

Maca Pó (*Lepidium Mayenii Walpers*)

Código: 1171

11/09/2017

Revisão: 00

Pág. 1 de 1

Indicações terapêuticas

Este fitoterápico apresenta inúmeras indicações, como por exemplo, energético e restaurador físico e psicológico; melhora a memória e a concentração; fortalece o sistema imunológico; regula o ciclo menstrual e aumenta a fertilidade; reduz os sintomas da TPM e da menopausa; aumenta a espermatogênese e a potência sexual. A maca é uma planta adaptogênica, ou seja, restaura o equilíbrio (homeostase) do corpo e, pode ser usada como alternativa aos esteróides anabolizantes, pois é rica em esteróis. Casos de desnutrição, descalcificação, depressão e osteoporose também podem ser tratados com Maca.

Concentração usual e Modo de Administração

Recomenda-se a ingestão de 1 a 2 cápsulas de 500mg de maca pó, 2 a 3 vezes ao dia. Pode ser usado também adicionado a água, bebidas, sucos ou alimentos respeitando a dosagem de 5 a 20 g diárias.

Maca pó pode ser associada com outros estimulantes tais como: a *Pfaffia paniculata* e/ou guaraná pó, potencializando a ação imunoestimulante, energética e psicoestimulante deste fitoterápico.

Efeitos Adversos

Não há relatos de efeitos colaterais relacionados à ingestão deste vegetal.

Interações Medicamentosas

Na literatura consultada não é citado nenhum tipo de interação medicamentosa relacionada a este fitoterápico.

Contra Indicações

Aconselha-se não fazer uso deste durante a gravidez e/ou amamentação, pois não existem avaliações clínicas suficientes para considerá-lo seguro. Hipersensibilidade ao vegetal ou alguns dos componentes deste.