



COENZIMA Q10

COSMÉTICO

É uma molécula lipossolúvel produzida pelo organismo humano. Também está presente na carne bovina, sardinha, espinafre e amendoim.

Envelhecimento, maus hábitos alimentares, estresse e infecções afetam a nossa capacidade de fornecer quantidades adequadas de **Coenzima Q10**. Portanto a suplementação de pode ser muito útil

Propriedades

A **Coenzima Q10** é uma coenzima natural envolvida no transporte de elétrons na mitocôndria. Por seus mecanismos, se afirma que é um captador de radicais livres e que tem propriedades antioxidantes e estabilizadoras da membrana.

Os efeitos da administração de **Coenzima Q10** em pacientes com diversas doenças degenerativas vêm sendo estudados, e mostrou benefícios, diminuindo a progressão das doenças. Na doença de Parkinson, alguns estudos preliminares começaram a sugerir que, em estágios iniciais da doença, a ingestão diária de determinadas doses de **Coenzima Q10** podem ajudar a retardar o processo degenerativo.

A **Coenzima Q10**, externamente atua inibindo a peroxidação lipídica e estimulando o sistema imunológico da epiderme, deixando a pele com aparência mais jovem e saudável. Auxilia o metabolismo celular, auxiliando seu reparo.

Posologia:

Para uso interno é indicada na faixa de 10 a 30mg ao dia. Em medicina ortomolecular tem sido usada em doses de até 100mg ao dia.

Para uso externo a concentração é de 5 à 10%.

Indicações

É usada como antioxidante e captador de radicais livres, e como estimulante do sistema imunológico. Usada também na insuficiência cardíaca congestiva fraca e moderada, e em doenças degenerativas. Externamente usado em formulação antioxidantes e renovadoras.

Manipulação

- É lipossolúvel
- É fotossensível
- Para manipulação de produtos tópicos, para evitar degradação e oxidação natural, torna-se mais estável se for lipossomada.

Referencias Bibliográficas

1. SWEETMAN, S.C; et al; MARTINDALE – Guia Completo de Consulta farmacoterapeutica. Barcelona. 2ª Ed. 2005.
2. BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/SP:Tecnopress, 3ª Ed. 2006.
3. <http://www.mega21.com.br/artigo/114-A-coenzima-Q10-e-seus-efeitos-no-tratamento-de-doencas-degenerativas.htm> - Acesso em 20/01/2014
4. <http://www.buscasauade.com.br/ortomolecular/os-beneficios-da-coenzima-q-10/> - Acesso em 20/01/2014

Última atualização: 20/01/2014 MJD