

EXT. SECO QUIABO 10%

CAS: Não aplicável **DCB:** Não aplicável

Fórmula Molecular: Não aplicável Peso Molecular: Não aplicável Composição: Não aplicável

Uso: Oral

O Extrato Seco de Quiabo é obtido do fruto da planta Abelmoschus esculentus, pertencente à família Malvaceae, amplamente cultivada no Brasil. Esse extrato é padronizado com 10% de fibras solúveis e destaca-se por sua rica composição em fitoquímicos, apresentando diversas atividades biológicas, como efeitos anti-hiperglicêmicos, anti-inflamatórios e antioxidantes.

Estudos recentes apontam que o quiabo pode contribuir significativamente para a melhora de condições como obesidade, diabetes e distúrbios metabólicos. Sua atuação se dá, em grande parte, por meio da modulação do estresse oxidativo, graças à presença de compostos bioativos como polifenóis, flavonoides, vitamina C, quercetina e catequinas.

Seus antioxidantes neutralizam radicais livres, como as espécies reativas de oxigênio (ROS), protegendo células, lipídios, proteínas e o DNA contra danos oxidativos. Além disso, estimula a atividade de enzimas antioxidantes como superóxido dismutase (SOD) e catalase (CAT), fortalecendo as defesas do organismo. Estudos também demonstram a redução dos níveis de malondialdeído (MDA), um marcador de lipoperoxidação, o que reflete em menor estresse oxidativo sistêmico. Por fim, os flavonoides presentes no quiabo inibem enzimas produtoras de ROS, como a NADPH oxidase, ajudando a controlar a produção excessiva de radicais livres.

Ainda é importante destacar a sua capacidade do Quiabo em aglutinar com gordura, é realizada uma avaliação de aglutinação lipídica do Extrato Seco de Quiabo. Para isso, são adicionados óleo e água em um béquer, seguidos pela adição do pó do Extrato Seco de Quiabo. Observa que o extrato apresenta afinidade com a fase oleosa, formando uma aglutinação visível com a gordura, o que indica sua capacidade de interação com lipídios.

Esse comportamento sugere que, no organismo, o Extrato de Quiabo pode formar um gel viscoso ao entrar em contato com a gordura ingerida, dificultando sua emulsificação, digestão e absorção no trato gastrointestinal. Como resultado, parte da gordura é eliminada naturalmente pelas fezes, sem causar desconfortos ou alterar o funcionamento intestinal.



São Paulo (11) 2067.5600 Brasil 0800 0258 825



www.purifarma.com.br



grupopurifarma



Purifarma



purifarma.com.br/Blog







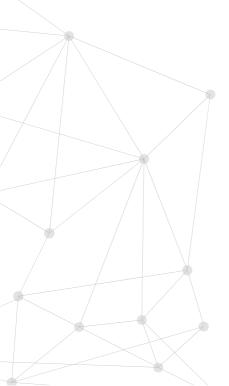
São Paulo (11) 2067.5600 Brasil 0800 0258 825











INDICAÇÕES

- Redução da absorção de gorduras e gerenciamento do peso;
- Apoio na melhora do perfil lipídico;
- Redução de gordura corporal;
- Melhora da função intestinal;
- Apoio a redução da glicemia.

ESTUDOS

 Abelmoschus esculentus previne distúrbios metabólicos relacionados à obesidade aumentando a atividade do tecido adiposo marrom e o escurecimento do tecido adiposo branco por meio da ativação da AMP

O estudo foi realizado com voluntários adultos com menos de 60 anos, recrutados no Hospital da União de Wuhan, e obteve aprovação ética. Foram coletadas amostras de tecido adiposo de 35 participantes, sendo 21 obesos e 14 com peso normal, e os resultados mostraram que os níveis de mRNA de UCP1 e outros marcadores de tecido adiposo marrom estavam significativamente diminuídos em ambos os tipos de tecido adiposo dos indivíduos obesos.

Conclusão: o tratamento com o quiabo melhorou os distúrbios metabólicos induzidos por uma dieta rica em gordura em ratos, sem afetar negativamente a função hepática e renal.

2. Quiabo e inulina na redução de peso em pessoas com sobrepeso e obesidade moderada.

Foi realizado um ensaio clínico duplo-cego, randomizado, com três braços: alta dose, baixa dose e placebo, onde os participantes seguiram uma dieta hipocalórica de 30% de gordura, reduzida em 20% da necessidade energética basal. Os indivíduos tomaram duas cápsulas de três vezes ao dia, 15 minutos após cada refeição principal (café da manhã, almoço e jantar). O grupo doses **baixas** tomou (990 mg de quiabo e 255 mg de inulina/dia) e doses altas (1980 mg de quiabo e 510 mg de inulina/dia).

O peso corporal basal foi reduzido em $5,03 \pm 2,50$ kg no grupo de alta dose e em $3,01 \pm 2,19$ kg no grupo de baixa dose, em comparação com o placebo, que teve uma perda de 0,98 kg, com p < 0,001.



