

Actinidina P200

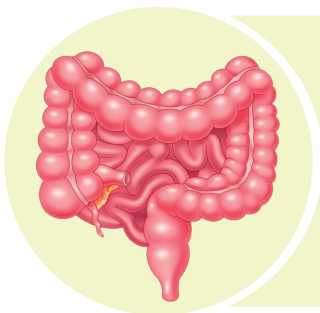
Enzima versátil do kiwi para alívio da constipação, melhora da digestão e saúde intestinal

O kiwi verde (*Actinidia deliciosa*) contém naturalmente uma enzima proteolítica conhecida como Actinidina que possui aplicação como um complemento alimentar na promoção de vários aspectos da saúde intestinal, incluindo melhora da constipação, motilidade intestinal, digestão de proteínas, aumento do número de bactérias benéficas, da função imunológica, além de promover uma sensação de bem-estar gástrico e intestinal.

A Actinidina também atua como coadjuvante para restabelecer o equilíbrio da composição da microbiota intestinal e estimula o crescimento de bactérias dos gêneros *Bifidobacterium spp.* e *Bacteroides spp.*, que auxiliam a absorção de nutrientes, aumentam a função barreira e modulam o sistema imunológico gerando uma resposta anti-inflamatória.

Actinidina pode ser complemento para a produção de ácidos graxos de cadeia curta (AGCC), propionato e butirato. Os AGCC reduzem a hiperpermeabilidade intestinal e estão associados à mediação de efeitos imunológicos, redução do colesterol, aumento da saciedade e melhora da absorção de vitaminas e minerais.

Aplicações Actinidina P200



Auxilia na Constipação Intestinal

- Alivia a constipação e inchaço abdominal;
- Auxilia na motilidade e função intestinal;
- Apresenta considerável atividade laxante;
- Contribui para redução da constipação associada à Síndrome do Intestino Irritável;
- Ajuda na diminuição do tempo de trânsito colônico;
- Auxilia na produção de muco e ácidos graxos de cadeia curta.



Auxílio na digestão

- Possui atividade proteolítica;
- Auxilia na digestão de proteínas de carne, soja, leite e cereais;
- Contribui para o esvaziamento gástrico (aumenta o fluxo biliar);
- Sensação de conforto e alívio digestivo;
- Auxilia na Disbiose e hiperpermeabilidade intestinal - *leak gut*.



Contribui para a Saciedade

- Hidratação das fibras do Kiwi e formação de goma;
- Auxilia na saciedade;
- Ajuda na diminuição dos índices glicêmicos;
- Aumenta o bolo fecal;
- Auxilia a redução de triglicerídeos, podendo beneficiar a saúde cardiovascular.



Prebiótico & Flavobiótico

- Apresenta pectinas que auxiliam a microbiota intestinal;
- Auxilia o crescimento de *Lactobacillus* e *Bifidobacterium*;
- Contém altas concentrações de vitaminas A, C, E e folato;
- Rico em minerais como Potássio, Cálcio, Ferro e Magnésio;
- Ajuda na estimulação do sistema imunológico;
- Auxilia na redução do processo inflamatório.

Actinidina P200

Enzima versátil do kiwi para alívio da constipação, melhora da digestão e saúde intestinal

Evidências científicas

Actinidina P200 melhora a função intestinal em pacientes com SII / constipação

Estudo clínico demonstra que o consumo de Actinidina P200 diminuiu significativamente ($p = 0,026$) o tempo de trânsito colônico em pacientes com SII com predominância de constipação (SII/C). Os resultados sugerem que o uso de Actinidina P200, por 4 semanas, aumenta a frequência de defecação e melhora a função intestinal em adultos diagnosticados com SII/C.²

Actinidina P200 melhora a constipação em idosos

Estudo clínico avaliou o efeito do consumo diário de Actinidina P200 em 34 pacientes idosos com constipação. Os resultados demonstraram que os pacientes apresentaram significativa melhora em todas as medições de laxação, incluindo fezes mais volumosas e macias e produção mais frequente de fezes em apenas 3 semanas de suplementação.³

Actinidina P200 mecanismos nas funções gastrointestinais

Estudo de revisão publicado no *Critical Reviews in Food Science and Nutrition* demonstra os prováveis mecanismos do Actinidina P200 na função gastrointestinal:

- Modulação da microbiota;
- Alterações no fluxo biliar;
- Indução de motilidade por sinalização ativada por protease;
- Mediação de processos inflamatórios.

