

CHÁ DE OLIVA MICRONIZADO PARA DÉFICIT DE ATENÇÃO



Além dos já conhecidos benefícios do chá de oliveira micronizado Folhas de Oliva®, análises físico químicas mostram que ele também pode ser uma alternativa interessante, simples e barata na complementaridade terapêutica para os tratamentos do déficit de atenção e dislexia.

Entre vários antioxidantes presentes no chá micronizado Folhas de Oliva®, dois componentes, que são cofatores entre si, se destacam podendo agir sinergicamente. Eles estão presentes em quantidades significativas em nosso chá de oliveira, produzidos à partir de um cultivo próprio, orgânico e biodinâmico, objetivando a preservação e maximização dos ativos nas folhas processadas.

Essa descoberta se deu após o pesquisador e Mestrando em Engenharia de Alimentos pela USP, Cosmo F. Pacetta, identificar em análises realizadas no ITAL - Campinas SP, a correlação entre componentes vitamínicos e de sais minerais, que podem melhorar significativamente a atenção. Além desta observação, muitas outras informações estão publicadas em seu livro “Oliveira - A Árvore da Vida” (Editora Corpo e Mente, 2007). No trabalho publicado, Cosmo mostra que as folhas de oliveira micronizadas são

extremamente ricas em vários ativos, mas especialmente em Vitamina B6, Vitamina A (carotenóide), Magnésio, Manganês, Zinco e vários outros minerais!

GRÁFICO DAS VITAMINAS – ITAL CAMPINAS

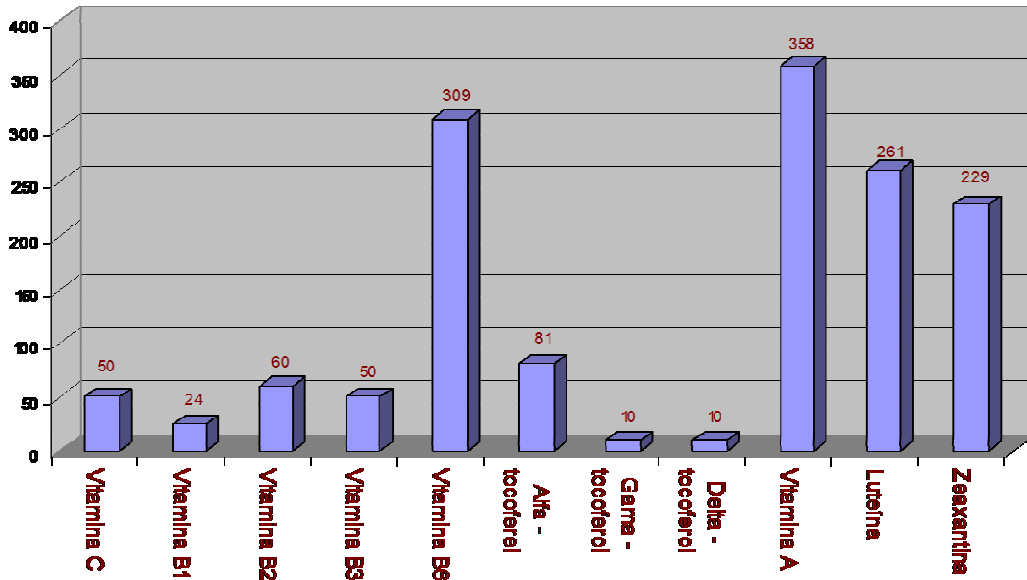
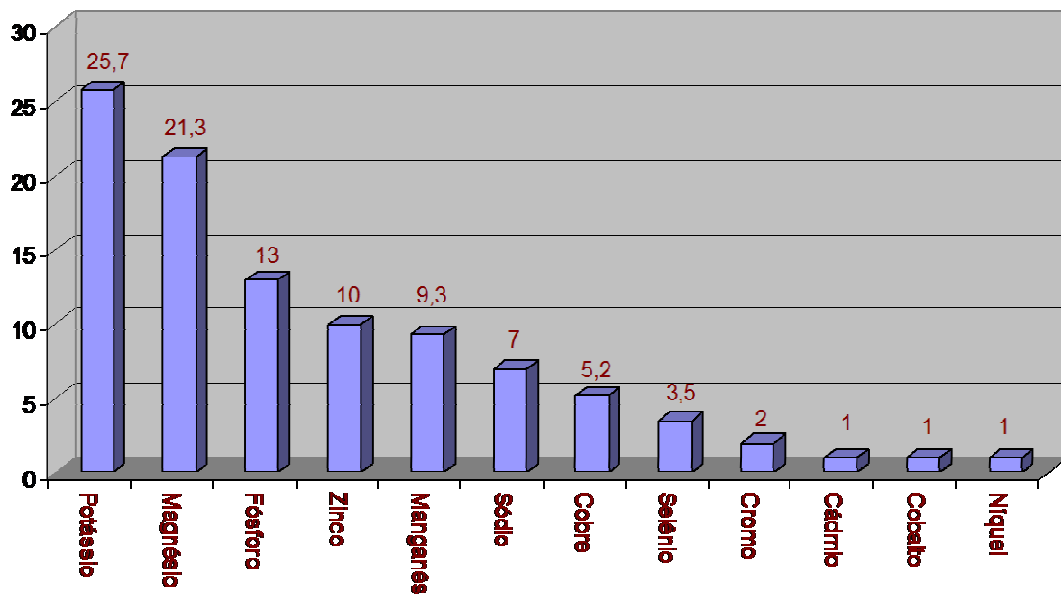


