



**Nome científico:** *Tagetes erecta* L.

**Sinonímia Científica:** N/A

**Nome popular:** Luteína

**Família:** Asteraceae.

**Parte Utilizada:** flor

**Composição Química:** Substância isolada. (Extrato padronizado em 10% Lutein)

**Formula molecular:** N/A

**Peso molecular:** N/A

**CAS:** N/A

**DCB:** N/A

**DCI:** N/A

## Indicações e Ação Farmacológica

Degeneração macular relacionada ao envelhecimento; início de aterosclerose; fotoproteção oral; saúde dos olhos; proteção do DNA; imunidade; anti-stress; bem-estar.

A luteína é um carotenoide macular de pigmentação amarela, que possui ação antioxidante, previndo dos danos causados pelos radicais livres nos tecidos. Atua como um filtro natural da luz azul danosa à retina, absorvendo de 20-90%, reduzindo a extensão do dano fotooxidativo. Ela protege os olhos e a pele de danos decorrentes no cotidiano devido à exposição à luz do dia e iluminação artificial. Também, destaca-se pelos efeitos benéficos na redução dos riscos de desenvolvimento de doenças crônicas degenerativas (aterosclerose, catarata, câncer, etc.).

Em um estudo, verificou-se que o aumento da dose de luteína reduz a interação do LDL com os monócitos (lesão do endotélio), atuando como protetor do desenvolvimento de aterosclerose precoce.

## Toxicidade/Contraindicações



Contraindicado para indivíduos com hipersensibilidade ao produto. Estudos tem indicado que a luteína é segura para a saúde humana.

## Dosagem e Modo de Usar

- **Extrato seco 10%:** 5 a 20 mg/dia de luteína, aumentando gradativamente para um máximo de 30 mg/dia.
- Para degeneração macular: 30 a 40 mg/dia, por 9 semanas e manutenção de 20 mg/dia.

*Para manipulação é necessário aplicar fator de correção em relação ao teor do laudo.*

## Referências Bibliográficas

STRINGHETA, P.C. et al. **Luteína: Propriedades Antioxidantes e Benefícios à Saúde.** Alim. Nutr., Araraquara v.17, n.2, p.229-238, abr./jun. 2006.

ALVES-RODRIGUES, A.; SHAO, A. **The science behind lutein.** Toxicol. Lett., v. 150, p. 57-83, 2004.

SHEGOKAR, R. MITRI, K. **Carotenoid lutein: a promising candidate for pharmaceutical and nutraceutical applications.** J Diet Suppl. 2012 Sep;9(3):183-210. Aug 14.