As conclusões foram que a Actinidina P200 oferece benefícios valiosos para pacientes com constipação e SII.⁶

SUGESTÃO DE FÓRMULAS

Melhora a constipação intestinal e a digestão de proteínas, incluindo o glúten

Actinidina P200 1900 Unidades

Excipiente qsp Uma unidade

Posologia: Ingerir uma dose uma a duas vezes ao dia.

Auxílio na saciedade e ajuda na obesidade

Actinidina P200 480 Unidades

METTA Biotic 100 mg

GLISODin® 250 mg

Excipiente qsp Uma unidade

Posologia: Ingerir uma dose duas vezes ao dia.

SII com predominância de constipação

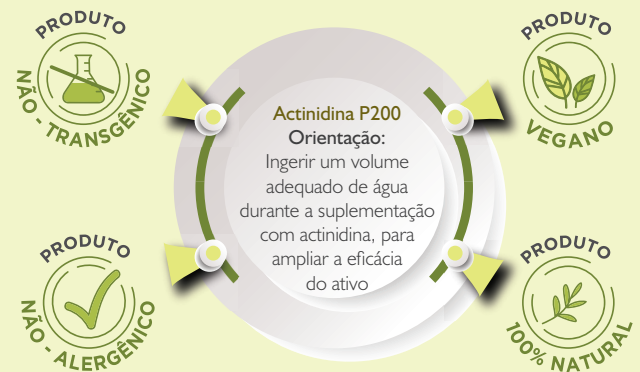
Actinidina P200 480 Unidades

Bio-MAMPS B. lactis 10 mg

IBS Care® 100 mg

Excipiente qsp Uma unidade

Posologia: Ingerir uma dose duas vezes ao dia.



Posologias sugeridas: Actinidina P200

Dosagem Constipação severa e alterações digestivas: 1900 unidades, uma a duas vezes ao dia, antes das principais refeições.

Dosagem manutenção:

480 a 960 unidades, uma a duas vezes ao dia, antes das principais refeições.

Precauções de Uso:

- 1 - Alérgicos a Kiwi, abacate, figo, avelã, papoula, centeio, semente de gergelim, pólen de bétula.
- 2 - Não é recomendado em pré-cirurgias e pessoas com distúrbio de coagulação.

NOTA: As informações apresentadas são baseadas em estudos científicos e devem ser avaliadas com critério pelo profissional prescritor. A reprodução e divulgação deste material é restrita a profissionais da saúde e não deve ser veiculada em quaisquer mídias escritas ou digitais.

Referências consultadas: 1. Paul Blatchford, Halina Stoklosinski, Sarah Eady, Alison Wallace, et al. *J Nutr Sci*. 2017; 6: e52. 2. Chang CC, Lin YT, Lu YT, Liu YS, Liu JF. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2010; 19(4): 451-7. 3. Rush EC, Patel M, Plank LD, Ferguson LR. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2002; 11(2): 164-8. 4. Ansell J1, Butts CA2, Paturi G3, Eady SL4, Wallace AJ4, Hedderley D1, Geary RB5. *Nutr Res*. 2015 May; 35(5): 401-8. 5. Guyonnet D, Chassany O, Ducrotte P, Picard C, Mouret M, Mercier CH, Matuchansky C. *Aliment Pharmacol Ther*. 2007 Aug 1; 26(3): 475-86. 6. Bayer SB, Geary RB, Drummond LN. *Crit Rev Food Sci Nutr*. 2018; 58(14): 2432-2452.