

## Pronova Pure® - Cáps de Óleo de peixe BASF 150:500 TG

*Cuidando da saúde cardiovascular e cerebral*

*Ácidos graxos ômega 3 concentrados de alta qualidade*

### USO ORAL

USO HUMANO E VETERINÁRIO

EPA: Mínimo 150mg

DHA: Mínimo 500mg/g

EPA e DHA: Mínimo 650mg/g

Cápsulas gelatinosas moles 1g

O consumo de ácidos graxos polinsaturados da série ômega 3 está relacionado a redução na incidência de doenças cardiovasculares, inflamatórias, câncer, hipertensão e à prevenção e tratamento de tumores e osteoporose (OLIVEIRA SG, et al. 2004; PISABARRO et al. 2006). O ômega 3 é um componente fundamental da membrana externa das células cerebrais. É através dessa membrana que todos os sinais do sistema nervoso central fluem.

Sessenta por cento do cérebro humano é composto por gordura e por isso, o ômega 3 está intimamente ligado a saúde deste órgão. O ácido eicosapentaenoico (EPA) e o ácido docosahexaenóico (DHA) são formas de gordura ômega 3 particularmente importantes para a manutenção das funções cerebrais em adultos (HORROCKS, 1999).

Da mesma forma o DHA é essencial para o crescimento e desenvolvimento funcional do cérebro em bebês, assim como para a manutenção da função cerebral normal em adultos. A inclusão abundante de DHA na dieta melhora a capacidade de aprendizado, enquanto as deficiências de DHA estão associadas a déficits no aprendizado. O DHA é absorvido pelo cérebro em detrimento de outros ácidos graxos. A renovação do DHA no cérebro é muito rápida, mais do que geralmente se pensa.

As deficiências de DHA estão associadas à síndrome alcoólica fetal, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, fibrose cística, fenilcetonúria, depressão unipolar, hostilidade agressiva e adrenoleucodistrofia. Além disso, diminuições de DHA no cérebro estão associadas ao declínio cognitivo durante o envelhecimento e ao início da doença de Alzheimer.

Estudos epidemiológicos mostraram uma forte correlação entre o consumo de peixe e a redução da morte súbita por infarto do miocárdio.

De uma forma geral, o ômega 3 extraído do óleo de peixe não apenas reduz os triglicerídeos no sangue e diminui a trombose, mas também previne arritmias cardíacas e infarto do miocárdio; trata a aterosclerose e apoia a saúde cardiovascular. Estudos também mostram que ele pode reduzir o risco de câncer, modular a inflamação, prevenir a trombose e pode ser um coadjuvante na depressão, diabetes mellitus na idade adulta.

A **BASF é líder de mercado global em soluções Ômega 3**. A linha de produtos premium é baseada em mais de 150 anos de experiência na indústria de ingredientes saudáveis. As **cápsulas de óleo de peixe BASF Pronova Pure®**, oferecem os ácidos graxos eicosapentaenoico e docosahexaenóico (EPA e DHA) altamente concentrados com perfil de pureza excepcional, obtidos por tecnologia de concentração de óleo de última geração, com purificação superior e a remoção de lipídeos indesejados, como gorduras saturadas, colesterol e gorduras trans, que afetam negativamente a saúde e estão presentes em abundância na dieta diária.

Pronova Pure® 15:500 TG é um concentrado de óleo de peixe. O óleo de peixe é obtido a partir de anchovas, sardinhas e cavalas (famílias Engraulidae, Clupeidae, Scombridae e Carangidae). É um produto rico em triglicerídeos (TG) e em ácidos graxos ômega 3. O conteúdo de EPA (ácido eicosapentaenóico expresso como TG) e DHA (ácido docosahexaenóico expresso como TG) é de no mínimo 650mg/g, o que equivale à no mínimo 150mg/g de EPA e 500mg/g de DHA (Valores descritos no certificado de análise de produto).

### Propriedades

- Proteção cardiovascular
- Fortalece o sistema imunológico
- Apoia os problemas de memória e demência
- Melhoram a saúde da pele
- Combate a depressão e ansiedade
- Apoia o controle dos níveis lipídicos
- Apoia o controle da obesidade
- Efeito anti-inflamatório
- Antitrombótico
- Antioxidante



## Vantagens:

- Certificação BASF
- Ultra concentrado
- Não contém glúten

## EPA vs DHA

### EPA

#### Saúde cardiovascular

- Proteção cardiovascular;
- Redução das taxas de colesterol LDL;
- Aumento do colesterol HDL;
- Modulação dos triglicerídeos.

### DHA

#### Saúde cerebral

- Componente de ação nas membranas cerebrais;
- Saúde cerebral;
- Age na memória, aprendizado e sistema cognitivo.

