



ATIVANDO PRINCÍPIOS
ISO | 9001:2008



INFORME TÉCNICO

CÁPSULAS MOLES DE ÓLEO DE LINHAÇA

- ⊕ Alimento funcional
- ⊕ Antioxidante e renovador celular.

Registro no M.S: 508350036



Indicações:

Possui alto poder alimentício, desintoxicante, reidrata o intestino, usado em casos de diverticulite, alcalinizante, refrescante. Estudos mostram que é boa para os diabéticos, pois estabiliza os níveis de açúcar no sangue e também é uma auxiliar para a prevenção da obesidade, pois ela ativa mais o metabolismo (1) .



Propriedades:

O óleo de Linhaça contém importantes ácidos graxos, como ômega-3 e ômega-6. O óleo é retirado das sementes, por prensagem a frio, o que garante a preservação das propriedades medicinais de seus ácidos graxos, preservando sua forma CIS, que é a forma ideal para o uso terapêutico e cosmético.

É considerada como um alimento funcional, ou seja, que contém, além de seus nutrientes básicos (carboidratos, proteínas, gorduras e fibras), elementos que podem diminuir o risco de algumas doenças pois seu uso contínuo pode proporcionar aumento da defesa orgânica e redução do ritmo de envelhecimento celular.

A linhaça é a semente do linho (*Linum usitatissimum*), muito utilizada em culinária, sendo consumida com casca e dela se extrai o óleo de linhaça, que é rico em Ômega 3, Ômega 6 e Ômega 9. Além disso, o óleo de linhaça é usado na indústria cosmética e em farmácias de manipulação. Outros usos do óleo de linhaça incluem a fabricação de linóleo e a diluição de tintas a óleo para pinturas de telas.

Os relatos mais antigos da semente da linhaça são datados de 5000 anos antes de Cristo, na Mesopotâmia. Foram até encontrados desenhos da semente em tumbas faraônicas, o que comprova o uso desta herbácea desde a antiguidade. Mesmo sendo originária da Ásia, seus benefícios foram difundidos pelo mundo todo, e seu consumo é muito comum na América do Norte e em países europeus.

Propriedades Mediciniais A semente de linhaça é considerada um alimento funcional, pois, além de ter suas propriedades nutricionais básicas, tem propriedades preventivas graças aos compostos antioxidantes e anticancerígenos ela possui cerca de 39% de óleo em sua composição. Seu óleo é um dos alimentos mais rico em Ômega 3 da natureza (cerca de 57%) e de Ômega 6. A relação ideal entre Ômega 3 e Ômega 6 é de 1:4 respectivamente, enquanto o óleo vegetal de linhaça apresenta uma relação de 1:3, muito próxima do ideal. Essa presença balanceada entre o Ômega 3 e o Ômega 6 permite a produção das prostaglandinas, que são corpos biologicamente muito ativos e importantes que agem como removedoras do excesso de sódio nos rins, diminuindo assim a retenção de líquidos, o que alivia os sintomas do período pré-menstrual. A alta taxa de Ômega 3 faz da linhaça um alimento de caráter preventivo à saúde, sendo um importante agente antioxidante e renovador celular. Além disso, a linhaça é a maior fonte alimentar de lignanas, um

fitoesteróide que "imita" a ação do estrogênio. A lignana é muito importante no período da menopausa, quando as taxas desse hormônio são baixas, sendo ela um importante agente natural na reposição desse hormônio. A lignana "engana" os receptores de estrogênio e se acopla a eles. Tratando-se de um óleo vegetal natural, os fitoesteróides têm uma ação fraca em relação ao estrogênio, não tendo ação negativa sobre o tecido mamário. Sendo assim, a lignana é uma substância importante na prevenção do câncer de mama, por neutralizar a ação do estrogênio sobre esse tecido. O óleo de linhaça tem na maior parte da sua composição gorduras poliinsaturadas não produzidas pelo corpo. Veja a porcentagem de gorduras do óleo de linhaça:

Tipos de Gorduras	% Total de Gorduras
Gorduras Saturadas	9%
Gorduras Monoinsaturadas	18%
Gorduras Polinsaturadas	Ômega-3 -- 57%
	Ômega-6 -- 16%

A sua constituição ainda conta com uma alta taxa de fibras solúveis (ideal como laxante e auxiliar na digestão), vitaminas B1, B2, C, E, caroteno, ferro, zinco, alguma quantidade de potássio, magnésio, fósforo e cálcio.

Estudos mostram que é boa para os diabéticos, pois estabiliza os níveis de açúcar no sangue e também é uma auxiliar para a prevenção da obesidade, pois ela ativa mais o metabolismo (1).



Contra-indicações:

Contra-indicado em situações de obstrução digestiva e paralisação do íleo (1).

Gestantes, nutrízes e crianças até 3 (três) anos somente devem consumir este produto sob orientação de nutricionista ou médico (3).



Dose Usual / Posologia:

- Óleo de Linho 1000 mg: 1 cápsula duas vezes ao dia;
- Óleo de Linho 500 mg: 1 a 2 cápsulas duas vezes ao dia (2);



Precauções:

Não constam.



Reações Adversas:

Nenhuma referência cita efeitos adversos do óleo de linhaça, mesmo em doses altas. Há algumas ressalvas quanto à ingestão da sementes inteiras pelo conteúdo de algumas proteínas, como lineína, que têm ação antagonista à piridoxina (1).



Interações Medicamentosas:

Nenhuma interação é citada na literatura (1).



Referências Bibliográficas:

1. FERREIRA, A. O., Guia Prático de Farmácia Magistral. 3ª Ed, São Paulo: Pharmabooks - vol 1, 2008.
2. Literatura do fornecedor.
3. Bula Óleo de Linho - Laboratório Tiaraju

Informações mais completas e referências científicas disponíveis sob consulta.

Entre em contato conosco através do e-mail: sac@deg.com.br

ITF CAPSULAS MOLES DE OLEO DE LINHAÇA - V.01 - novembro / 2010



ATIVANDO PRINCÍPIOS
ISO | 9001:2008



ESTA EMPRESA APÓIA
A FUNDAÇÃO ABRINQ

DEG Importação de Produtos Químicos Ltda.

Unidade 1: R. Jurupati, 775 / 779 / 803 - Jd. Oriental - São Paulo / SP - CEP: 04348-070
Unidade 2: R. José Mariano Filho, 200 - Jd. Oriental - São Paulo / SP - CEP: 04347-180
www.deg.com.br - deg@deg.com.br - 0800-7011974