

OREGANO COMPLEX SOVEX®

SUPLEMENTO ALIMENTAR

COD. – 00488

Contém vitamina C e Zinco que contribuem para o normal funcionamento do sistema imunitário e para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis.

Os fungos e os parasitas que existem no nosso organismo, quando proliferam de forma desequilibrada, podem provocar infeções que se manifestam com sintomas de cansaço, problemas intestinais, dores de cabeça, dores musculares ou alergias. Um desequilíbrio da nossa flora intestinal, provocado por uma diminuição das nossas defesas por stress, por ingestão de antibióticos ou por outros variados fatores, pode determinar o aparecimento de alguns problemas que afetam tanto as mulheres como os homens.

O **Oregano Complex Sovex®** consiste numa fórmula que pretende fortalecer a resposta do nosso organismo a estas situações



ÓLEO DE OREGÃO

É um óleo essencial derivado das folhas e flores da planta *Origanum vulgare*, erva comumente utilizada em culinária. Este óleo é altamente concentrado e contém compostos ativos poderosos, incluindo carvacrol, timol e ácido rosmarínico.

Muitos estudos sugerem que o óleo de orégão tem propriedades antimicrobianas, antioxidantes e anti-inflamatórias. De facto, o óleo de orégão é frequentemente utilizado como um remédio natural para tratar infeções, como constipações ou gripes.

Quanto às suas propriedades antifúngicas, o óleo de orégão é um dos óleos essenciais mais reconhecidos, devido à presença de compostos fenólicos, como o carvacrol e o timol, que têm a capacidade de inibir o crescimento de vários tipos de fungos e parasitas.

Estudos têm mostrado que o óleo de orégão pode ser eficaz no tratamento de infeções fúngicas, como a candidíase, a aspergilose ou a dermatofitose, e demonstra propriedades antiparasitárias – alguns estudos sugerem a sua utilidade em giardíase, atua em parasitas como *Giardia lamblia*, principal causador da “diarreia do viajante”, ou blastocitoses – mas também antivirais e antimicrobianas, especialmente em pessoas com o sistema imunitário enfraquecido.^{1,2,3,4,5,6,7,8, 9,10,11,12,13,14,15,16,17,18}

PAU D'ARCO

É uma planta cujas propriedades terapêuticas são atribuídas a diversos compostos, como as naftoquinonas, com destaque para o lapachol, que tem sido objeto de muitas pesquisas científicas. Este composto é capaz de destruir microrganismos que causam diversas doenças e infeções, tornando o pau d'arco útil no combate a bactérias, vírus e fungos, além de ajudar a reduzir inflamações e fortalecer o sistema imunológico. É conhecido como purificador do sangue devido à sua capacidade de eliminar do sangue agentes patogénicos e contaminantes químicos. Entre as suas aplicações terapêuticas, destaca-se o uso do pau d'arco no tratamento da candidíase, por exemplo. Além disso, devido às suas propriedades anti-inflamatórias, a planta pode ajudar no tratamento de inflamações respiratórias.¹⁹

MTC – TRIGLICÉRIDOS DE CADEIA MÉDIA

Os ácidos gordos de cadeia média - **MCT** (*medium-chain triglycerides*) têm sido amplamente estudados pelos seus benefícios para a saúde, incluindo as suas propriedades antifúngicas e antibacterianas. Um dos ácidos gordos presentes nos MCT, o ácido caprílico, é particularmente eficaz na eliminação de fungos e bactérias indesejados no corpo humano.

O ácido caprílico é capaz de penetrar a parede celular de muitos microrganismos, incluindo *Candida albicans*, fungo responsável pela candidíase. Isto torna-o um agente antifúngico eficaz para o tratamento de infeções fúngicas, incluindo candidíase oral e vaginal. Além disso, o ácido caprílico tem sido utilizado no tratamento de outras infeções bacterianas, como as causadas por bactérias como *Helicobacter pylori*, responsáveis por úlceras estomacais.

Os MCTs também são conhecidos pelas suas propriedades antibacterianas. Auxiliam no combate a bactérias patogénicas, incluindo aquelas que causam infeções do trato urinário, como a *Escherichia coli*.²⁰

HORTELÃ-PIMENTA

É uma planta popularmente conhecida pelo aroma refrescante e sabor mentolado. No entanto, possui também propriedades antimicrobianas e antifúngicas que têm sido amplamente estudadas. Um dos componentes da hortelã-pimenta é o mentol, que tem a capacidade de inibir o crescimento de bactérias e fungos, incluindo algumas cepas resistentes a antibióticos.

