

# ORA-PRO-NÓBIS EXTRACT



Fonte de proteína vegana  
Rico em vitaminas e minerais  
Tratamento de anemias  
Cicatrizante de úlceras gástricas

**Ora-pro-nóbis** é uma trepadeira arbustiva, com um alto teor de aminoácidos essenciais, aproximadamente 25% de proteínas altamente digestíveis nas folhas. Pode ser aplicada como fonte proteica alternativa, principalmente aos veganos e vegetarianos.

*Pereskia aculeata* possui alto teor de fibras alimentares que auxiliam no processo digestivo e intestinal.

Também contém antioxidantes que auxiliam na prevenção de doenças crônicas. É aplicada em processos inflamatórios, na cicatrização de úlceras e na redução do colesterol e diabetes. Além disso, apresenta um potencial antinociceptivo, anulando ou reduzindo a percepção e a transmissão de estímulos que causam dor.



*Pereskia aculeata*

#### Nome científico

*Pereskia aculeata*

#### Família

Cactaceae

#### Parte utilizada

Folhas

#### Sinônimos

Pereskia, Groselheira das Antilhas, Groselha da Maéria, Lobrobó, Trepadeira-limão, Carne-de-pobre

#### Classe

Fitoterápico / Nutracêutico

#### Composição química

Proteínas, fibras, vitamina C, ácido fólico, vitamina A, minerais (cálcio, ferro e fósforo)

#### Dose usual

Dose diária de 2g

Pode ser fracionada em dosagens de 500mg

#### Indicações do produto

Tratamento de anemias

Fonte de proteína vegana

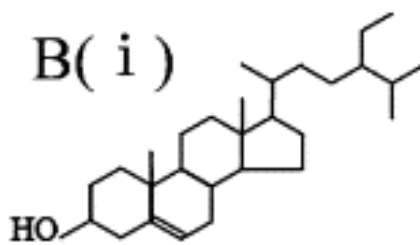
Rico em vitaminas e minerais

Cicatrizante de úlceras

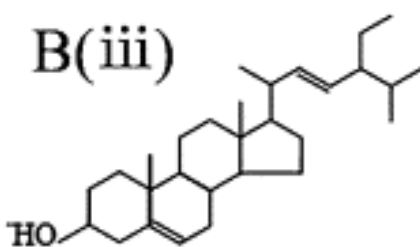
Redução do colesterol

## MECANISMO DE AÇÃO

Os esteroides  $\beta$ -sitosterol e estigmasterol foram identificados em *P. aculeata*. Estes fitoesteróis e seus derivados exercem efeitos protetores contra algumas doenças crônicas, como aterosclerose, câncer, úlceras, inflamações e osteoporose. Uma mistura de fitoesteróis encontrados na dieta inibe o crescimento de células cancerígenas e reduz o tamanho dos tumores e a incidência de câncer de cólon, mama e próstata induzidos por agentes carcinógenos específicos. Além disso, esses esteroides, principalmente o  $\beta$ -sitosterol, inibem a proliferação celular e induzem a apoptose em linhagem de células de câncer de fígado. O potencial antinociceptivo de *Pereskia aculeata* está relacionado a uma ação serotoninérgica na via descendente da modulação da dor.



$\beta$ -sitosterol



stigmasterol

## EFICÁCIA CLÍNICA

A **ora-pro-nóbis** possui grandes quantidades de fibras insolúveis nas folhas. A ingestão diária recomendada de fibras para um adulto é em torno de 2g/Kg de peso corpóreo. Isso significa que além da proteína bruta, *P. aculeata* Mill poderia contribuir também com a ingestão de fibra, uma vez que a falta de fibras prejudica o peristaltismo intestinal e, em contrapartida, uma dieta rica em fibras pode prevenir várias doenças como: varizes, câncer de cólon, hemorroidas e tumores intestinais e diabetes. A presença de fibras do tipo mucilagens ajuda no processo digestivo e intestinal, promovendo saciedade, facilitando o fluxo alimentar pelo interior das paredes intestinais, além de ajudar a recompor toda a flora intestinal. Isso evita os estados de constipação, prisão de ventre, formação de pólipos, hemorroidas e até tumores.

A **ora-pro-nóbis** possui um considerável teor de ferro, tanto na folha (140,36 ppm) quanto no caule (88,75 ppm). A necessidade diária de ferro para um homem adulto está em torno de 10 mg/dia e para mulheres adultas, essa necessidade é próxima a 15 mg/dia, devido aos ciclos menstruais. Nesse caso, a **ora-pro-nóbis** poderia contribuir com as necessidades diárias deste mineral, tanto para homens quanto para as mulheres. Um aspecto positivo é que a **ora-pro-nóbis** apresenta, para ambas as partes analisadas, baixa quantidade de lipídios totais medido pelo extrato etéreo. Como se sabe, lipídios em excesso podem provocar doenças cardiovasculares. Porém, a planta pode contribuir com a energia necessária para a manutenção dos processos vitais do organismo.

**Ora-pro-nóbis** tem a capacidade funcional de reduzir os níveis de LDL-colesterol (lipoproteína de baixa densidade, também chamada de colesterol “ruim”), diminuindo risco de doenças cardiovasculares.

A alta concentração de vitamina C (ácido ascórbico) fortalece o sistema imunológico, evitando uma série de patologias oportunistas, e agindo como antioxidante nos processos vitais.

A presença de vitamina A (retinol) em grande quantidade favorece a integridade da visão e pode melhorar a qualidade da pele.

**Ora-pro-nóbis** apresenta certos aminoácidos essenciais, destacando-se a lisina, triptofano, leucina e valina.



## POSOLOGIA

Recomenda-se a dose diária de 2g de **ora-pro-nóbis**, podendo ser fracionada em dosagens de 500mg.

## EFEITOS COLATERAIS

Não foram descritos efeitos colaterais com o uso de **ora-pro-nóbis**.

## CONTRAINDICAÇÕES

Não existem relatos científicos quanto a toxicidade de **ora-pro-nóbis**. Não há contraindicações conhecidas.

## REFERÊNCIAS

Ora-pro-nóbis: EMBRAPA. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/busca-de-solucoes-tecnicas/-/produto-servico/4567/sistema-de-cultivo-de-ora-pro-nobis-pereskia>>. Acesso em 19 set. 2018.

Ora-pro-nóbis: ABC HORTICULTURA. Disponível em: <http://www.abhorticultura.com.br/biblioteca/arquivos/Download/Biblioteca/pmfi5000c.pdf>. Acesso em 19 set. 2018.

SANTOS, P. S. K. et al. Cápsulas contendo a planta Pereskia aculeata. 2014. Disponível em: < [http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/mostras/sete\\_mostra/priscila\\_suemi\\_kuriki\\_santos.pdf](http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/mostras/sete_mostra/priscila_suemi_kuriki_santos.pdf)>. Acesso em 19 set. 2018.