OPTIZINC

SUPLEMENTO ALIMENTAR

Apresentação

Embalagem de 60 cápsulas

Ingredientes	Por 1 Cápsula	% VRN*	TDR (3 Cápsulas)	% VRN*
Pidolato de Zinco (Zn elemento: 20,3 %)	31 mg	62,93 %	93 mg	188,79 %
Cloridrato de Piridoxina (Vitamina B6)	6 mg	428,57 %	18 mg	1285,70 %

Antiaglomerantes: Celulose microcristalina, Estearato de magnésio (E 470b), Dióxido de silício.

Cápsula: Gelatina, Dióxido de titânio (corante)

*VRN = Valores de Referência do Nutriente: Regulamento (EU) nº 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2011.

Indicações

Imunomodulador em doenças crónicas.
Profilaxia e tratamento da constipação comum.
Impotência e Infertilidade masculina.
Adenoma da próstata.
Doenças de pele nomeadamente acne e psoríase.
Terapia coadjuvante para doenças mentais conjuntamente com OroSeda Forte.

Toma diária recomendada (TDR)

1 Cápsula, 1 a 3 vezes por dia, antes das principais refeições.

Características

Zinco

O zinco é um dos mais abundantes iões intracelulares. Encontra-se presente em cada célula do organismo e tem diversas funções biológicas. O zinco é um componente fundamental de muitas enzimas e proteínas e está envolvido na síntese e degradação dos glícidos, lípidos, proteínas e ácidos nucleicos.

É componente catalítico e estrutural de cerca de 300 enzimas (ligases, isomerases, hidrolases, transferases e oxidorredutases), onde mantém a integridade estrutural e desempenha um papel na regulação da expressão genética. O zinco é essencial para a actividade catalítica da ARN polimerase, alcalino-fosfatase, anidrase carbónica e da Superóxido-Dismutase[1].

Contribui para a configuração tridimensional e actividade biológica de muitas proteínas nomeadamente para os factores de transcrição, receptores nucleares (por exemplo, receptores de ácido retinóico)[1].

O zinco também está envolvido na regulação de genes associados com apoptose e função imunológica. Estimula o sistema imunitário celular e humoral e também tecidos e órgãos linfoides como o timo, aumentando o número de linfócitos T[1].

Segundo a revisão Cochrane, realizada em 2013 através da análise de ensaios clínicos, o zinco inibe a multiplicação do rhinovirus e encontra-se indicado para o tratamento e profilaxia da constipação comum. Os resultados mostraram que o zinco apresentou efeitos benéficos na redução da duração e da gravidade da constipação comum em pessoas saudáveis, quando administrado dentro das primeiras 24 horas do aparecimento dos sintomas. As pessoas que utilizaram zinco também tiveram menor probabilidade de persistência de sintomas após sete dias.

A suplementação profiláctica de zinco durante cinco meses reduziu a incidência de constipações, do absenteísmo escolar e da prescrição de antibióticos[2].

O zinco é essencial para a formação de espermatozóides, manutenção dos níveis normais de testosterona, combatendo a infertilidade masculina e a impotência[3].

Vitamina B6

As três formas de piridoxina são rapidamente absorvidas pelo intestino, sendo o piridoxal transformado em piridoxamina. Em seguida sofre uma fosforilação realizada pela enzima piridoxal-alfa-fosfoquinase em piridoxal-5-fosfato (PLP) e aparentemente também em fosfato de piridoxamina. No sistema imune a vitamina B6 influência a proliferação de linfócitos e prostaciclina e inibe a síntese de leucotrienos e tromboxanos[1].

Interacções

Zinco: Antibióticos, Anti-hipertensores, AINE´s, Diuréticos Tiazidicos, Amilorida, Penicilamina, IECAS, Álcool, Fitatos e Oxalatos.

Vitamina B6: Isoniazida, Penicilamina, Hidralazina, Teofilina, ou inibidores da IMAO, Levodopa sem Carbidopa.

Contra-indicações

Hipersensibilidade à substância activa ou a qualquer um dos excipientes.

Zinco: Na dose indicada, não são conhecidos.

Vitamina B6: Crianças com idade inferior a 12 anos. Doentes com compromisso renal ou hepático.

Efeitos indesejáveis

Zinco: Deficiência em Cobre, com uso prolongado de zinco. Problemas de estômago, que podem ser contornados, com a ingestão de alimentos. Pode originar gosto metálico na boca, neste caso reduzir a dose diária.

Vitamina B6: Náuseas e vómitos, fotossensibilidade e nefropatia periférica.

Advertências

Zinco: Uso prolongado induz a deficiência em cobre.

Vitamina B6: A administração a longo prazo de elevadas concentrações de Piridoxina está associada com o desenvolvimento de neurotoxicidade.

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 Coates, P. M. et al. Encyclopedia of Dietary Supplements. Health (San Francisco) 423–430 (Informa, 2010).

2 Singh, M. & Das, R. R. Zinc for the common cold. Cochrane database Syst. Rev. 6, CD001364 (2013).

3 Ebisch, I. M. W., Thomas, C. M. G., Peters, W. H. M., Braat, D. D. M. & Steegers-Theunissen, R. P. M. The importance of folate, zinc and antioxidants in the pathogenesis and prevention of subfertility. Hum. Reprod. Update 13, 163–74 (2007).