GRÁFICO DOS SAIS MINERAIS - ITAL CAMPINAS



A sinergia covalente entre componentes pode resultar em uma poderosa ferramenta coadjuvante para vários casos de melhoria da saúde, entretanto dois componentes são especialmente importantes para a mente, principalmente para a melhoria da atenção, da memória e situações e melhoria em casos de cansaço mental.

Vejam os então quais são os dois covalentes que podem garantir a melhoria do estado mental sinergeticamente, Vitamina B6 e Fósforo:

Vitamina B6

A vitamina B₆ desempenha um papel fundamental na conversão da proteína que é consumida em aminoácidos formadores de músculos. Além disso, ela ajuda a manter a disponibilidade de energia e a formação de importantes neurotransmissores (como a serotonina, dopamina, endorfina) e na manutenção de um sistema imunológico saudável.

É um importante precursor para a manutenção do bem-estar físico e mental, principalmente por causa do seu papel no metabolismo da proteína. Praticantes de atividades físicas e esportistas que desejam aumentar a massa muscular, por meio do consumo de uma dieta rica em proteínas, podem se beneficiar muito se mantiverem níveis adequados de vitamina B₆.

O impacto que a vitamina B₆ tem nos níveis positivos de neurotransmissores, especialmente de dopamina e de epinefrina, não deve ser menosprezado, daí a importância da vitamina B₆ nos mais diversos aspectos da mente, pois como tem papel fundamental na formação de vários neurotransmissores, está diretamente ligada a regulação dos processos mentais e, possivelmente, do humor, ansiedade, depressão e memória.

A deficiência de vitamina B₆ pode estar diretamente relacionada a distúrbios cognitivos incluindo-se aí transtorno de memória, déficit de atenção e dislexia. Como a vitamina B₆ atua na formação de vários neurotransmissores é um nutriente essencial para a regulação dos processos mentais e, possivelmente esteja também envolvida nos transtornos do humor.

Um dado importante é que para a manutenção perfeita dos níveis positivos de neurotransmissores, outro componente importantíssimo está disponível em quantidades significativas nas folhas de oliva micronizadas, o Fósforo!

Estudos mostram que a maioria das dietas não fornecem os níveis adequados dessa vitamina. Pessoas com problemas no fígado possuem um maior risco de deficiência dessa vitamina, assim como alcoólatras, idosos, mulheres que tomam contraceptivos orais e pessoas com síndrome de fadiga crônica.

Como a vitamina B₆ aumenta a bio-disponibilidade do magnésio, estes nutrientes deveriam ser ingeridos juntos, daí ao analisar o gráfico de sais minerais acima, identificamos que na composição da folha de oliveira micronizada, o segundo componente com maior disponibilidade é justamente o magnésio, que permite uma

maior absorção da vitamina B6 para que esta vitamina possa se juntar com sucesso ao fósforo.