O EPA auxilia na produção de prostaglandinas, substância anti-inflamatória que faz parte das nossas defesas. Apoiar a ação positiva sobre doenças e complicações de caráter inflamatório como a obesidade, proteção cardiovascular e a artrite.

O DHA está presente na parte estrutural e funcional de cada célula do corpo, e desempenha papel essencial na proteção do cérebro e dos olhos. Ele ainda possui ação antioxidante e favorece a conexão entre os neurônios do cérebro, o que auxilia na memória, atenção e no raciocínio.

O cérebro é composto por 40% de DHA e 60% de gordura e, por isso, o consumo deste ácido graxo está relacionado com a melhora da saúde da mente, auxiliando na capacidade de aprendizado, no humor e consequentemente na qualidade de vida.

O DHA está associado a funções de memória, conhecimento e aprendizagem. O seu mecanismo de ação inclui modulação da degradação, síntese e ligação ao receptor do neurotransmissor, efeitos anti-inflamatórios, anti-apoptóticos e aumento da fluidez das membranas celulares. Muitos estudos têm sido realizados e comprovam os benefícios da suplementação durante a gravidez.

O último trimestre da gestação é um período considerado de extrema importância e onde o DHA apresenta muitos benefícios quando utilizado neste período. Estudos indicam que o feto acumula uma média de aproximadamente 70mg/dia de DHA neste período, o cérebro sofre um grande crescimento, podendo dobrar de tamanho (cerca de 125 a 375g). Embora o crescimento e a composição do cérebro continuem a se desenvolver bem no período após o nascimento, o último trimestre da gravidez é o período em que o cérebro está crescendo em maior velocidade e sua composição está mudando rapidamente. Judge et al (2012) teve como objetivo avaliar o efeito do DHA consumido durante a gestação no desenvolvimento neurocomportamental inicial no padrão de sono de bebês nas primeiras 48 horas após o nascimento. Puderam observar uma relação interessante na oferta pré-natal de DHA e constataram um impacto benéfico na organização do sono infantil. Ding et al (2020), observaram o efeito inibitório no câncer de cólon com o uso do DHA. Outros experimentos têm mostrado que a inclusão de ômega 3 na alimentação de cobaias de laboratório está relacionada com a redução no desenvolvimento de câncer de mama, cólon, próstata e pâncreas e na eficácia dos tratamentos da quimioterapia. Esses mecanismos estão associados a baixa produção de moléculas inflamatórias que colaboram com a alteração do sistema imune e favorecem o surgimento de certos tipos de câncer e doenças.

## Mecanismo de ação

Dentre os potenciais mecanismos pelos quais os ácidos graxos ômega 3 podem reduzir o risco de doenças cardiovasculares incluem os efeitos anti-inflamatórios, as modificações favoráveis nos níveis de lipídeos plasmáticos, alterações hepáticas do metabolismo do colesterol e até a redução da captação do colesterol pelo fígado.

O ômega 3 afeta diretamente o metabolismo do ácido araquidônico porque deslocam o ácido araquidônico (presente no ômega 6) das membranas e competem com o ácido araquidônico pelas enzimas que catalisam a biossíntese de



tromboxanos, prostaglandinas e leucotrienos. Assim, o consumo do ômega 3 pode controlar que os monócitos, neutrófilos e eosinófilos sintetizem mediadores inflamatórios de forma excessiva, e contribuam para a modulação de agentes pró-trombóticos tromboxano A pelas plaquetas (SURETTE ME, 2008).

## Indicações

O ômega 3 serve para auxiliar a cognição e os processos mentais; para as funções cardiovasculares ao auxiliar o controle do colesterol; é indicado como anti-inflamatório; contribui para a perda de peso; é recomendado para melhorar as articulações; fortalecer os músculos; para a saúde dos olhos, entre outros benefícios que vêm sendo estudados.

Ainda, o ômega-3 apresenta indicações para cada fase da vida. Como exemplo, pode ser recomendado para inibir o declínio cerebral relacionado à idade, como acontece na doença de Alzheimer. Para grávidas, a suplementação de ômega-3 é indicada para a saúde gestacional, colaborando até mesmo com a prevenção de depressão pós-parto, além para contribuir para o desenvolvimento saudável do bebê.

## Posologia

### USO HUMANO

Ingerir 3 a 4 cápsulas ao dia, junto com a maior refeição do dia (almoço ou jantar), ou de acordo com as recomendações do prescritor.

### USO VETERINÁRIO

Cápsulas de 1000mg: 1 a 2 cápsulas por dia para cada 20kg de peso do animal.

Para animais abaixo desta faixa de peso, aconselha-se administrar cápsulas com menor teor de ômega 3 (cápsulas de 500mg).

