

Gymnema sylvestre 75%

O que é Gymnema?

A *Gymnema sylvestre* é uma planta amadeirada e trepadeira, originária das florestas tropicais do sul e centro da Índia. A distribuição é mundial, é reconhecida na literatura e encontrada em medicamentos tradicionais de muitos países, incluindo Austrália, Japão e Vietnã. As folhas mais comumente são usadas, mas o tronco parece também ter alguma ação farmacológica. Gymnema tem sido referida em alguns textos como *Asclepias geminata*, *melicida Gymnema* e *sylvestris Periploca*.

Indicação

Seu uso tem sido limitado principalmente à gestão de diabetes e similares de hipoglicemia e condições hiperglicêmicas. As folhas também têm sido utilizadas para doenças do estômago, prisão de ventre, retenção hídrica, e doenças hepáticas. Já as flores e frutos têm sido utilizados no tratamento de alta ou baixa pressão arterial, taquicardia e arritmias. Tem a capacidade de discriminar o gosto doce, dando-lhe o nome comum de Gurmar Hindi, ou “destruidor de açúcar”.

Diabetes

A planta tem sido utilizada na medicina tradicional, principalmente no controle da glicemia. Uma revisão sistemática de ervas e suplementos alimentares utilizados para o controle glicêmico em diabetes tem sido conduzida. Concluiu-se que a evidência dos efeitos benéficos da *gymnema* em diabetes é sugestivo, embora inconclusivos com base nos dados limitados.

A Redução de Colesterol

Redução dos níveis de colesterol e triglicérides foi relatada em um estudo com pacientes diabéticos que receberam *gymnema*. Mais estudos clínicos são necessários para provar os seus efeitos hipolipemiantes.

A Perda de Peso

Central de Atendimento Magistral (11) 2148 7600
TeleFax Magistral (11) 2148 7643
E-Mail: falecom@atm.com.br
www.attivosmagistrais.com.br

Redução de peso e circunferência do abdome superior, cintura e quadril foi observada em um estudo de pessoas que tomavam uma combinação de suplementos dietéticos que incluía *gymnema*. Mais estudos clínicos são necessários para comprovar os efeitos de perda de peso.

Outros Usos

O extrato de *gymnema* também interfere com a capacidade do paladar para sentir sabores doce e amargo.

Qual é a dosagem de Gymnema?

400mg de um extrato padronizado contendo 75% de Ác. gymnêmico administrado duas vezes ao dia.

Contra-indicações

Usar com precaução em doentes que têm um histórico de reações de hipoglicemia.

Gravidez / Lactação

Não há informações sobre o uso durante a gravidez ou a lactação.

Efeitos Colaterais

Hipoglicemia pode ocorrer.

Toxicidades

Na literatura não há relatos de toxicidade para o homem com a planta.

Referências

- *Fitoterapia Contemporânea – Tradição e Ciência na Prática Clínica*. 2009, Ed. Elsevier.
- <http://www.i-saude.info/gymnema>

Central de Atendimento Magistral (11) 2148 7600
TeleFax Magistral (11) 2148 7643
E-Mail: falecom@attm.com.br
www.attivosmagistrais.com.br