I'm not a bot

# Canela de velho mais sucupira

Como consumir maca peruana em pó. Foto: Canva PROComo consumir maca peruana em pó? – Graças as suas propriedades, a maca peruana conquistou uma popularidade bem grande com o passar do tempo. Atualmente ela é amplamente consumida como um tipo de suplemento.Mas ainda assim algumas pessoas ficam na dúvida de como esse consumo deve ser feito. Sendo assim, o SaúdeLab vai ensinar a como consumir maca peruana em pó e quais são os seus benefícios.De antemão, por ser um tipo de suplemento, o consumo da maca peruana de fato requer bastante cuidado. E um desses cuidados depende justamente da forma em que ela se encontra. Algumas pessoas optam pela versão em cápsulas, enquanto outras se aderem a maca peruana em pó.Para a segunda, é muito importante se atentar às doses, e a como o consumo em si deve ser feito.Como consumir maca peruana em pó?Antes de mais nada, caso você não saiba, a maca peruana é um tipo de planta. Suas propriedades são extraídas, principalmente, a partir de suas raízes. E a maca peruana em pó por sua vez é feita basicamente com essas raízes.Logo, ela concentra uma grande quantidade dos nutrientes da planta, reforçando a importância de se ter atenção na dosagem, e dos cuidados em como consumir maca peruana em pó.De maneira geral, a principal forma de incluir a maca peruana em pó na dieta é misturando ela com outros alimentos do dia a dia. Ela combina muito bem, por exemplo, com sucos, vitaminas, massas, iogurtes e sopas.E ao fazer essa mistura, o ideal é utilizar cerca de 2 ou 3 colheres de chá apenas. Mantendo essas proporções, é possível ter um consumo seguro e benéfico da maca peruana.A quantidade ideal varia com o modo de consumo, e de uma pessoa para outraAinda em relação à como consumir maca peruana em pó, precisamos salientar que a quantidade ideal de consumo não é a mesma para todo mundo. Dependendo da saúde e necessidade, a quantidade pode ser maior ou menor, sendo então importante consultar um nutricionista ou médico especializado.Ademais, caso você opte pela maca peruana no formato de cápsulas, a quantidade, geralmente, se limita a 3g diárias.E por que é bom consumir a maca peruana?Promove as atividades cerebrais: existem ácidos graxos na maca peruana que possuem ação antioxidante. Através dela é possível manter os neurônios mais bem protegidos, de forma a estimular a concentração, raciocínio, memória e rendimento mental como um todo.Combate os radicais livres: também pela presença desses compostos antioxidantes, a maca peruana é capaz de inibir a ação dos radicais livres do organismo. Estes são responsáveis por causar problemas como o envelhecimento precoce e o desenvolvimento de doenças neurodegenerativas.Favorece a saúde sexual: por fim, mas definitivamente não menos importante, esse talvez seja o benefício mais cobiçado da maca peruana. Ela contém uma série de nutrientes estimulantes e substâncias tônicas que ajudam a aumentar o desejo sexual e o libido, e ainda podem combater a disfunção erétil.Leia mais: Folha de jabuticaba para diabetes. Foto: Canva PROFolha de jabuticaba para diabetes – De antemão, poucas pessoas sabem disso, mas não é apenas a fruta da jabuticaba que pode ser aproveitada. As suas folhas são fontes de propriedades muito interessantes, e dizem inclusive que elas são eficazes no combate e controle da diabetes.Sob esse ponto de vista, o SaúdeLab vai ensinar se a folha de jabuticaba para diabetes funciona, e como fazer para usá-la no dia a dia.Atualmente, a diabetes é uma condição de saúde que acomete muitas pessoas. Quem sofre dela precisa mudar muitos hábitos de alimentares e o seu estilo de vida. Felizmente, existem diversos produtos e medicamentos que ajudam a manter essa condição sobre controle e impedir que ela seja agravada.Resta saber se esse é o caso da folha de jabuticaba mesmo ou não.Folha de jabuticaba para diabetes é boa mesmo?Conforme fora dito, as folhas da jabuticaba apresentam diversas propriedades. O principal motivo por trás disso é a composição nutricional dela, que conta com substâncias anti-inflamatórias, vitaminas, minerais e muitas outras.Entretanto, por mais diversa e rica que essa composição seja, infelizmente não existem nutrientes que nos permitem dizer que a folha de jabuticaba para diabetes