Estudos mostram que a hortelã-pimenta é eficaz contra bactérias que causam infeções do trato respiratório, como a pneumonia e a bronquite, sendo também útil no tratamento de infeções fúngicas, incluindo candidíase e micose. Pode também ajudar a aliviar sintomas de náusea, vômito e indigestão.

Outros estudos sugerem que a hortelã-pimenta pode ser eficaz no combate a bactérias que causam cáries dentárias e mau hálito. Esta também tem sido utilizada como um agente natural de conservação de alimentos, devido às suas propriedades antimicrobianas.^{21, 22,23,24}

Tanto a **VITAMINA C** quanto o **ZINCO** desempenham um papel importante no fortalecimento do sistema imunológico e podem ajudar a prevenir infeções, incluindo infeções fúngicas.

A **VITAMINA C** é um antioxidante que ajuda a proteger as células do sistema imunológico contra danos causados por radicais livres.

O **ZINCO**, por sua vez, é um mineral essencial que desempenha um papel importante na regulação do sistema imunológico. Ajuda a reduzir a inflamação e a combater infeções, incluindo infeções fúngicas.

Estudos também sugerem que a suplementação com vitamina C e zinco pode ajudar a prevenir o crescimento excessivo de fungos, como a *Candida albicans*, que pode causar infeções fúngicas, especialmente em pessoas com sistema imunológico comprometido.

Além disso, a vitamina C e o zinco podem ser benéficos para pessoas já infetadas com fungos, ajudando a acelerar a cicatrização (num caso tópico) e a reduzir a gravidade dos sintomas.

O sistema imunitário ativa as suas funções e estas células são eliminadas antes de constituírem um problema sério de saúde.

A **VITAMINA C** e **ZINCO** que contribuem para o normal funcionamento do sistema imunitário e para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis

INDICAÇÕES: Infeções fúngicas, bacterianas, virais. Reforço do sistema imunitário. Afeções respiratórias. Distúrbios digestivos.

Ingredientes: Orégão / partes aéreas, extrato seco (5:1) (*Origanum vulgare* L.), pau d'arco / córtex, extrato seco (4:1) (*Tabebuia avellanedae* Lorentz ex Griseb), agente de revestimento (hidroxipropilmetilcelulose), MCT triglicéridos de cadeia média do coco (*Cocos nucifera* L.), hortelã-pimenta / folha, extrato seco (5:1) (*Mentha x piperita* L.), vitamina C (ácido L-ascórbico), zinco (sulfato de zinco), antiaglomerantes (sais de magnésio de ácidos gordos, dióxido de silício), agente de revestimento (complexo cúprico de clorofilina)

Pode conter vestígios de **leite, ovo, soja, aipo, dióxido de enxofre e sulfitos, peixe, moluscos e crustáceos** por ser fabricado em local que utiliza ingredientes com estes alergénios, mas minimiza os riscos de contaminação cruzada

INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR: (Toma diária recomendada: 1 cápsula)

Cada cápsula fornece:

%VRN

Oregão, extrato seco (5:1) das partes aéreas equivalente a 1000mg de partes aéreas de oregão	200mg	*
Pau d'arco, extrato seco (4:1) do córtex equivalente a 700mg de córtex seco de pau d'arco	175mg	*
MCT – Triglicéridos de cadeia média do coco	100mg	*
Hortelã-pimenta, extrato seco (5:1) da folha equivalente a 500mg de folha seca de hortelã	100mg	*
Vitamina C	80mg	100%
Zinco	10mg	100%

%VRN – Valor de Referência do Nutriente

*VRN não determinado

A toma diária recomendada contribui com a quantidade significativa de vitamina C e zinco para se obterem os efeitos benéficos.

UTILIZAÇÃO: Tomar 1 cápsula por dia, ao pequeno-almoço, com água.