C

São Paulo (11) 2067.5600 Brasil 0800 0258 825



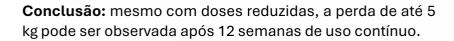
www.purifarma.com.br



grupopurifarma



purifarma.com.br/Blog



3. Quiabo: Opção segura e eficaz para auxiliar no controle do diabetes tipo 2.

Este ensaio clínico avaliou o uso do quiabo (*Abelmoschus* esculentus) como tratamento adjuvante no controle do diabetes tipo 2. Cem pacientes, com idades entre 40 e 60 anos, foram divididos em dois grupos e tratados por três meses com 1000 mg de quiabo em pó (3x ao dia) ou placebo, mantendo o tratamento antidiabético convencional. Os resultados mostraram que o grupo que recebeu quiabo apresentou melhora significativa na glicemia de jejum, HbA1c, colesterol total, triglicerídeos e níveis inflamatórios (PCR-us), sem efeitos colaterais observados.

Conclusão: o quiabo é uma alternativa segura e eficaz no apoio ao controle glicêmico e metabólico em pacientes com diabetes tipo 2.

DOSAGEM SUGERIDA

Oral:

Dose mínima: 200 mg, 3x ao dia ou 600 mg.

Uso esporádico: 1,3 g a 2,6 g, uma vez ao dia.

Tomar preferencialmente **15 minutos após as refeições** ou conforme prescrição.

Tópico: Não aplicável.

Fator de correção: Não aplicável.

TOXICIDADE

O quiabo não demonstrou toxicidade em animais em doses de até 4000 mg/kg.

SUGESTÃO DE FÓRMULAS

Gerenciamento de Peso: Redução da absorção de gorduras e otimização do metabolismo

Ext. Seco Quiabo 10%	330 mg
Inulina	85 mg
Posologia: tomar 1 dose 15 minutos após almoço e jantar	
ou conforme prescrição.	

Citrus Sinensis	200 mg	
Ext. Seco de Cactus	250 mg	
Ext. Seco Café verde	75 mg	
Posologia: tomar uma dose às 9h e outra às 15h.		





Reduz a absorção de gorduras

Ext. Seco Quiabo 10%

600 mg

Posologia: tomar 1 dose 15 minutos após almoço ou alimentação rica em gorduras.

REFERÊNCIAS

1-NIKPAYAM, O. et al. The effect of Abelmoschus esculentus L. (okra) extract supplementation on dietary intake, appetite, anthropometric measures, and body composition in patients with diabetic nephropathy. Health Promotion Perspectives, [S.l.], v. 12, n. 2, p. 169–177, 20 ago. 2022. DOI: https://doi.org/10.34172/hpp.2022.21. Disponível em:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9508394. Acesso em: 9 maio 2025.

2-SILVA, João et al. Okra (Abelmoschus esculentus L. Moench) fruit powder standardized in flavonoids improves glycemic control and metabolic memory in acute and chronic hyperglycemia. Journal of Medicinal Plants Research, São Paulo, v. 12, n. 4, p. 201–210, 2023.

3-ELKHALIFA, A. E. O. et al. Okra (Abelmoschus esculentus) as a potential dietary medicine with nutraceutical importance for sustainable health applications. *Molecules*, [S.l.], v. 26, n. 3, p. 696, 28 jan. 2021. DOI: https://doi.org/10.3390/molecules26030696. Disponível em: https://www.nchi.nlm.nih.gov/nmc/articles/PMC786

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC786 5958. Acesso em: 9 maio 2025.

4-AVAKOLIZADEH, M. et al. Clinical efficacy and safety of okra (Abelmoschus esculentus (L.) Moench) in type 2 diabetic patients: a randomized, double-blind, placebo-controlled, clinical trial. Acta Diabetologica, [S.l.], v. 60, n. 12, p. 1685–1695, dez. 2023. DOI: https://doi.org/10.1007/s00592-023-02149-1. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37507536. Acesso em: 9 maio 2025.

5- PHOSWA, W. N.; MOKGALABONI, K. Comprehensive Overview of the Effects of Amaranthus and Abelmoschus esculentus on Markers of Oxidative Stress in Diabetes Mellitus. *Life (Basel)*, v. 13, n. 9, p. 1830, 29 ago. 2023. DOI: 10.3390/life13091830. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37763234/>.

Acesso em: 14 maio 2025.

6- GOU, Luoning et al Abelmoschus esculentus prevents obesity-related metabolic disorders by increasing brown adipose tissue activity and browning of white adipose tissue through AMPK activation. Journal of Functional Foods, v. 128, 2025, p. 106787. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jff.2025.106787. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S175646462500129X?via%3Dihub. Acesso em: 14 maio 2025.



São Paulo (11) 2067.5600 Brasil 0800 0258 825



www.purifarma.com.br



grupopurifarma



Purifarma



purifarma.com.br/Blog

