

OROCORA

SUPLEMENTO ALIMENTAR

Apresentação

Embalagem de 60 cápsulas

INGREDIENTES	TDR (3 Cápsulas)	% VRN*
Bromelaína	450 mg	**
Bisglicinato de Magnésio (Magnésio elemento: 20%)	345 mg (69 mg Mg)	18 %
Gluconato de Potássio (Potássio elemento: 16,7%)	300 mg (50,1 mg K)	3 %
L-Tartarato de Carnitina	30 mg	**
Gluconato de Cobre (Cobre elemento: 14%)	1650 µg (231 µg Cu)	23 %

*VRN = Valores de Referência do Nutriente: Regulamento (UE) n.º 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2011.

**VRN não estabelecido.

Ingredientes: Bromelaína, Bisglicinato de Magnésio, Gluconato de Potássio, L-Carnitina (L-Tartarato 31,79%), Gluconato de Cobre; Celulose microcristalina, Sais de magnésio de ácidos gordos (antiaglomerantes); Cápsula: Gelatina, Carbonato de cálcio (corante).

Indicações

- Tratamento de doenças cardíacas (angina de peito, insuficiência cardíaca, tratamento após enfarte do miocárdio e perturbações do ritmo cardíaco).
- Arteriosclerose e Ateromatoses.
- Preventivo de trombozes e enfartes do miocárdio.
- Hipertensão arterial (Terapia Coadjuvante).

Toma diária recomendada (TDR)

1 cápsula, 3 vezes por dia, antes das refeições.

Características Magnésio

Micronutriente essencial, o magnésio, é cofactor enzimático em importantes vias metabólicas. Exerce efeitos benéficos sobre o sistema cardiovascular, é um natural antagonista do cálcio, aumenta a vasodilatação, a eficiência do metabolismo dos lípidos, reduz a inflamação e inibe a função plaquetária. Desempenha um papel fundamental na electrofisiologia cardíaca e na regulação do fluxo de catiões nos cardiomiócitos¹.

Bromelaína

A Bromelaína é uma fitoenzima proteolítica, extraída do ananás que estimula a fibrinólise sanguínea, evitando a formação de trombos e a agregação plaquetária². É útil na prevenção e tratamento de tromboflebite e na prevenção do risco cardiovascular.

Potássio

Catião intracelular mais abundante, o potássio é um electrólito essencial para a manutenção e regulação do equilíbrio hidro-osmótico, na transmissão do impulso nervoso, na contracção muscular, no metabolismo dos glúcidos e como constituinte catalítico de enzimas como a piruvato quinase. Desempenha um papel fundamental no funcionamento do sistema cardíaco, na redução da hipertensão arterial e na prevenção de acidentes cardiovasculares^{3,4}.

O potássio apresenta uma acção antihipertensora, através da vasodilatação do endotélio vascular obtida pela hiperpolarização da célula endotelial e consequente estimulação da bomba de sódio/potássio e da abertura dos canais de potássio.

A hiperpolarização endotelial é transmitida para as células do músculo liso vascular, resultando na diminuição do cálcio citosólico, que por sua vez, promove a vasodilatação⁴. O potássio influencia ainda a natriurese, o cálcio intracelular, a sensibilidade dos barorreceptores, redução da vasoconstrição provocada pela noradrenalina e angiotensina II, aumento sérico da calcitreína, aumento da actividade da bomba de sódio/potássio e alteração na síntese de ADN no músculo liso vascular e nas células do sistema nervoso, aumento da sensibilidade celular à insulina, redução do stress oxidativo e na inflamação⁴.

L-Carnitina

A L-Carnitina é uma amina quaternária que desempenha um papel importante na produção de energia no músculo cardíaco, através do transporte de ácidos gordos de cadeia longa para a mitocôndria para sofrerem β-oxidação, disponibilizando uma maior quantidade de energia para a contracção do miocárdio⁵.

É sintetizada no fígado a partir de dois aminoácidos essenciais, a lisina e a metionina, necessitando para sua síntese da presença de ferro, ácido ascórbico, niacina e piridoxina. Encontra-se maioritariamente distribuída pelos tecidos e órgãos (coração, músculo estriado, rins, pâncreas) e uma pequena percentagem no plasma⁶.

Os cardiomiócitos não possuem capacidade de síntese de L-carnitina, adquirindo-a da circulação sistémica. Deficiências no metabolismo ou transporte de L-carnitina podem provocar alterações e dano aos cardiomiócitos resultando em cardiomiopatia, arritmia, insuficiência cardíaca e falência cardíaca⁷.

A suplementação de L-carnitina após a ocorrência de um acidente cardiovascular foi associada com uma redução significativa na mortalidade por arritmia ventricular, angina e enfarte do miocárdio, tendo sido relatada uma diminuição na dilatação progressiva do ventrículo esquerdo, redução da toxicidade celular e uma melhoria do metabolismo dos glúcidos^{7,8}.

Cobre

Este micronutriente é essencial para a coagulação do sangue e controle da pressão arterial, formação do tecido conjuntivo das artérias, ossos e coração, defesa contra danos oxidativos, transformações de energia, na mielinização dos neurónios e síntese de hormonas⁶.

