pharmanostra

INFORMATIVO TÉCNICO

RUTINA

A **rutina** é um bioflavonóide solúvel em metanol, também conhecida como Vitamina P. Foi descoberta em 1936 pelo bioquímico húngaro Albert Szent-Györgyi.

As principais fontes são os vegetais folhosos e frutas cítricas. Como por exemplo:o trigo-sarraceno (*Fagopyrum esculentum*), Uncária (*Uncaria eliptica*), nas folhas e pecíolos das espécies do género *Rheum* e no fruto da árvore brasileira Fava-d'Anta (*Dimorphandra mollis*).

Ação
Sua ação é de antifragilidade capilar, fortalecendo os capilares reduz os sintomas de hemofilia e previne edemas nas pernas. Sua carência provoca o aparecimento de microvarizes e problemas vasculares.

Aplicação
Antiinflamatório
Antiedematoso
Antivaricoso
Anticelulítico
Antiolheiras

Aplicação
Pode ser usada via oral e tópica para todas as aplicações citadas acima.

Posologia
Uso interno: 100 a 300mg ao dia, isoladamente ou associada a outros bioflavonóides
Uso externo: 2 a 5% em cremes, géis, loções e etc.

Referencias
http://www.uniban.br/pesquisa/iniciacao_cientifica/pdf/ciencias_vida/farmacia/avalia_capacidade_transicao.pdf
Formulario Médico Farmacêutico. 3ª edição, 2006.
http://pt.wikipedia.org/wiki/Rutina