Click to verify

Alginato de sódio

O aginato de sódio (E401) é extraído de algas marrons.Continua depois da Publicidade É usado como um estabilizador para sorvete, iogurte, creme e queijo.Atua como espessante e emulsificante para saladas, pudim, geleia, suco de tomate e produtos enlatados.É um agente de hidratação para macarrão, pão, produtos frescos e congelados.Na presença de cálcio e ácidos, forma-se em gel.É um agente gelificante que não precisa de calor para gelificar.É mais comumente usado com lactato de cálcio ou cloreto de cálcio no processo de esferificação.O alginato de sódio pode ajudar a melhorar a perda de peso quando combinado com uma dieta reduzida em calorias, de acordo com um estudo publicado no “American Journal of Clinical Nutrition” em 2012.O suplemento feito a partir de algas marinhas também está incluído em alguns antiácidos porque o gel ajuda a proteger o esôfago dos ácidos do estômago.Fale com o seu médico antes de tomar o produto, pois não é seguro para todos.Efeitos colaterais gastrointestinaisOs efeitos colaterais do alginato de sódio tendem a ser de natureza gastrointestinal e incluem inchaço, diarréia e náusea.Ele também pode fazer sentir-se com menos fome, daí ser útil para a perda de peso.O alginato de sódio forma um gel quando misturado com água, ocupando espaço no estômago – exatamente como uma refeição faria.Interações MedicamentosasNão tome alginato de sódio ao mesmo tempo que outros medicamentos antiácidos.Continua depois da Publicidade O Alginato de sódio pode interagir com certos medicamentos, incluindo digoxina, levotiroxina, certos antibióticos, suplementos de ferro e certos medicamentos de prevenção da osteoporose.Dependendo da medicação, você precisará levá-la de uma a seis horas antes ou depois do uso de alginato de sódio para evitar essas interações.Possíveis ContraindicaçõesA Food and Drug Administration dos EUA determinou que o alginato de sódio é geralmente considerado seguro nas quantidades normalmente consumidas.No entanto, alguns tipos de alginatos, quando consumidos em grandes quantidades, podem aumentar a mortalidade materna – devendo as mulheres grávidas evitar o seu consumo.Em caso de inflamação do esôfago, também deve ser evitar o uso da substância.Considerações sobre a pressão sanguíneaO alginato de sódio é rico em sódio, com cada dose contendo mais de 1 grama de sódio.Indivíduos com dietas de baixo teor de sódio ou com pressão alta devem evitar o uso do suplemento.Minimize a ingestão de sódio de outras fontes para diminuir o risco de pressão alta e ataque cardíaco, se você tomar o produto.O limite diário recomendado de sódio é de 2,3 gramas para pessoas saudáveis e 1,5 gramas para pessoas com risco aumentado de pressão alta ou doença cardíaca.ConclusãoTrata-se de um hidrato de carbono vegetal derivado de algas, mas potencialmente perigoso. Está a ser investigado como substância possivelmente mutagênica, capaz de provocar distúrbios relacionados com a reprodução e malformações congénitas.Se estiver grávida, a tentar engravidar ou a amamentar, sugiro que evite todos os produtos que contenham alginatos.Nota: Este conteúdo, desenvolvido com a colaboração de profissionais médicos licenciados e colaboradores externos, é de natureza geral e apenas para fins informativos e não constitui aconselhamento médico. Este Conteúdo não pretende substituir o aconselhamento médico profissional, diagnóstico ou tratamento. Consulte sempre o seu médico ou outro profissional de saúde qualificado sobre a sua condição, procedimento ou tratamento, seja um medicamento prescrito, de venda livre, vitamina, suplemento ou alternativa à base de ervas.A informação foi útil? Sim / Não Nota: O Educar Saúde não é um prestador de cuidados de saúde. Não podemos responder a questões sobre a sua saúde ou aconselhá-lo/a nesse sentido. Existe uma maneira rápida e saborosa de começar a reduzir o aparecimento de celulite em todo o corpo! Como todos… A fenilalanina é um aminoácido encontrado em muitas proteínas do corpo (tecidos, hormônios, ossos, etc.). Estas proteínas também estão