funciona.Por outro lado, a fruta da jabuticaba pode compensar a falta desse efeito. Isso porque ela é fonte de antioxidantes e fibras, que ajudam a manter o pâncreas protegido, órgão importante para controlar a diabetes, e melhoram o controle dos níveis de glicose.Ou seja, não há como afirmar que a folha de jabuticaba para diabetes funciona, mas a fruta em si pode ser considerada uma grande aliada nos cuidados dessa condição.Quais são os verdadeiros benefícios das folhas? Inibe o envelhecimento precoce: diferente dos da fruta, os antioxidantes das folhas da jabuticaba são muito eficazes contra os radicais livres. Estes por sua vez são responsáveis pelo envelhecimento precoce.Combate inflamações: as folhas da jabuticaba são consideradas um produto anti-inflamatório. Ou seja, elas são capazes de amenizar e combater processos inflamatórios. Consequentemente, doenças inflamatórias, como a garganta inflamada, podem ser solucionados com maior facilidade.Previne doenças neurodegenerativas: voltando a sua ação antioxidante, através do combate dos radicais livres, as folhas de jabuticaba ajudam a impedir o desenvolvimento de doenças neurodegenerativas.Promove a saúde da boca: enfim, por incrível que pareça, as folhas também ajudam a garantir uma melhor saúde bucal. Isso se dá pela capacidade delas em combater alguns microrganismos, especialmente os responsáveis pela formação de placas bacterianas na boca.Como fazer para aproveitar as propriedades das folhas da jabuticaba?Apesar de não podermos usar a folha de jabuticaba para diabetes, ela claramente oferece muitos benefícios para a nossa saúde. Logo, independente de se você for diabético ou não, vale a pena tentar incluir ela no dia a dia. E para fazer isso, a melhor alternativa é fazer um chá de folha de jabuticaba.Com apenas um pouco de água fervente e uma boa infusão das folhas, todos os efeitos benéficos dela podem ser muito bem aproveitados.Leia mais: Canela de velho com sucupira. Foto: Canva PROVocê já conhece o composto de canela de velho com sucupira? Pois bem, ele é uma combinação de duas plantas medicinais muito utilizadas na medicina popular.A canela de velho, conhecida cientificamente como Miconia albicans, é uma planta nativa do Brasil e é famosa por suas propriedades anti-inflamatórias e analgésicas. Já a sucupira, cujo nome científico é Pterodon emarginatus, é uma árvore também encontrada no Brasil e é conhecida por suas propriedades anti-inflamatórias, analgésicas e antioxidantes.Tendo isso em vista, canela de velho com sucupira para que serve? O SaúdeLAB te explica tudo sobre o assunto!Afinal, canela de velho com sucupira para que serve?O composto de canela de velho com sucupira tem sido utilizado tradicionalmente para tratar uma variedade de condições de saúde. Suas propriedades anti-inflamatórias e analgésicas são consideradas as principais responsáveis por seus potenciais benefícios terapêuticos. Além disso, a combinação dessas plantas também possui propriedades antioxidantes, o que pode ajudar a combater os danos causados pelos radicais livres no organismo.Desse modo, confira as principais condições em que a canela de velho com sucupira é recomendada.Artrite e artroseEssas condições são caracterizadas pela inflamação e degeneração das articulações. O composto pode ajudar a reduzir a dor, a inflamação e melhorar a mobilidade das articulações afetadas.Tendinite e bursiteTendinite é a inflamação dos tendões, enquanto bursite é a inflamação das bursas, que são pequenas bolsas cheias de líquido localizadas perto das articulações. O uso do composto pode ajudar a aliviar a dor e a reduzir a inflamação nessas condições.Dores musculares e articularesO composto também pode ser utilizado para aliviar dores musculares e articulares devido a lesões, esforço excessivo ou atividades físicas intensas.Dores crônicasPessoas que sofrem de dores crônicas, como fibromialgia, podem encontrar alívio com o uso do composto de canela de velho com sucupira. As propriedades analgésicas dessas plantas podem ajudar a reduzir a intensidade da dor.