

BERBERINA

A berberina é um fitoterápico natural que possui propriedades que ajudam a diminuir o açúcar no sangue e a controlar os níveis de colesterol e triglicerídeos, podendo ser indicada em caso de diabetes, síndrome metabólica ou para proteger contra doenças cardiovasculares. A berberina possui componentes que promovem a diminuição do peso corporal e o aumento da capacidade do organismo em queimar gordura, podendo ser também muito útil em dietas para baixar de peso.

É uma substância nitrogenada vegetal que atua como fitoterápico natural e que é extraída de plantas, como *Phellodendron chinense* e *Rhizoma coptidis*.



Phellodendron chinense



Rhizoma coptidis

Indicações

Controlar a diabetes

Estudos demonstram que a utilização de suplementação de berberina por pessoas com diabetes do tipo 2 e síndrome metabólica ajudou a equilibrar os níveis de açúcar no sangue e a melhorar o funcionamento da insulina mantendo os níveis normais no sangue. Esse efeito é similar à ação dos medicamentos utilizados para controlar a diabetes e, por isso, a berberina pode ser usada

para potencializar o efeito dos medicamentos, de acordo com a orientação médica.

Ajudar na perda de peso

A berberina tem a ação de aumentar a capacidade das células de produzir energia, estimulando tanto a queima de gordura quanto a diminuição da produção de gordura no corpo. Ela melhora a função dos hormônios reguladores da gordura, como a insulina, a adiponectina e a leptina, além de diminuir a expressão de genes que estimulam o acúmulo de gordura no organismo.

Redução do colesterol

Além de ajudar na perda de peso, a berberina também tem mostrado bons resultados em reduzir o colesterol total, o colesterol ruim LDL e os triglicerídeos, ajudando na prevenção de doenças cardiovasculares, como aterosclerose, infarto e derrame cerebral.

Além disso, quando usada juntamente com medicamentos e com uma dieta equilibrada, ela

também ajuda a elevar o colesterol bom, também chamado de HDL, que atua como protetor cardiovascular.

Protetora do cérebro

Por ter um potente efeito anti-inflamatório, a berberina também ajuda a proteger o cérebro contra problemas como perda de memória e Alzheimer, protegendo também os neurônios de pacientes que sofreram AVC e reduzindo as sequelas do problema.

Regula a flora intestinal

Tem efeito antimicrobiano e atua no intestino inibindo a proliferação de bactérias prejudiciais para o organismo. Favorece a multiplicação de bactérias benéficas, que melhoram o trânsito intestinal, aumentam a proteção do intestino e que produzem substâncias que ajudam a regular a glicemia.

Controla a pressão arterial

A berberina é capaz de ajudar no controle da pressão arterial, já que é capaz de promover o relaxamento dos vasos sanguíneos, podendo ser indicada no tratamento da hipertensão arterial.

Quantidade recomendada

Recomenda-se uma dose de 500 mg de berberina 2 vezes por dia, tomada 30 minutos antes das refeições principais. É importante que o médico seja consultado para que seja indicada a dose mais adequada para cada pessoa.

Possíveis efeitos colaterais

O consumo de berberina normalmente é seguro para a saúde, mas quando utilizada em excesso, essa substância pode causar efeitos colaterais como náuseas, vômitos, dores abdominais e flatulência.

Contra indicação

A berberina está contraindicada para mulheres grávidas ou que amamentam, pois pode causar alterações na estrutura do útero, além de poder ser passada para o bebê através do leite materno.

Referências Bibliográficas

HaoCheng1JuanLiu1YuzhuTanWuwenFengChengPeng. Interactions between gut microbiota and berberine, a necessary procedure to understand the mechanisms of berberine. Science direct. 2021

Karina G Pérez-Rubio, Manuel González-Ortiz, Esperanza Martínez-Abundis, José A Robles-Cervantes, María C Espinel-Bermúdez. Effect of berberine administration on metabolic

syndrome, insulin sensitivity, and insulin secretion. Pubmed. 2013

Jiarong Lan, Yanyun Zhao, Feixia Dong, Ziyu Yan, Wenjie Zheng, Jinping Fan, Guoli Sun. Meta-analysis of the effect and safety of berberine in the treatment of type 2 diabetes mellitus, hyperlipemia and hypertension. Pubmed. 2015

Li-bin Zhou, Ming-dao Chen, Xiao Wang, Huai-dong Song, Ying Yang, Jin-feng Tang, Feng-ying Li, Man-yin Xu, Jia-lun Chen. [Effect of berberine on the differentiation of adipocyte]. Pulmed. 2003

Hui Dong, Yan Zhao, Li Zhao, Fuer Lu. The effects of berberine on blood lipids: a systemic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Pubmed. 2013

Yan Wang, Qian Tong, Shu-Rong Ma, Zhen-Xiong Zhao, Li-Bin Pan, Lin Cong, Pei Han, Ran Peng, Hang Yu, Yuan Lin, Tian-Le Gao, Jia-Wen Shou, Xiao-Yang Li, Xian-Feng Zhang, Zheng-Wei Zhang, Jie Fu, Bao-Ying Wen, Jin-Bo Yu, Xuetao Cao & Jian-Dong Jiang. Oral berberine improves brain dopa/dopamine levels to ameliorate Parkinson's disease by regulating gut microbiota. Signal Transduction and Targeted Therapy. 2021

Berberine Ameliorates Periodontal Bone Loss by Regulating Gut Microbiota Show less X. Jia, L. Jia, L. Mo, S. Yuan, X. Zheng, J. He, V. Chen, Q. Guo, L. Zheng, Q. Yuan, X. Xu, X. Zhou. Berberine Ameliorates Periodontal Bone Loss by Regulating Gut Microbiota. SAGE Journals. 2018

PHARMÁCIA®
Cantinho da Terra
Laboratório de Manipulação

Avenida 17 nº 559
entre ruas 4 e 5 - Bairro Saúde
Rio Claro - São Paulo.

Tel: 19 3522 - 3522

WhatsApp 55 19 9 9779 - 4877

Contatos Eletrônicos: tele@cantinhodaterra.com.br
www.facebook.com/cantinhodaterra

Não use medicamentos sem o conhecimento do seu médico ou farmacêutico.