## Informações de Segurança

O ômega 3 de um modo geral é considerado seguro e pode ser indicado por pessoas de qualquer idade. No entanto, as doses podem mudar a cada idade, então, a suplementação deve sempre ser acompanhada por um profissional de saúde habilitado.

Por se tratar de um nutriente, alguns grupos de pessoas precisam de acompanhamento médico durante o período de suplementação:

- Indivíduos com problemas de coagulação;
- Pessoas com próteses cardíacas;
- Gestantes e lactantes;
- Portadores de hemofilia;
- Pessoas que irão se submeter a processos cirúrgicos, devem suspender por 15 dias o uso da suplementação, ou de acordo com a recomendação médica.

As cápsulas de ômega 3 não são revestidas, o que pode causar eructação com odor de peixe em alguns consumidores. Pronova Pure® 15:500 TG da BASF passa por um processo de purificação que torna mais seguro e praticamente isento de metais pesados e dioxinas.

Possui certificação HALAL.

Este produto não deve ser consumido por gestantes, lactantes e

**ALÉRGICOS:** Contém derivados do peixe. Pode conter derivados de crustáceos (Krill), soja, castanha do Pará e macadâmia.

Não contém glúten.

Este produto não é um medicamento.

As quantidades podem variar de acordo com o lote adquirido. Verificar as quantidades descritas no certificado de análise do produto.

Produto dispensado da obrigatoriedade de registro conforme RDC 27/2010.

## Reações adversas

Os efeitos colaterais do ômega 3 estão mais associados ao consumo em excesso do suplemento e podem incluir dor de cabeça, azia, dor abdominal, diarreia, enjoo, náuseas e, em casos extremos, eructações com odor de peixe, mau hálito e sangramentos nasais.



## **Interações medicamentosas**

O óleo de peixe combinado com anti-hipertensivos pode resultar em redução adicional da pressão arterial. A ingestão do óleo de peixe pode potencializar o efeito do anticoagulante Varfarina, embora alguns estudos não tenham mostrado risco de sangramento (PRYCE R, et al. 2016). Por este motivo, a suplementação com ômega 3 por pessoas que utilizam este medicamento devem ser acompanhados durante o tratamento.

## **Recomendações farmacotécnicas**

Dados não encontrados nas literaturas consultadas.

**CUIDADOS DE CONSERVAÇÃO:** Manter em sua embalagem original, armazenar em lugar seco e fresco a temperatura ambiente, protegido da luz, calor e umidade.

## **Informações de armazenamento**

Verificar a informação no rótulo e certificado de análise do produto.

**“O Ministério da saúde adverte: Não existem evidências científicas comprovadas que este alimento previna, trate ou cure doenças”.**

**O consumo de ácidos graxos ômega 3 auxilia na manutenção de níveis saudáveis de triglicerídeos, desde que associado a uma alimentação equilibrada e hábitos de vida saudáveis.**

## **Referências bibliográficas**

Dossiê técnico do fabricante BASF – Pronova Pure® 15:500 TG.

Ding W, Zhang H, Mei G. Synergistic antitumor activity of DHA and JQ1 in colorectal carcinoma. Eur J Pharmacol. 2020

Horrocks LA, Yeo YK. Health benefits of docosahexaenoic acid (DHA). Pharmacol Res. 1999; 40(3): 211-25.

Judge. M. P et al Maternal consumption of a DHA-containing functional food benefits infant sleep patterning: An early neurodevelopmental measure. v. 88, n.7, p. 531-537, 2012.

LC-PUFA – Aguide to health benefits and market trends. Omega 3 and nutrition, AOCS.

Michael J. et al. Supplementation with oil rich in eicosapentaenoic acid, but not in docosahexaenoic acid, improves global cognitive function in healthy, young adults: results from randomized controlled trials. Am J Clin Nutr 2021; 14(3): 914-924.

Oliveira SG, SimasJMC, Santos FAP. Principais aspectos relacionados às alterações no perfil de ácidos graxos na gordura do leite de ruminantes. Arch. Veter. Sci. 2004; 9(1):73-80, 2004.

Pisabarro R. Nutrigenética y nutrigenómica: la revolución sanitaria del nuevo milenio. Implicancias clínicas en síndrome metabólico y diabetes tipo 2. Rev. Med. Urug. 2006; 22(2): 100-107, 2006.

Pryce R, Bernaitis N, Davey AK, et al. The use of fish oil with warfarin does not significantly affect either the International Normalized Ratio or incidence of adverse events in patients with atrial fibrillation and deep vein thrombosis: a retrospective study. Nutrients 2016; 8(9): 578 – doi:10.3390/nu8090578.

Surette ME. The science behind dietary omega-3 fatty acids. CMAJ 2008; 178(2): 177-180.

*Última atualização: 09/02/2023.*