É importante ressaltar que, apesar dos relatos positivos sobre o uso do composto de canela de velho com sucupira, sua eficácia ainda não foi comprovada cientificamente em estudos clínicos robustos. Portanto, seu uso deve ser feito com cautela e sempre com a orientação de um profissional de saúde.Como usar corretamente?Para usar corretamente o composto de canela de velho com sucupira, é importante seguir algumas orientações. Vale ressaltar que a forma de uso pode variar de acordo com a apresentação do composto, seja em chá, extrato líquido ou cápsulas. Sempre consulte as instruções do fabricante. Saiba, portanto, como usar o composto do jeito certo:Chá: se optar pelo chá, você pode prepará-lo colocando uma colher de chá da mistura de canela de velho com sucupira em uma xícara de água fervente. Deixe em infusão por cerca de 10 minutos e, em seguida, coe. É recomendado consumir o chá morno ou frio, de preferência sem adoçar. A quantidade e frequência do consumo podem variar dependendo do caso, então é importante seguir as orientações do fabricante ou de um profissional de saúde;Extrato líquido: caso opte pelo extrato líquido, siga as instruções do fabricante quanto à dosagem e forma de uso. Geralmente, o extrato líquido é consumido diluído em um pouco de água ou suco, de acordo com a quantidade recomendada;Cápsulas: as cápsulas de canela de velho com sucupira também são uma opção prática. Nesse caso, siga as instruções de uso presentes na embalagem do produto. Geralmente, é recomendado tomar as cápsulas com água, seguindo a dosagem indicada.Leia ainda:  Chá de Sucupira. Foto: Canva PROVocê já ouviu falar da sucupira? Essa árvore costuma estar presente principalmente na América do Sul, e suas sementes são muito estudadas e procuradas por suas propriedades medicinais. No caso, elas podem ser aproveitadas para fazer um excelente chá de sucupira. Sendo assim, venha com o SaúdeLab e veja os principais benefícios, malefícios e propriedades do chá de sucupira.A princípio, o consumo de chás pode ser um hábito extremamente benéfico para a saúde. Cada erva e planta usada na produção deles possui propriedades específicas. Com o chá de sucupira não é diferente, visto que ele pode ser aproveitado para diversas finalidades. Entretanto, é importante saber como aproveitar ele de forma segura, bem como aprender a fazer ele corretamente.Principais benefícios do chá de sucupiraMelhora a cicatrização: um dos efeitos mais interessantes do chá é que ele pode ser usado para melhorar os processos de cicatrização do corpo. Ou seja, o chá é uma excelente alternativa para melhorar a recuperação de feridas, eczemas e similares.Ação anti-inflamatória: a sucupira possui um fortíssimo efeito anti-inflamatório. Isso permite que ela seja empregada para tratar problemas inflamatórios como a artrite, ou dores articulares como a artrose.Regula os níveis de açúcar: o chá especialmente benéfico para pessoas diabéticas, visto que ele pode auxiliar no controle dos níveis de açúcar no sangue.Combate dores de garganta: é possível usar chá para aliviar dores de garganta, dependendo do caso, e até mesmo a dor de amigdalites.Efeito anticâncer: as sementes da sucupira possuem propriedades antitumorais e antioxidantes. Essa combinação de efeitos permite que o chá seja um forte agente no combate contra cânceres, especialmente os de fígado e próstata.Leia mais: Chá de Tília combate a ansiedade e mais; conheça benefícios e saiba prepararExiste algum tipo de contraindicação para o chá?De antemão, por mais que o chá de sucupira possa ser um aliado no tratamento de cânceres, nem sempre ele é indicado. O mesmo vale para pessoas que sofrem com algum problema de fígado, gestantes ou crianças. Portanto, se você pretende consumir o chá para obter seus benefícios, consulte um médico antes para ter certeza de que o consumo realmente será seguro.Como fazer o chá corretamente?Tendo em mente as principais propriedades do chá de sucupira, agora resta apenas aprender a fazer ele. Para isso, será necessário usar 4 sementes da planta para cada um litro de água que você desejar fazer. Dito isso, acompanhe o passo a passo a seguir:Primeiro, lave bem as sementes sob água correnteEm seguida, utilizando um martelo de cozinha, quebre elas com cuidado.Feito isso, coloque as sementes em uma panela juntamente com a água.Leve a panela para o fogo, e deixe por cerca de 10 minutos para infusionar as sementes.Por fim, passado o tempo, coe a água e já pode se servir.Leia mais: Chá de Noz Moscada: conheça 5 benefícios inacreditáveis para a sua saúde Pergunta de Bernardo Silva em 22-09-2022 (76 votos) A Canela-de-velho e Sucupira serve para prevenir e livrar o organismo de inflamações e dores diversas. 