presentes… Para entender a importância da nutrição na saúde, basta dizer que cerca de 35% dos tumores estão relacionados a fatores… A alcachofra (Cynara cardunculus), conhecida pela sua forma natural como um cardo, é uma planta medicinal nativa da região do… A carne de pato é uma das carnes menos consumidas no mundo ocidental. No entanto, será uma escolha saudável ou… A fibra solúvel pode trazer alguns benefícios ao organismo. Ao atrair água, ela consegue remover o excesso de líquidos, e… O peixe é rico em ácidos graxos ômega-3 que podem ajudar na proteção de muitas doenças. Para além disso ele… O que é? A palavra ‘desnutrição’ costuma estar diretamente associada a países subdesenvolvidos. Entretanto, é importante ter em mente que a… Com a promessa de trazer excelentes benefícios ao corpo, a água com limão surge como uma das opções para limpar as… Existem vários motivos para um indivíduo optar por uma dieta vegetariana, desde convicções religiosas até escolhas mais conscientes de alimentação e… Ao concentrar em manter-se saudável, a maioria das pessoas nem tem em conta a saúde do sangue. Focamo-nos demasiado em… As gorduras monoinsaturadas são “gorduras saudáveis” que podem ajudar a perder peso, baixar o colesterol, reduzir a inflamação e prevenir… Os alimentos ricos em ácido alfa lipóico contêm o nutriente antioxidante na forma de lisina (lipolisina), do inglês lipoyllysine. As… Os Melhores Alimentos Ricos em Ômega 6 (ácido linoleico) incluem aperitivos de milho (Puffcorn), salsicha, manteiga, carne bovina, ovos, óleo… A água de coco pode ser uma excelente incorporação na dieta para quem pretende perder peso. Esta bebida maravilhosa e… Os carotenoides são substâncias que podem ser encontradas abundantemente em frutas, vegetais vermelhos, laranja e amarelo brilhantes, como as laranjas,… Usar cogumelos Crimini em receitas, não só torna as refeições mais saborosas, como também fornece uma série de benefícios impressionantes… A dieta Paleo ou paleolítica é uma das dietas modernas mais populares, por vários motivos! No entanto, antes de seguir… Se precisar de um bom substituto para o açafrão na cozinha, saiba que existem algumas opções que podem imitar o… A dieta para a gota é um tipo de alimentação por vezes necessária quando se sofre desta doença inflamatória tão… O Tahini é um condimento extremamente delicioso usado para adicionar um sabor único às nossas receitas, além de proporcionar uma… Cada indivíduo tem os seus motivos para optar pela dieta do limão. Seja para depurar o organismo, emagrecer, ou limpar… Comer alimentos anti-inflamatórios deve ser parte fundamental de qualquer dieta saudável. No entanto, se é uma pessoa propensa a inflamação… Beber suco de melão de São Caetano é uma prática bastante popular para perder peso e desfrutar de um bom… Última atualização da página em 09/09/24 Número CAS: 9005-38-3 Molecular Fórmula: C6H7O6Na peso molecular: 216 Propiedades ALGINATO SÓDICO (C6H7O6Na)n, también llamada algina, es un tipo de electrolito de macromolécula orgánica entre algas de tipos de algas marrones, tales como algas, como componentes principales de la membrana de la célula con otras sustancias. Los componentes químicos de alginato de sodio pertenecen a los hidratos de carbono y que solo contiene carboxilo libre (-COONa) en contraste con el almidón y la fibrina. Al mismo tiempo, es un tipo de macromolécula heteropolimero cadena tipo interpuesto por copolimerización entre el acido manurónico y guluronicacido. ALGINATO DE SODIO no se disuelve en metanol, etanol, acetona y cloroformo: disolver al líquido de hidróxido de sodio y agua; sal de base monoatómico alcalino, tal como sal sodio silvinita y otras, así como sal de amonio, sales de magnesio y sales de mercurio se disuelven en agua y se convierten en liquido espeso. Sal de metal multivalente de algina no se disuelve con el agua, excepto las sales de magnesio y sales de mercurio. Especificación Articulo Calidad alimentaria (GB1976-80) Nivel industrial (SC/T3401-1985 del ministerio de agricultura) Alambre para soldadura grado Granularidad