

INCI name: Guar gum, water

Uso: Interno/ Externo

Fator de Correção: Não se aplica

Fator de Equivalência: Não se aplica

GOMA GUAR

ESPESSANTE E COADJUVANTE EM DIETAS DE EMAGRECIMENTO.

Goma guar é uma goma obtida das sementes de *Cyamopsis psoraloides* e *Cyamopsis tetragonolobus* (Leguminosae) originária da Índia e do Paquistão, que cresce bem em regiões semiáridas. Contribui para o enriquecimento de solos pela fixação de nitrogênio atmosférico e é usada como alimento humano e para animais.

A Goma Guar obtida do endosperma das sementes de *Cyamopsis psoraloides* e *Cyamopsis tetragonolobus*, é a mucilagem (goma) mais estudada e, até o momento, a de maior importância do ponto de vista econômico.

É uma galactomanana, uma goma natural não iônica, constituída principalmente de polissacarídeos hidrofílicos de alto peso molecular, extraído dos cotilédones das sementes. Sua viscosidade é devida a ligações de hidrogênio e não ao inchaço ou dissolução em água.

A viscosidade em água fria é o parâmetro mais importante para a classificação da goma pois o uso na indústria de alimentos depende de sua capacidade de absorção de água e viscosidade. Entretanto, essas propriedades estão pouco relacionados com a pureza e sim com as técnicas de obtenção.

Em alimentos é aproveitada como espessante e fixador de água livre e estabilizador de alimentos, como por exemplo em sorvetes, cremosos ou não, impedindo a formação de cristais. Em cosméticos age como espessante.

A propriedade das mucilagens de reter água explica sua ação laxativa ao formar o bolo fecal volumoso, evitando a absorção de água através das paredes dos intestinos e o endurecimento das fezes, ao mesmo tempo em que excitam, por via reflexa, as contrações intestinais.

No entanto, em certos casos, atuam como antidiarreicos, devido à sua natureza coloidal, impedindo a ação de substâncias irritantes e até de bactérias sobre a mucosa.

Recomendação de uso

Uso externo: em geral de 0,25 a 2,0%.

Uso interno: 1 a 2g 3x ao dia um pouco antes ou durante as refeições.

Indicações

- ✓ É recomendada para emagrecimento, pois promove sensação de saciedade.
- ✓ É aplicada como espessante, agente suspensor e estabilizante em preparações orais, como bebidas, mousses, sorvetes.
- ✓ Utilizado como espessante em preparações tópicas.

Aplicações

É usada como adjuvante à dietas e também é utilizada como moderador natural do apetite e como redutor do colesterol. Em obesidade, é usada também por sua propriedade formadora de massa que proporciona sensação de plenitude gástrica, quando ingerida com água.

Confere propriedades de viscosidade em preparações tópicas.

Farmacotécnica

Goma guar é de fácil dispersão. Disperse-o em um béquer contendo água gelada sob agitação constante. Assim que estiver totalmente disperso, levará de 15 minutos a uma hora após o ajuste de pH da solução (6.5) para que ocorra a mudança na viscosidade.

Contra indicações

A Goma Guar pode causar distúrbios gastrointestinais, como flatulência, diarreia ou náusea, particularmente no início do tratamento. Devido ao risco de obstrução e ruptura, a Goma Guar não deve ser utilizada em pacientes com distúrbios esofágicos e/ou com obstrução intestinal. Não deve ser ingerido na forma de grânulos secos. A glicemia deve ser monitorada com cuidado durante a terapia inicial, para minimizar o risco de hipoglicemia.

Existe o risco de a Goma Guar afetar a absorção de outras drogas.

Referências Bibliográficas

1. BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/SP:Tecnopress, 4^a Ed. 2011.
2. SIMÕES, C.M.O; et al. Farmacognosia da Planta ao Medicamento. Porto Alegre/RS: Editora da Universidade UFRGS, 4^a Ed. 2002.
3. SOUZA, J.S.I. Enciclopédia agrícola brasileira:E-H.São Paulo/SP: Editora USP, 3^a ed. 2000.

Última atualização: 30/06/2014 EF

