



# **FARINHAS MEDICINAIS: UM RECURSO UTILIZADA PELA NATUROLOGIA NOS TRATAMENTOS DE CONTROLE DO DIABETES MELLITOS II.**

**Bio. Raquel Franzen-  
Projeto Farmácia Verde**



# Diabetes Mellitos II

Diabetes mellitus tipo 2 é uma doença metabólica crônica caracterizada por valores elevados de glicose no sangue; a hiperglicemia.

O pâncreas produz a insulina, mas, de forma defeituosa e este hormônio não consegue exercer sua função.  
(Zanella, 2020)





# Como tratar:

- Plano alimentar com nutricionista
- Atividade física
- Acompanhamento com endócrinologista
- Naturologia como prática integrativa e complementar nos tratamentos em saúde.





**Farinhas medicinais: um recurso utilizada pela naturologia nos tratamentos de controle do Diabetes Mellitos II.**





# Farinhas medicinais

- Processo no qual é refinado o vegetal na menor gramatura possível (pó)
- Maior durabilidade do fitoterápicos
- Versátil





# Farinha de maracujá

Uso de extrato seco de farinha da casca de maracujá é uma alternativa eficaz na redução da glicemia em pacientes com diabetes mellitus tipo 2. A pectina presente na casca dessa fruta é responsável por essa redução da glicemia.

o benefício ocorre com a diminuição na absorção da glicose em presença de fibras solúveis, pois essas estimulam a produção de mucina que por sua vez interfere na absorção da glicose





# Farinha de banana verde

A farinha de banana verde contém teor de 73,4% de amido total, 17,5% de amido resistente e 14,5% de fibras.

Em vista dessas características, uma importante alternativa para o aproveitamento da banana seria a produção de farinhas com propriedades funcionais, como a redução da glicose sanguínea através de amido resistente presente na banana verde (RAMOS, LEONEL e LEONEL, 2009).



# Farinha de folhas de mertilo

Os flavonoides têm sido sugeridos para melhorar o metabolismo da glicose, reduzir os lipídios no sangue, reduzir o estresse oxidativo e melhorar a função vascular.

Apenas 9g ao dia é capaz de restaurar totalmente a sensibilidade vascular à insulina no músculo do modelo de rato resistente à insulina alimentado com alto teor de gordura e está associada a melhorias substanciais na captação de glicose muscular e na sensibilidade à insulina em todo o corpo (Keske,2021)





# Farinha chuchu

Apenas uma unidade do chuchu pode conter quase 4 gramas de fibras, o que é mais que 10% da porção diária recomendada.

As fibras ajudam não só no bom funcionamento do intestino, mas também no equilíbrio de açúcar na corrente sanguínea. Os benefícios do chuchu podem ser especialmente úteis para diabéticos, pois ele pode auxiliar na prevenção de ocorrência de hipoglicemia ou hiperglicemia (LEITE, 2020)



# Farinha do caroço de abacate

AO caroço de abacate tem uma soma total de fibras que se aproxima em 29%, segundo os estudos da Embrapa/RJ (NASCIMENTO et al, 2020).

Revistas internacionais recomendam a ingestão diária deste produto no controle da hipertensão e diabetes.



## Outras farinhas no controle glicêmico

LARANJA, ABACAXI, MAMÃO, MELANCIA, LIMÃO,  
ERVILHAS...

ESSAS PLANTAS SÃO RICAS EM MUCILAGEM,  
LIGNANAS, ISOFLAVONAS E PECTINAS, O QUE  
OFERTAM UM CONTROLE GLICÊMICO QUANDO  
INGERIDA EM PEQUENAS QUANTIDADES E  
ORIENTADAS NO QUADRO NUTRICIONAL.



**OBRIIGADA**