APRESENTAÇÃO: Embalagem de 30 cápsulas (25g)

BIBLIOGRAFIA:

- ¹Yao, N., Xu, Q., He, J. K., Pan, M., Hou, Z. F., Liu, D. D., Tao, J. P., & Huang, S. Y. (2021). Evaluation of *Origanum vulgare* Essential Oil and Its Active Ingredients as Potential Drugs for the Treatment of Toxoplasmosis. *Frontiers in cellular and infection microbiology*, 11, 793089. <https://doi.org/10.3389/fcimb.2021.793089>
- ²Gilling, D. H., Kitajima, M., Torrey, J. R., & Bright, K. R. (2014). Antiviral efficacy and mechanisms of action of oregano essential oil and its primary component carvacrol against murine norovirus. *Journal of applied microbiology*, 116(5), 1149–1163. <https://doi.org/10.1111/jam.12453>
- ³Sienkiewicz, M., Wasiela, M., & Głowacka, A. (2012). Aktywność przeciwbakteryjna oleju oreganowego (*Origanum heracleoticum* L.) wobec szczepów klinicznych *Escherichia coli* i *Pseudomonas aeruginosa* [The antibacterial activity of oregano essential oil (*Origanum heracleoticum* L.) against clinical strains of *Escherichia coli* and *Pseudomonas aeruginosa*]. *Medycyna doświadczalna i mikrobiologia*, 64(4), 297–307.
- ⁴Pradebon Brondani, L., Alves da Silva Neto, T., Antonio Freitag, R., & Guerra Lund, R. (2018). Evaluation of anti-enzyme properties of *Origanum vulgare* essential oil against oral *Candida albicans*. *Journal de mycologie medicale*, 28(1), 94–100. <https://doi.org/10.1016/j.mycmed.2017.12.001>
- ⁵Cid-Chevecich, C., Müller-Sepúlveda, A., Jara, J. A., López-Muñoz, R., Santander, R., Budini, M., Escobar, A., Quijada, R., Criollo, A., Díaz-Dosque, M., & Molina-Berrios, A. (2022). *Origanum vulgare* L. essential oil inhibits virulence patterns of *Candida* spp. and potentiates the effects of fluconazole and nystatin in vitro. *BMC complementary medicine and therapies*, 22(1), 39. <https://doi.org/10.1186/s12906-022-03518-z>
- ⁶Hacıoglu, M., Oyardi, O. & Kirinti, A. (2021). Oregano essential oil inhibits *Candida* spp. biofilms. *Zeitschrift für Naturforschung C*, 76(11-12), 443-450. <https://doi.org/10.1515/znc-2021-00027> <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36235238/>
- ⁸Si, H., Hu, J., Liu, Z., & Zeng, Z.-I. (2008). Antibacterial effect of oregano essential oil alone and in combination with antibiotics against extended-spectrum β -lactamase-producing *Escherichia coli*: Table 1. *FEMS Immunology & Medical Microbiology*, 53(2), 190–194. <https://doi.org/10.1111/j.1574-695x.2008.00414.x>
- ⁹Hasika Mith, Antoine Clinquart, Abdessalam Zhiri, Georges Daube, Véronique Delcenserie, The impact of oregano (*Origanum heracleoticum*) essential oil and carvacrol on virulence gene transcription by *Escherichia coli* O157:H7, *FEMS Microbiology Letters*, Volume 362, Issue 1, January 2015, Pages 1–7, <https://doi.org/10.1093/femsle/fnu021>
- ¹⁰Rhoades, J., Gialagkolidou, K., Gogou, M., Mavridou, O., Blatsioti, N., Ritzoulis, C., & Likotrafiti, E. (2013). Oregano essential oil as an antimicrobial additive to detergent for hand washing and food contact surface cleaning. *Journal of applied microbiology*, 115(4), 987–994. <https://doi.org/10.1111/jam.12302>
- ¹¹Cattelan, M. G., Nishiyama, Y. P. O., Gonçalves, T. M. V., & Coelho, A. R. (2018). Combined effects of oregano essential oil and salt on the growth of *Escherichia coli* in salad dressing. *Food microbiology*, 73, 305–310. <https://doi.org/10.1016/j.fm.2018.01.026>
- ¹²Avola, R., Granata, G., Geraci, C., Napoli, E., Graziano, A. C., & Cardile, V. (2020). Oregano (*Origanum vulgare* L.) essential oil provides anti-inflammatory activity and facilitates wound healing in a human keratinocytes cell model. *Food and Chemical Toxicology*, 144, 111586. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2020.111586>