Uma ingestão inadequada de cobre produz efeitos negativos sobre o metabolismo do colesterol e da glicose, na pressão arterial, na função cardíaca, na mineralização dos ossos e na imunidade⁶.

É cofactor de enzimas como a Superóxido Dismutase que protegem o organismo contra o stress oxidativo. Alguns enfartes do miocárdio estão relacionados com um défice de cobre no organismo, justificando a inclusão do Cobre nesta fórmula ortomolecular⁵.

Indicações

Tratamento de doenças cardíacas (angina de peito, insuficiência cardíaca, tratamento após enfarte do miocárdio e perturbações do ritmo cardíaco).

Arteriosclerose e Ateromatoses.
Preventivo de trombozes e enfartes do miocárdio.
Hipertensão arterial (Terapia Coadjuvante).

Interações

Magnésio: Antibióticos (Quinolonas, Tetraciclina), Bloqueadores Beta e da entrada de cálcio, Digoxina, Diuréticos, hormonas sexuais e da tiróide.

Bromelaína: Antibióticos (Amoxicilina e Tetraciclina) e Anticoagulantes orais.

Potássio: AINE's, IECAS, Diuréticos, Corticosteróides, Laxantes, Sulfonamidas, Digoxina.

L-Carnitina: Zidovina, Doxorubicina, Isotrioninas Hormonas da Tiróide, Valproato.

Cobre: Penicilamina, Antiácidos, Estrogénios, AINE's, Alopurinol, Cimetidina.

Contraindicações

Hipersensibilidade a qualquer um dos constituintes desta formulação.

Magnésio: Bloqueio cardíaco, insuficiência renal.

Bromelaína: Úlcera péptica, Distúrbios nos factores de coagulação, Risco de hemorragia.

Potássio: Insuficiência renal e hipercalemia.

L-Carnitina: Hipotiroidismo

Cobre: Doença de Wilson, Intoxicação de Cobre idiopática e Cirrose na infância.

Efeitos indesejáveis

Magnésio: Em algumas pessoas, o magnésio pode causar dor de estômago, náuseas, vômitos, diarreia e outros efeitos colaterais.

Bromelaína: Na dosagem apresentada não existem indícios de efeitos adversos, com excepção da hipersensibilidade ao constituinte. Como actua ao nível da viscosidade sanguínea aconselha-se a descontinuar este suplemento, duas semanas antes de uma cirurgia programada.

Potássio: Na dosagem apresentada não existem indícios de efeitos adversos, no entanto deverá ser suspensa a administração em caso de alterações no batimento cardíaco.

L-Carnitina: Na dosagem apresentada não existem indícios de efeitos adversos.

Cobre: Na dosagem apresentada não existem indícios de efeitos adversos.

Advertências

Potássio: Não se aconselha a toma deste suplemento conjuntamente com diuréticos poupadores de potássio e digoxina.

Cobre: Hemodiálise: As pessoas que realizam hemodiálise para a doença renal parecem estar em risco de deficiência de cobre, não iniciar uma suplementação sem consultar o médico assistente. Consumo em excesso pode causar danos hepáticos.

Recomendações

Não deve ser excedida a toma diária indicada.

Os suplementos alimentares não são substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado nem de um modo de vida saudável.

Conservar na embalagem original protegida da luz, em local seco e a temperatura inferior a 25°C.

Manter fora da vista e do alcance das crianças.

O uso seguro durante a gravidez e amamentação não foi estabelecido. Na ausência de dados suficientes, o uso durante estes períodos não é recomendado.

O produto não deve ser utilizado no caso de hipersensibilidade ou alergia a qualquer um dos constituintes da formulação.

Referências

- 1 Del Gobbo, L. C. et al. Circulating and dietary magnesium and risk of cardiovascular disease: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Am. J. Clin. Nutr.* 98, 160-73 (2013).
- 2 Pavan, R., Jain, S., Shradha & Kumar, A. Properties and therapeutic application of bromelain: a review. *Biotechnol. Res. Int.* 2012, 976203 (2012).
- 3 Weaver, C. Potassium and health. *Adv. Nutr. An Int. Rev.* ... 4, 368S-77S (2013).
- 4 Houston, M. C. The importance of potassium in managing hypertension. *Curr. Hypertens. Rep.* 13, 309-17 (2011).
- 5 DiNicolantonio, J. J., Lavie, C. J., Fares, H., Menezes, A. R. & O'Keefe, J. H. L-carnitine in the secondary prevention of cardiovascular disease: systematic review and meta-analysis. *Mayo Clin. Proc.* 88, 544-51 (2013).
- 6 Caballero, B. *Encyclopedia of Human Nutrition. Nutrition in Clinical Care* 1, 1774 (Academic Press, 2013).
- 7 Shang, R., Sun, Z. & Li, H. Effective dosing of L-carnitine in the secondary prevention of cardiovascular disease: a systematic review and meta-analysis. *BMC Cardiovasc. Disord.* 14, 88 (2014).
- 8 Reuter, S. E. & Evans, A. M. Carnitine and Acylcarnitines. *Clin. Pharmacokinet.* 51, 553-572 (2012).

O cobre contribui para um normal metabolismo produtor de energia, para o normal funcionamento do sistema nervoso, para o normal funcionamento do sistema imunitário e para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis (EFSA Journal n.º 2009; 7(9):1211).

