



Purifarma

PSYLLIUM

NOME BOTÂNICO: Plantago psyllium L

FAMÍLIA: Plantaginaceae

O psyllium é uma erva que mede menos de 50cm. Cresce espontaneamente nos solos áridos e arenosos do mediterrâneo. Possui na sua constituição L-arabinose, D-xilose e ácido galacturônico, mas seus principais constituintes são as fibras, mucilagens e óleos. Psyllium possui ação laxativo mecânico suave, emoliente e demulcente.

PROPRIEDADES FARMACOLÓGICAS:

As mucilagens presentes na composição do psyllium absorvem considerável quantidade de água, aumentando o volume fecal que por sua vez aumenta o lúmen intestinal. Seus efeitos ultrapassam o âmbito intestinal. Retardando tanto o esvaziamento gástrico como a absorção de glicose a partir do intestino delgado. Seus óleos também favorecem a propriedade laxativa. Psyllium favorece o amolecimento das fezes e reduz a necessidade de esforço para evacuação, atividade muito útil em casos de hemorroidas.

Em estudos realizados demonstrou possuir a propriedade de reduzir o colesterol sérico total, reduzindo o LDL-colesterol e aumentando o HDL-colesterol. Quando ingerido antes das refeições pode reduzir a sensação de fome.

INDICAÇÕES:

Psyllium é indicado nos estados de obstipação crônica, coadjuvante da evacuação intestinal em casos de hemorroidas, gravidez, convalescença, períodos pós operatórios e senilidade.

DOSAGEM

Adulto: 10 a 20g/dia, às principais refeições e ou deitar. Distribuir normalmente em doses de 3,5 - 5g com 200 mL de líquidos para cada dose. Criança até 12 anos: utiliza-se metade da dose. Seu uso mínimo recomendado é de 3 dias consecutivos. Após esse período poderá ser estabelecido um consumo de acordo com as necessidades individuais.

EFEITOS ADVERSOS

Pode ocorrer a formação de gases e flatulência, mas estes sintomas desaparecem após algumas semanas.

PRECAUÇÕES:

- Como o efeito laxante se dá pela absorção de água a nível intestinal, deve-se elevar o consumo de líquidos durante o uso de Psyllium.
- Caso sugirem reações indesejáveis, suspender o uso.
- Psyllium quando misturado a líquidos deve ser ingerido imediatamente pois o aumento de volume da mucilagem deve ocorrer nos intestinos.

INTERAÇÃO:

É recomendado um intervalo de 1 a 2 horas entre a ingestão de fibras e outros medicamentos. Pode ocorrer um aumento do efeito quando utilizado com outros produtos ricos em fibras ou pectina.



São Paulo (11) 2067.5600
Brasil 0800 10 50 08



www.purifarma.com.br



[grupopurifarma](#)



[Purifarma](#)



Purifarma

CONTRA-INDICAÇÕES

Psyllium é contra indicada em pacientes com cólicas abdominais de origem desconhecida, constipação ou estenose intestinal. Diabetes mellitus onde o ajuste de insulina é difícil.



São Paulo (11) 2067.5600
Brasil 0800 10 50 08



www.purifarma.com.br



[grupopurifarma](#)



[Purifarma](#)