Conforme a los requisitos del contrato 30mesh pasar el 100% o ajustarse a los requisitos del contrato 200mesh pasar el 95% o ajustarse a los requisitos del contrato Viscosidad (mpa.s) ≥150mpa.s o cumplir con el requisito de contrato Ajustarse a los requisitos del contrato 300～500 Contenido acuosa ≤15% ≤15% ≤15% pH 6.0～8.0 6.0～7.5 6.0～7.5 Calcio / ≤0.3% / Vitriol ceniza 30～37% 20.0～24.0% 19.0～27.0% Insolubles en agua ≤3.0% ≤0.6% / Transparencia (0.5% solución) Conforme a las normas ≥3cm / Metal pesado ≤0.004% / / Arsénico (As) ≤0.0002% / / Aluminio (Pb) ≤0.0004% / / Contenido de cloro / / ≤0.05% Uso Calidad alimentaria a. A largo plazo de tipo secas fideos finos En el proceso de producción de fideos secos finos, cayendo y la tasa de crujiente son índice importante. Con la aplicación de aditivo de Alginato de sodio, tasa de gluten de trigo se puede mejorar, viscosidad de fideos se puede mejorar, la comba a la tracción puede ser promovido, rompiendo y tasa de reciclado de tallarín se reducen. Mientras comía, los fideos tienen buena resistencia a hervir y pepinillo con buen gusto, alta suavidad y sin olor peculiar. b. Aditivo de pan y pasteles Taza de harina de gluten de trigo se puede mejorar, la capacidad de estiramiento, resistencia y elasticidad de la masa se puede mejorar, a continuación, la masa puede contener una gran cantidad de aire, por lo tanto, el pan será suave, elástico y no dejar posos. Al mismo tiempo, la emulsificación de los huevos puede ser mejorada después de la adición de alginato de sodio con buena capacidad de formación de espuma, esponja entonces la expansión se forman con agujero densa e incluso, alta elasticidad y una buena resistencia a secar. c. Frio jalea sabrosa y refrescante y jalea Gel, compuesto de alginato de sodio después de la adición de diferentes zumos y azucares de caña, así como iones de calcio, no se derrite mientras se calienta, por lo tanto, se pueden hervir y se esteriliza. Haciendo uso de las características del gel, frio trasparente, suave y sabrosa jalea se pueden hacer. Además de la aplicación mencionada anteriormente, alginato de sodio también se puede usar en helados como estabilizador y agente espesante, en alimentos bionico y la torta de gel de relleno para formar gel. Farmacia industria a. Materiales impresión para odontología En el pasado, moulage para la odontología es de goma y yeso que esta sustituido por materiales sodio moulage Alginato con un funcionamiento simple y preciso la forma del diente. Además, los materiales moulage coagulador y se empaquetan en dos bolsas, durante su uso, mezclar los dos, entonces será difícil juego en pocos minutos. b. Hemostático Sedimentación Tipo de fibra de liquido Alginato sódico aparece en acido o sal de calcio y la estructura molecular es en la forma de hilos, por lo que se puede hacer de diferentes hemostático, tales como gasa hemostática, esponja hemostática, escaldado gasa y hemostático pulverización. c. Resistir y dificultar radioelemento y metal dañino Como Alginato de sodio tiene la capacidad especial de transmitir algunos elementos, por lo tanto, tiene un buen efecto para evitar Sr.absorption, así como un buen tratamiento. Siendo contaminado por estroncio radiactivo, tomar algún Alginato de sodio por vía oral, estroncio radiactivo en el canal alimentario puede ser descargada rápidamente. d. Ungüento, tableta y preparación Haciendo uso del engrosamiento y características de gel, Alginato de sodio puede ser usado como aditivo de diferentes medicamentos, por ejemplo pomada de azufre, que puede curar la enfermedad de la piel, se mezcla por la esponja natrium y lanolina; el Alginato sódico también puede ser mezclado con sulfonamida y se utiliza como oculentum, y se utiliza como ungüento concepción de control después de la mezcla con acido acético y benceno. Algina glucosidasa se puede hacer en capsula para el intestino de manera que el medicamento puede detener en el intestino para mejorar el tratamiento médico. Imprenta e industria textil a. Printing pulp Alginato de sodio se ha utilizado para el