100% natural, o composto é poderoso no combate de artrite, artrose, úlceras, gastrites, aftas, espasmos, reumatismo, entre outros. Como tomar canela de velho sucupira? Canela de velho com Sucupira 100 cápsulas - DenatureA canela-de-velho, Miconia albicans, é uma planta muito comum no Nordeste brasileiro. ... Você deve ingerir 1(uma) cápsula deste produto 3 (três) vezes ao dia, preferencialmente junto das principais refeições ou conforme orientação profissional. Quais os efeitos colaterais da canela de velho com sucupira? Efeitos colaterais da canela de velho Geralmente, só ocorrem efeitos colaterais em caso de uso excessivo da canela de velho, podendo causar sensação de mal-estar no estômago, ou lesões no fígado, isso se deve ao fato dela ter alumínio em sua composição, absorvido do solo do cerrado, transformando-a em tóxica. Quem não pode tomar canela de velho? Quem não deve usar O chá de canela de velho não deve ser usado por pessoas alérgicas a esta planta, grávidas, mulheres que estejam a amamentar e crianças. Pode tomar canela de velho com sucupira? A Canela de Velho combinada com a Sucupira se torna um poderoso anti-inflamatório natural, sendo uma ótima alternativa para o tratamento da artrose, artrite, coluna, dores no joelho e dores nas articulações em geral. Como tomar canela de velho em cápsula? Canela de velho 500mg; Excipiente qsp 1 cápsula. como tomar? Tomar 1 cápsula 2 vezes ao dia. Como age a canela de velho no organismo? A Canela de Velho ainda é conhecida por atuar como purificador sanguíneo, por agir contra os radicais livres e servir como potente estimulante sexual. A Canela de Velho possui muitos nutrientes que atuam como tônico digestivo, por isso ela age contra doenças estomacais, intestinais como diarreia, gastrite, etc. Quem tem pressão alta pode tomar canela de velho? Não há estudos que dizem se hipertensos podem ou não tomar canela de velho. As contraindicações do chá são para pessoas alérgicas a esta planta, grávidas, mulheres que estejam amamentando e crianças. O uso em excesso pode causar sensação de mal-estar no estômago. Quanto tempo posso tomar canela de velho? Chá de Canela de Velho Para preparar o chá, é preciso usar uma colher de sopa das folhas secas da planta para cada litro de água. Deixe a planta ferver em água por até cinco minutos e sirva em seguida. Mas atenção, nutricionistas recomendam respeitar o limite de uso diário para até no máximo 500ml por dia. Por que a canela de Velho é uma erva medicinal? A planta conhecida como “canela de velho” está entre as ervas que podem auxiliar no alívio das dores provocadas pela artrite e artrose. Este vegetal é considerado como uma erva medicinal nativo do Nordeste brasileiro, planta a qual integra a família das melastomataceae, de nomenclatura científica miconia albicans. Qual a função da canela de velho? Canela de Velho + Sucupira + Cloreto de Magnesio P.A Artrose; Artrite reumatoide; Tendinite; Redução de dor nas articulações; Torcicolo; Bursite, Dores de colunas, Hérnia de disco, Redução de radicais livres, Redução da inflamação das articulações, Purificação do sangue, Dores de estômago causado por inúmeras doenças e Problemas intestinais. Como funciona o suplemento de Canela de velho e cloreto de magnésio? O suplemento de Canela de Velho, Sucupira e Cloreto de Magnésio pode auxiliar como um antiinflamatório natural, usado na cultura popular para poder auxiliar nas dores nos joelhos, tratamento de dores e inflamações musculares, dores nos ossos, coluna, artrite, artrose, reumatismo, bursite, nervo ciático e outros. AnteriorComo me separar sem medo? Próxima Para que serve a cápsula de arnica? O chá verde tem sido amplamente consumido por suas propriedades benéficas à saúde. Rico em antioxidantes, o chá verde se tornou popular em todo o mundo, sendo frequentemente associado a benefícios como a perda de peso, a melhora da saúde cardiovascular e a prevenção de doenças crônicas.No entanto, apesar dos inúmeros benefícios, é importante lembrar que o chá verde também pode ter efeitos no sistema digestório que nem sempre são favoráveis