

Fenugreek inteiro 100 g

EAN: 8435110840154 FABRICANTE: NATURLIDER



O feno-grego é uma planta herbácea que se utiliza em infusão para baixar os níveis de açúcar no sangue, para a prisão de ventre, para estimular o apetite em caso de falta de apetite.

DESCRIPCIÓN

O que é o feno-grego e para que serve?

O feno-grego ou cientificamente chamado *Trigonella foenum-graecum* é uma planta herbácea, com folhas trifoliadas e pecíolo. As flores são papilionáceas de cor branco-amarelada. O fruto contém entre dez e vinte sementes marrom-amareladas, divididas por um sulco.

Que parte do feno-grego você usa?

As sementes são usadas.

Quais são os princípios ativos do feno-grego?

Os princípios ativos são:

- Açúcares simples e oligossacarídeos (45-60%).
- polissacarídeos heterogêneos. Mucilagens (25-45%) como manogalactanas no endosperma das sementes.
- Lipídios insaturados (8-10%) no embrião: triglicerídeos, principalmente ácidos graxos linoleico, linolênico, oleico e palmítico.
- Proteínas (27-30%), muito ricas em triptofano, com uma relação lisina/arginina muito baixa, ainda mais baixa que a da soja.
- Fósforo orgânico: lecitina (1,2-2,5%) e inositolhexafosfato de cálcio e magnésio.
- Saponinas esteróides (1,2-1,5%): diosgenina, yamogenina, tigogenina, neotigogenina, gitogenina, esmilagenina, yucagenina e seus heterosídeos trigofoenósidos AG.
- Alcaloides piridínicos: trigonelina (0,2-0,36%), gentianina, carpaína.
- Flavonoides: luteolina, orientina, isoorientina, quercitrina, saponaretina, vitexina e isovitexina.
- Óleo essencial (0,015%) que lhe confere o cheiro característico a especiarias, onde domina o anetol. (sesquiterpenos, hidrocarbonetos).
- Fitoesteróis: colesterol e sitosterol.
- Sais minerais: cálcio, férrico e manganês.
- Vitaminas: A, B1, C e P.



Fenugreek inteiro 100 g

EAN: 8435110840154 FABRICANTE: NATURLIDER



- Fibras: celulose, hemicelulose, lignina, gomas e pectinas.
- Enzimas: diastases e manases.
- Outros: colina, ácido nicotínico, cumarinas

Quais são as funções farmacológicas do feno-grego?

As infusões de Alhova têm muitas propriedades:

- Eles estimulam o apetite.
- são antianêmicos.
- São hipoglicemiantes, ou seja, baixam os níveis de açúcar no sangue.
- Eles reduzem os níveis elevados de colesterol.
- São diuréticos.
- Laxantes.
- Antimicrobiano.

Quais são as indicações para uma infusão de Alhova?

- Como restaurador na anorexia, perda de peso, astenia e convalescença.
- Anemias.
- Diabetes melito tipo II.
- Gastrite, úlcera gastroduodenal.
- Raquitismo e osteomalacia.
- Hepatite.
- Constipação.
- Catarros das vias aéreas superiores.
- Acne.
- Hipercolesterolemia, ou seja, para diminuir os níveis de colesterol.

Uma infusão de feno-grego tem contra-indicações?

As infusões de feno-grego são contra-indicadas na gravidez e lactação.

Também é contra-indicado em casos de bronquite, enfisema e asma, pois inibe o transporte mucociliar.

As infusões de feno-grego não devem ser tomadas em caso de obstrução esofágica, obstrução intestinal, pois se a quantidade adequada de água não for ingerida, essas condições podem ser agravadas.



Fenugreek inteiro 100 g

EAN: 8435110840154 FABRICANTE: NATURLIDER



Recomenda-se a ingestão adequada de líquidos para evitar o aparecimento de obstruções gastrointestinais, devido ao fato de o feno-grego conter mucilagem.

Durante os dias em que a infusão de feno-grego é tomada, recomenda-se controlar o nível de açúcar no sangue para evitar a hipoglicemia.

O feno-grego interage com algum medicamento?

As infusões de feno-grego podem interagir com insulina e antidiabéticos orais, produzindo hipoglicemia.

A presença de mucilagens pode retardar ou diminuir a absorção de outros princípios ativos, portanto, é importante distanciar a ingestão de infusões de feno-grego e outros princípios ativos.

