gastric ulcer models. Department of Pharmacology, Institute of Medical Sciences, Banaras Hindu University, Varanasi, India. Phytomedicine. 2001 Nov;8(6):423-30.
- Galena Química e Farmacêutica Ltda.
- Kar A, Panda S, Bharti S. Relative efficacy of three medicinal plant extracts in the alteration of thyroid hormone concentrations in male mice. J Ethnopharmacol 2002 Jul;81(2):281-5
- D'Souza P, Deepak M, Rani P, Kadamboor S, Mathew A, Chandrashekar AP, Agarwal A. Brine shrimp lethality assay of Bacopa monnieri. Phytother Res 2002 Mar;16(2):197-8.
- Tsimmerman, I.S., Mikhaleva, E.N. The state of immune system and effects of current therapy and immunomodulators Klin Med (Mosk). 2003;81(1):40-4.
- Koralkovas A., Dicionário Terapêutico Guanabara, Edição 2003/2004.