dimensionamiento de hilo torcido, pulpa de impresión por un largo tiempo, especialmente la pasta de impresión. El alginato de sodio tiene un rendimiento especial como pasta activa de color colorante. Después de la reacción entre la fibra y el colorante activo, el colorante se fija en la fibra, la pasta de impresión no debe perturbar o tomar parte en la reacción en el proceso de morir. Si pasta de color toma parte en la reacción, se fija en la fibra resultante fibra dura, crujiente rendimiento y mal color. Durante el uso de alginato de sodio como pasta de impresión, el proceso de tintura colorante entre activa y la fibra no se verá afectada, mientras que el grano es clara y brillante con buenas sensaciones. Se ajusta para teñir algodón, así como estampación lana, seda y fibra de material compuesto. El alginato de sodio con viscosidad media y baja viscosidad se ajusta para el requisito de serigrafía tipo de impresión de rodillo tipo. En realidad, la pasta de impresión se mantiene estable con la aplicación de alginato de sodio baja viscosidad, la pasta de calidad de impresión superior y luego se puede ganar. Membrana densa se puede conseguir en la tasa de pintura proceso de secado agregando. b. Fibra sintética Después de mezclar con las fibras cortas de asbesto y concreción tratamiento con acetato de cal liquida, el asbesto se puede prevenir a volar sin afectar la salud del ser humano. Otros sectores Soluble en agua Alginato de sodio puede sustituir dispersante de algo de pulpa de papel de colofonia o de encolado del papel para la fabricación de papel, a continuación, la suavidad de la superficie del papel se puede mejorar. Al mismo tiempo, se puede regular la absorción de tinta de impresión, la cera y el aceite para mejorar su resistencia al masaje. Revestimiento de la barra de soldadura: después de mezclar electrodos de soldadura por arco con alginato de sodio, Alginato potásico y de Alginato de calcio, revestimiento de material médico puede conglutínate, por lo tanto suficiente plasticidad puede ser adquirida en el proceso de extrusión. Al mismo tiempo, puede ser fácilmente quemado, así salpicaduras se pueden disminuir. Además, Alginato de sodio se adapta a la droga resina, agente de goma crema, capa de aislamiento polo de la batería y el tratamiento del agua. Además, también se puede utilizar para semillas de proceso, y se aplica como plaguicidas y materiales antivirus. Empaque y almacenaje 25kg de cada bolsa, con la bolsa de compuesto paquete. Palabras claves El alginato de sodio, acido alginico monosódico sal, algina, sal sódica del acido alginico de las algas pardas. alginato de sódio é um ingrediente versátil frequentemente utilizado na gastronomia moderna e na cozinha molecular. Esta substância natural, derivada de algas marrons, oferece propriedades únicas que permitem que chefs e entusiastas da gastronomia explorem novas técnicas e texturas culinárias. Neste guia abrangente, forneceremos informações práticas sobre o uso de alginato de sódio, incluindo medidas e proporções para diferentes aplicações, para ajudá-lo a alcançar o sucesso culinário. O alginato de sódio é um ingrediente natural extraído de algas marrons. É amplamente utilizado na gastronomia moderna, principalmente na gastronomia molecular, devido à sua capacidade de formar géis quando combinado com lactato de cálcio. Essa propriedade o torna ideal para criar esferas, espumas e outras texturas inovadoras no mundo da culinária. Meça com precisão: para obter os melhores resultados, é crucial medir com precisão a solução de alginato de sódio e cálcio. Use uma balança digital para medições precisas. Normalmente, recomenda-se uma proporção de 0,5% para 1% alginato de sódio para o peso total do seu líquido. Hidrate-se Corretamente: Dissolva o alginato de sódio em água ou no líquido de sua preferência. Use um liquidificador ou um liquidificador de imersão para garantir uma mistura suave e sem grumos. Deixe-o descansar por algumas horas ou durante a noite para remover quaisquer bolhas de ar. Criar géis: Combine o solução de alginato de