- ¹³I. Rodriguez-Garcia, B.A. Silva-Espinoza, L.A. Ortega-Ramirez, J.M. Leyva, M.W. Siddiqui, M.R. Cruz-Valenzuela, G.A. Gonzalez-Aguilar & J. F. Ayala-Zavala (2016) Oregano Essential Oil as an Antimicrobial and Antioxidant Additive in Food Products, *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 56:10, 1717-1727, DOI: [10.1080/10408398.2013.800832](https://doi.org/10.1080/10408398.2013.800832)
- ¹⁴Taleb, M., Abdeltawab, N., Shamma, R., Abdelgayed, S., Mohamed, S., Farag, M., & Ramadan, M. (2018). *Origanum vulgare* L. Essential Oil as a Potential Anti-Acne Topical Nanoemulsion—In Vitro and In Vivo Study. *Molecules*, 23(9), 2164. MDPI AG. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/molecules23092164>
- ¹⁵Lombrea, A., Antal, D., Ardelean, F., Avram, S., Pavel, I. Z., Vlaia, L., Mut, A.-M., et al. (2020). A Recent Insight Regarding the Phytochemistry and Bioactivity of *Origanum vulgare* L. Essential Oil. *International Journal of Molecular Sciences*, 21(24), 9653. MDPI AG. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/ijms21249653>
- ¹⁶Yoncheva, K., Benbassat, N., Zaharieva, M. M., Dimitrova, L., Kroumov, A., Spassova, I., Kovacheva, D., & Najdenski, H. M. (2021). Improvement of the Antimicrobial Activity of Oregano Oil by Encapsulation in Chitosan-Alginate Nanoparticles. *Molecules (Basel, Switzerland)*, 26(22), 7017. <https://doi.org/10.3390/molecules26227017>
- ¹⁷Force, M., Sparks, W. S., & Ronzio, R. A. (2000). Inhibition of enteric parasites by emulsified oil of oregano in vivo. *Phytotherapy research : PTR*, 14(3), 213–214. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1099-1573\(200005\)14:3<213::aid-ptr583>3.0.co;2-u](https://doi.org/10.1002/(sici)1099-1573(200005)14:3<213::aid-ptr583>3.0.co;2-u)
- ¹⁸Machado, M., Sousa, M.doC., Salgueiro, L., & Cavaleiro, C. (2010). Effects of essential oils on the growth of *Giardia lamblia* trophozoites. *Natural product communications*, 5(1), 137–141.
- ¹⁹Pinto, Dora (2013) *Avaliação do potencial antifúngico de coumarinas e lapachol em saccharomyces cerevisiae* (tese de doutoramento) Universidade de Lisboa. https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/10069/1/ulfc103221_tm_dora_pinto.pdf
- ²⁰Omura, Y., O'Young, B., Jones, M., Pallos, A., Duvvi, H., & Shimotsuura, Y. (2011). Caprylic acid in the effective treatment of intractable medical problems of frequent urination, incontinence, chronic upper respiratory infection, root canal tooth infection, ALS, etc., caused by asbestos & mixed infections of *Candida albicans*, *Helicobacter pylori* & cytomegalovirus with or without other microorganisms & mercury. *Acupuncture & electro-therapeutics research*, 36(1-2), 19–64. <https://doi.org/10.3727/036012911803860886>
- ²¹Stringaro, A., Colone, M., & Angiolella, L. (2018). Antioxidant, Antifungal, Antibiofilm, and Cytotoxic Activities of *Mentha* spp. Essential Oils. *Medicines*, 5(4), 112. MDPI AG. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/medicines5040112>
- ²²Schönknecht, K., Surdacka, A., & Rudenko, L. (2021). EFFECTIVENESS OF COMPOSED HERBAL EXTRACT IN THE TREATMENT OF GINGIVITIS AND ORAL AND PHARYNGEAL MUCOSA - REVIEW OF STUDIES. *Wiadomości lekarskie (Warsaw, Poland : 1960)*, 74(7), 1737–1749.
- ²³Zhao, H., Ren, S., Yang, H., Tang, S., Guo, C., Liu, M., Tao, Q., Ming, T., & Xu, H. (2022). Peppermint essential oil: its phytochemistry, biological activity, pharmacological effect and application. *Biomedicine & pharmacotherapy = Biomedecine & pharmacotherapie*, 154, 113559. <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2022.113559>
- ²⁴Mahendran, G., & Rahman, L. U. (2020). Ethnomedicinal, phytochemical and pharmacological updates on Peppermint (*Mentha × piperita* L.)—A review. *Phytotherapy research: PTR*, 34(9), 2088–2139. <https://doi.org/10.1002/ptr.6664>