para todas as pessoas. O consumo inadequado ou excessivo pode provocar desconfortos digestivos, especialmente em indivíduos mais sensíveis.Neste artigo do SaúdeLAB, vamos explicar os efeitos positivos e negativos do chá verde no aparelho digestivo, destacando como ele pode ser um aliado da saúde quando consumido de forma moderada e consciente, além de abordar cuidados que devem ser tomados para evitar efeitos colaterais indesejados.O Chá Verde e Suas PropriedadesO chá verde é rico em diversos compostos bioativos que trazem benefícios ao corpo, especialmente ao sistema digestório. Dentre os principais componentes do chá verde, destacam-se:Catequinas: São potentes antioxidantes presentes no chá verde, com destaque para a epigalocatequina galato (EGCG), que possui propriedades anti-inflamatórias e protege as células do trato gastrointestinal contra danos oxidativos.Cafeína: Embora presente em menor quantidade em comparação ao café, a cafeína no chá verde ainda exerce efeitos estimulantes, podendo melhorar o trânsito intestinal e a digestão. No entanto, em indivíduos mais sensíveis, pode causar irritação no estômago.Polifenóis: São compostos vegetais com poderosas propriedades antioxidantes que ajudam a proteger o organismo contra os radicais livres e inflamações no trato digestivo.Esses compostos, ao agirem em conjunto, podem ter um impacto positivo no processo digestivo, melhorando a saúde intestinal e prevenindo doenças digestivas, mas também podem causar desconfortos quando consumidos em excesso ou em condições inadequadas.Efeitos Positivos do Chá Verde no Sistema DigestórioAgora, vamos detalhar os efeitos positivos do chá verde:Melhora na DigestãoO chá verde estimula a produção de sucos gástricos, o que auxilia no processo digestivo, especialmente em relação à digestão de gorduras. As catequinas presentes no chá verde desempenham um papel fundamental nesse processo, favorecendo a quebra de lipídios (gorduras) e facilitando sua absorção pelo organismo.Além disso, o chá verde pode ajudar a melhorar a absorção de nutrientes em geral, tornando a digestão mais eficiente, o que contribui para uma sensação de bem-estar após as refeições, especialmente aquelas mais pesadas ou ricas em gorduras.Ação Anti-inflamatória e ProtetoraAs catequinas e os polifenóis do chá verde possuem uma potente ação anti-inflamatória, que pode ser benéfica para o trato gastrointestinal. Essa ação ajuda a reduzir a inflamação nas paredes do estômago e do intestino, proporcionando alívio para quem sofre de condições como gastrite e colite.Além disso, esses compostos antioxidantes protegem as paredes intestinais contra danos oxidativos causados por radicais livres. Isso significa que o consumo moderado de chá verde pode auxiliar na prevenção de lesões gástricas e outras complicações gastrointestinais que estão associadas à inflamação crônica.Prevenção de Doenças GastrointestinaisDevido à sua ação anti-inflamatória e antioxidante, o chá verde pode desempenhar um papel importante na prevenção de doenças digestivas, como gastrite, úlceras gástricas e até certos tipos de câncer gastrointestinal.As catequinas ajudam a reduzir os níveis de inflamação no trato gastrointestinal, e sua ação protetora nas paredes intestinais pode evitar o desenvolvimento dessas condições.Outro benefício importante é sua contribuição para a saúde do fígado. O chá verde auxilia na desintoxicação hepática, facilitando o metabolismo das toxinas e promovendo um fígado saudável, essencial para o funcionamento adequado do sistema digestório.Regulação do Trânsito IntestinalO chá verde também pode atuar como um suave estimulante do intestino, ajudando a regular o trânsito intestinal e prevenindo a constipação em alguns casos. Ele promove um efeito leve e natural de “limpeza” intestinal, evitando a formação de gases e o inchaço abdominal, o que é particularmente útil após refeições pesadas.Além disso, o chá verde pode contribuir para o equilíbrio da flora intestinal. Pesquisas indicam que os compostos presentes na bebida têm um efeito pró-prebiótico, favorecendo o crescimento de bactérias benéficas no intestino, o que é essencial para a digestão saudável e o fortalecimento do sistema imunológico.Efeitos Negativos do Chá Verde no Sistema DigestórioEmbora o chá verde ofereça