sódio com um líquido rico em cálcio (como um lactato de cálcio ou solução de cloreto de cálcio) para criar géis. A solução de cálcio deve ter uma concentração de 0,5% a 1%. Coloque cuidadosamente a mistura de alginato de sódio na solução de cálcio usando uma seringa, pipeta ou colher. O gel se formará instantaneamente. Enxaguar e Armazenar: Depois de formar seus géis, enxágue-os suavemente com água para remover o excesso de cálcio. Guarde-os em banho-maria até que esteja pronto para usá-los em seu prato. Experimente os sabores: o alginato de sódio é um ingrediente versátil que pode conter vários sabores. Sinta-se à vontade para experimentar diferentes líquidos, como sucos de frutas, caldos ou molhos, para criar experiências de sabor únicas. Fazer Espumas: o alginato de sódio também pode ser usado para criar espumas estáveis. Basta misturá-lo com o líquido que deseja espumar, usando uma proporção de 0,25% para 0,5% de alginato de sódio para o peso total do líquido e usar um liquidificador ou um liquidificador de imersão para criar a espuma. Pó de alginato de sódio - alginato de sódio A esferificação é uma técnica culinária popular que envolve o uso de alginato de sódio e lactato de cálcio para criar esferas com um núcleo líquido e uma delicada membrana semelhante a um gel. Essa técnica permite que os chefs criem apresentações visualmente impressionantes e únicas, bem como contrastes de textura interessantes nos pratos. Para realizar a esferificação, prepare uma solução de alginato de sódio dissolvendo 0,5% a 1% alginato de sódio no líquido desejado e uma solução de lactato de cálcio na concentração de 2% a 4%. Delicadamente, coloque pequenas quantidades da mistura de alginato de sódio na solução de lactato de cálcio, permitindo que as esferas se formem à medida que o alginato reage com os íons de cálcio. As esferas podem então ser cuidadosamente removidas e enxaguadas antes de servir. A esferificação reversa é uma técnica alternativa que proporciona um resultado mais estável e duradouro em comparação com a esferificação tradicional. Neste método, o cálcio é misturado ao líquido aromatizado e a solução de alginato de sódio serve como banho de gelificação. Prepare uma solução de lactato de cálcio dissolvendo lactato de cálcio 2% a 4% no líquido escolhido e um banho de alginato de sódio com uma concentração de 0,5% a 1%. Delicadamente, coloque pequenas quantidades da mistura de lactato de cálcio no banho de alginato de sódio e observe como as esferas se formam com uma fina membrana semelhante a um gel encapsulando o núcleo líquido. Deixe as esferas descansarem no banho de alginato de sódio por alguns minutos para garantir a gelificação adequada antes de remover, enxaguar e servir. A esferificação reversa é particularmente útil para líquidos com alto teor de cálcio ou ácidos, pois pode ser difícil trabalhar com eles na esferificação tradicional. Esferificação reversa de alginato de sódio e lactato de cálcio O alginato de sódio oferece uma ampla gama de possibilidades de inovação culinária, permitindo que chefs e entusiastas da gastronomia experimentem novas técnicas e texturas. Com as dicas práticas, medidas e proporções fornecidas neste guia, você pode usar alginato de sódio com confiança em sua cozinha e criar pratos impressionantes que mostram sua criatividade. Lembre-se, a prática leva à perfeição e não tenha medo de tentar coisas novas. Cozinha feliz! Esta página cita fontes, mas que não cobrem todo o conteúdo. Ajude a inserir referências (Encontre fontes: Google (notícias • livros • acadêmico • imagens livres • WP refs) • ABW • CAPES). (Fevereiro de 2013) Alginate de sodium Nomes Outros nomes Polymannuronate sodique Alginato de sódio Identificadores Número CAS 9005-38-3 PubChem 24884455 Alginato de sódio Propriedades Fórmula química (C6H7O6Na)x Ponto de fusão > 300 °C[1] Solubilidade em água solúvel [1] Alginato de sódio Compostos relacionados Compostos relacionados Ácido algínico Página de dados suplementares Estrutura e propriedades n, εr, etc. Dados termodinâmicos Phase behaviourSolid, liquid, gas