Fósforo

O fósforo compreende aproximadamente de 0,8% a 1,1% do total de peso corporal. 80-90% deste fósforo é encontrado dentro do esqueleto e dentes, onde é ligado com o cálcio para formar fosfato de cálcio.

O fosfato de cálcio é o principal componente dos cristais de hidroxiapatita no osso e dentes, e ajuda a adicionar rigidez estrutural para os tecidos orgânicos mais moles.

O Fósforo desempenha um papel importante em quase todas as atividades metabólicas das células. É um dos principais constituintes da molécula de fosfato, que é fundamental para o armazenamento da molécula de energia, a adenosina trifosfato (ATP).

O Fósforo é a composição essencial do RNA e do DNA, e é parte da estrutura molecular de fosfolípidios, os componentes chave na estrutura das membranas celulares. O grupo fosfato é de fundamental importância na glicólise e também está presente em muitas enzimas e proteínas. O Fosfato é fundamental para manter o equilíbrio ácido/base do corpo, agindo como um buffer (memória) neste equilíbrio.

Ele também ativa muitas das vitaminas do complexo B, permitindo-lhes funcionar como coenzimas em vários processos metabólicos, mas em especial a vitamina B6, finalmente, o consórcio Vitamina B6 e Fósforo é responsável pelas corretas transmissões neuronais e pelos impulsos elétricos sinápticos.

Portanto a vitamina B6 conectada ao fósforo atuará em algumas áreas importantíssimas do cérebro, como a da neurotransmissão e podem ser poderosos moduladores em casos em que a atenção é importante, em que a memória é vital e para a própria saúde cerebral.

Como já vimos existe uma biodisponibilidade muito interessante destes nutrientes nos produtos Folhas de Oliva®, principalmente do chá, fibras e folhas de oliveira micronizadas.

A suspeita de que havia alguma conexão entre as folhas de oliveira micronizadas e a melhoria nos estados de atenção iniciou-se após ouvirmos relatos constantes e muito interessantes de nossos clientes e consumidores em geral neste sentido. Muitos deles nos relataram melhoria assustadora da atenção, da “volta da memória” e de uma certa “expansão” da mente.

Em situações que se façam necessárias maior atenção, como por exemplo, workshops, treinamentos, cursos, meditações, reuniões, etc., a folhas da oliveira micronizada pode despertar a consciência fazendo que os elementos Fósforo e VitaminaB6 ajam sinergeticamente, melhorando o nível de concentração, atenção e decisão promovidas pelas conexões neuronais mais exatas e seguras que não ao acaso existem em profusão nas folhas de oliva. Entretanto, o estudo é imenso e aqui fazemos apenas uma breve abordagem de um tema tão vasto e rico para pesquisas e estudos futuros.



O chá Folhas de Oliva® precisa ser micronizado (moído laboratorialmente) pois só as folhas secas não liberam seus princípios ativos, como vemos na imagem acima.



www.folhasdeoliva.com.br

Cosmo F. Pacetta.

Referências Bibliográficas:

- 1-Makoff R. Vitamin replacement therapy in renal failure patients. Miner Electrolyte Metb. 1999;25:349-51(reviw)
- 2-Heap LC, Peters TJ, Wessely S. Vitamin B status in patients with chronic fatigue syndrome. J R Soc Med 1999;92:183-5.
- 3-Folkers, K, and Ellis, J., “Successful Therapy with B6 and Vitamin B2 of Carpal Tunnel Syndrome and Need for Determination of the RDAs for Vitamins B6 and B2 for Disease States,” Ann NY Acad Sci 585 (1990): 295-301.
- 4- Vitamins in Human Health and Disease, T.K. Basu, J.W. Dickerson, CAB International, 1996.
- 5-Alimentos, Nutrição e Dietoterapia, L. Kathleen Maban, Sylvia Escott-Stump, Ed. Roca, 1998.
- 6-Pacetta F.Cosmo, Oliveira a Árvore da Vida, Ed. Corpo e Mente – São Paulo (2007)