muitos benefícios, é importante estar ciente de seus possíveis efeitos adversos, principalmente quando consumido em excesso ou por pessoas com condições digestivas sensíveis.Irritação no EstômagoO chá verde pode aumentar a acidez estomacal, o que pode ser prejudicial para indivíduos com condições como gastrite ou refluxo gastroesofágico. Será que a DIETA DO OVO é uma BOA IDEIA ou é FURADA?Isso ocorre porque os compostos presentes no chá podem estimular a produção de ácido no estômago, levando a desconfortos como queimação, dor abdominal e, em alguns casos, piora de doenças preexistentes.Além disso, consumir chá verde em jejum pode ser particularmente agressivo ao revestimento estomacal, potencializando esses efeitos. Pessoas sensíveis à acidez devem ter cautela ao ingerir a bebida nessas condições.Sensibilidade à CafeínaEmbora o chá verde contenha menos cafeína que o café, a quantidade presente pode ser suficiente para desencadear reações adversas em pessoas sensíveis à substância. Entre os sintomas mais comuns estão dores de estômago, indigestão e até mesmo náusea.Além disso, a cafeína pode acelerar o trânsito intestinal, levando a um efeito laxante que, em doses exageradas de chá verde, pode resultar em diarreia ou desconforto abdominal. Pessoas com histórico de distúrbios gastrointestinais devem observar sua tolerância à cafeína antes de consumir grandes quantidades.Comprometimento da Absorção de NutrientesO consumo excessivo de chá verde pode interferir na absorção de certos nutrientes, como o ferro de origem vegetal (ferro não-heme) e o cálcio. Isso acontece porque os taninos e outros compostos presentes no chá podem se ligar a esses nutrientes no trato digestivo, dificultando sua absorção.Esse efeito pode ser prejudicial para pessoas que já apresentam deficiência de ferro ou cálcio, aumentando o risco de condições como anemia ou osteopenia/osteoporose. Para minimizar esse impacto, recomenda-se evitar o consumo de chá verde próximo das refeições principais, especialmente aquelas ricas em fontes vegetais de ferro.Distúrbios Gastrointestinais em ExcessoRelatos de desconfortos gástricos, como diarreia, são comuns em consumidores que ingerem grandes quantidades de chá verde diariamente. Isso se deve à ação estimulante da cafeína sobre o sistema digestório, que, quando em excesso, pode acelerar o trânsito intestinal de forma exagerada.Outros sintomas, como cólicas e desconforto abdominal, também podem surgir, especialmente em indivíduos mais sensíveis ou com histórico de distúrbios intestinais. Por isso, é fundamental respeitar os limites diários recomendados.Chá verde faz mal para o intestino?O chá verde, em geral, não faz mal para o intestino quando consumido de forma moderada. Pelo contrário, ele pode até trazer benefícios, como auxiliar na digestão e promover o equilíbrio da flora intestinal devido às suas propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias.No entanto, em algumas situações, o chá verde pode causar desconfortos intestinais, especialmente quando consumido em excesso ou por pessoas com maior sensibilidade. Veja alguns possíveis efeitos negativos relacionados ao intestino:Aceleração do trânsito intestinal: A cafeína presente no chá verde pode acelerar o funcionamento do intestino, o que pode resultar em diarreia ou desconforto abdominal, principalmente em doses altas.Irritação intestinal: Algumas pessoas, especialmente aquelas com condições pré-existentes, como síndrome do intestino irritável (SII), podem experimentar aumento de desconfortos intestinais ao consumir grandes quantidades de chá verde, devido à cafeína e aos taninos presentes.Desequilíbrio da flora intestinal (em excesso): Embora o chá verde possa promover um intestino saudável, o consumo exagerado pode perturbar o equilíbrio da flora intestinal em algumas pessoas, provocando desconfortos.Portanto, o chá verde não faz mal ao intestino em moderação, mas é importante prestar atenção à sua própria tolerância e não exagerar no consumo. Para a maioria das pessoas, até 3 a 4 xícaras por dia é considerado seguro e benéfico.Recomendações para o Consumo AdequadoPara usufruir dos benefícios do chá verde sem sofrer com os efeitos negativos, algumas recomendações devem ser seguidas:Quantidade segura: O ideal é consumir entre 3 a 4 xícaras de chá verde por dia, mas essa quantidade pode variar de acordo com a tolerância individual e a presença de condições preexistentes. Para pessoas mais sensíveis à cafeína, doses menores podem ser recomendadas.Horários adequados: Para evitar irritações gástricas, o chá verde deve ser consumido após as refeições, evitando sua ingestão em jejum. Além disso, é aconselhável não consumir chá verde perto do horário de dormir, pois a cafeína pode interferir na qualidade do sono.Atenção a condições digestivas preexistentes: Pessoas com gastrite, refluxo, úlceras ou sensibilidade à cafeína devem consumir o chá verde com cautela, preferindo doses menores e observando as reações do organismo. Nestes casos, é sempre bom consultar um médico ou nutricionista antes de incluir o chá verde na rotina.O chá verde é uma bebida poderosa, repleta de benefícios para o sistema digestório, especialmente quando se trata de melhorar a digestão, proteger o trato gastrointestinal e promover o equilíbrio da flora intestinal.No entanto, é fundamental estar ciente dos possíveis efeitos negativos, como irritação estomacal, má absorção de nutrientes e distúrbios intestinais, especialmente quando consumido em excesso.Portanto, o consumo consciente e moderado é a chave para aproveitar os benefícios do chá verde sem comprometer a saúde digestiva. Para quem tem condições digestivas pré-existentes ou sensibilidade à cafeína, é essencial buscar orientação de um profissional de saúde antes de incorporar o chá verde em grandes quantidades à dieta diária.Depois, leia também: A canela de velho tem como principal característica a capacidade de auxiliar no tratamento de dores e problemas relacionados a articulações. Ela pode auxiliar no alívio de incômodos relacionados a enfermidades como artrose, artrite reumatoide e inflamações nas articulações em geral.A Sucupira auxilia na diminuição da inflamação nas articulações e por isso, é utilizada como auxiliar no tratamento da artrite, artrose, reumatismo e artrite reumatoide. Por ajudar no alívio da dor, a Sucupira pode ainda ser utilizada para diminuir o desconforto causado por problemas como excesso de ácido úrico, amigdalite, dor de garganta, feridas e inflamações. A Sucupira e a Canela de Velho, manipuladas juntas em cápsulas, são onde encontramos uma maior concentração dos princípios ativos e consequentemente conseguimos usufruir de todos os seus benefícios de maneira mais ampla.BENEFÍCIOS DO CANELA DE VELHO COM SUCUPIRA:Tratamento de Artrite e ArtroseTratamento de Reumatismo;Tratamento de dores nos joelhos e nas articulações;Tratamento de úlceras e gastritesTratamento de Ácido úrico;QUAL A COMPOSIÇÃO DO CANELA DE VELHO COM SUCUPIRA?COMPOSTO POR: Canela de velho 150mg/ Sucupira 350mg - 60 cápsulasCOMO TOMAR O CANELA DE VELHO COM SUCUPIRA?RECOMENDAÇÃO: Tomar 1 cápsula 2 vezes ao dia ou conforme a prescrição de um profissional habilitado.ONDE COMPRAR O CANELA DE VELHO COM SUCUPIRA?Aqui na Farmácia Flor de Amabilis com o melhor preço e qualidade.*Segue acima apenas a descrição do produto, sugerimos que consulte sempre um especialista para que ele indique a necessidade do tratamento **Venda Sob prescrição de profissional habilitado, podendo este ser uma de nossas farmacêuticas de acordo com a resolução 586/2013 do conselho de farmácia. Caso seja necessário segue nosso contato (18) 3341-1079. Os produtos deste site estão dentro das dosagens padrões.ORIENTAÇÕES GERAISNunca compre medicamento sem orientação de um profissional habilitado.Pessoas com hipersensibilidade à substância não devem ingerir o produto.Em caso de hipersensibilidade ao produto, recomenda-se descontinuar o uso e consultar o médico.Não use o medicamento com o prazo de validade vencido.Manter em temperatura ambiente (15 a 30ºC). Proteger da luz, do calor e da umidade. Nestas condições, o medicamento se manterá próprio para o consumo, respeitando o prazo de validade indicado na embalagem.Todo medicamento deve ser mantido fora do alcance das crianças.Este medicamento não deve ser utilizado por mulheres grávidas ou no período de amamentação sem orientação médica.Embora não existam contra-indicações relativas a faixas etárias, recomendamos a utilização do produto para pacientes de idade adultaSiga corretamente o modo de usar.