Dados espectrais UV, IV, RMN, EM Exceto onde denotado, os dados referem-se a materiais sob condições normais de temperatura e pressão.Referências e avisos gerais sobre esta caixa.Alerta sobre risco à saúde. Alginato de sódio é um composto químico, é o sal de sódio do ácido algínico. Sua fórmula química empírica é NaC6H7O6. Ele forma uma goma, quando extraido das paredes celulares de algas castanhas, é usado pela indústria de alimentos para aumentar a viscosidade e como emulsificante. Também é usado em tabletes contra a indigestão e na preparação de moldes em odontologia. O alginato de sódio não tem sabor distinguível. Aplicações Tem aplicação na gelificação. Para geleificar, o alginato de sódio reage com íons cálcio (ou com outros elementos parecidos com o cálcio) e formar um gel termo irreversível (não retorna ao estado líquido com o calor) que constituí a película que reveste as esferas resultantes da esferificação, em uma das técnicas de gelificação externa. Essa técnica consiste em aprisionar um líquido qualquer em uma esfera perfeita, (esferas preparadas com gel). Na esferificação básica trabalha-se com proporções de 0,4% a 0,7% de alginato de sódio no produto. Uso Usado na indústria alimentícia como aditivo estabilizante para alterar a viscosidade de sorvetes, leite com chocolate, molhos de salada, glacês e outras variedades semelhantes (geleificante em geléias e pudins, agente de suspensão e espessante em sucos de frutas e outras bebidas, estabilizante de espuma em cerveja, emulsificante em molho - por exemplo maionese - e agente formador de filme em invólucro de carne, peixe e outros produtos). Tem como aditivo alimentar o número E 401, e número da CAS 9005-38-3. Outro grande uso do alginato de sódio é em tingimento reativo, aonde é usado na indústria têxtil. Alginato de sódio é um bom quelante para arrastar elementos radioativos tais como o iodo-131 e o estrôncio-90 do corpo, os quais tenham tomado o lugar de suas contrapartes isotópicas não radioativas.[2][3] ↑ a b «Sodium alginate». ull.chemistry.uakron.edu. Consultado em 24 de outubro de 2009 [ligação inativa] ↑ Sutton, A., Harrison, G. E., Carr, T. E., and Barltrop, D. Reduction in the absorption of dietary strontium in children by an alginate derivative. Br.J.Radiol. 44[523], 567. 1971 ↑ Sutton, A., Harrison, B. E., Carr, T. E., and Barltrop, D. Reduction in the absorption of dietary strontium in children by an alginate derivative. Int.J.Radiat.Biol.Relat Stud.Phys.Chem.Med. 19[1], 79-85. 1971 Alginato de potássio Silica-Free Alginate Impression Material Is Earth Friendly, Too (nourishes the earth) article Wired on Easy Cheese, describing sodium alginate Este artigo sobre um composto orgânico é um esboço. Você pode ajudar a Wikipédia expandindo-o. Obtida de " O aginato de sódio (E401) é extraído de algas marrons.Continua depois da Publicidade É usado como um estabilizador para sorvete, iogurte, creme e queijo.Atua como espessante e emulsificante para saladas, pudim, geleia, suco de tomate e produtos enlatados.É um agente de hidratação para macarrão, pão, produtos frescos e congelados.Na presença de cálcio e ácidos, forma-se em gel.É um agente gelificante que não precisa de calor para gelificar.É mais comumente usado com lactato de cálcio ou cloreto de cálcio no processo de esferificação.O alginato de sódio pode ajudar a melhorar a perda de peso quando combinado com uma dieta reduzida em calorias, de acordo com um estudo publicado no “American Journal of Clinical Nutrition” em 2012.O suplemento feito a partir de algas marinhas também está incluído em alguns antiácidos porque o gel ajuda a proteger o esôfago dos ácidos do estômago.Fale com o seu médico antes de tomar o produto, pois não é seguro para todos.Efeitos colaterais gastrointestinaisOs efeitos colaterais do alginato de sódio tendem a ser de natureza gastrointestinal e incluem inchaço, diarréia e náusea.Ele também pode fazer sentir-se com menos fome, daí ser útil para a perda de peso.O alginato de sódio forma um gel quando misturado com água, ocupando espaço no estômago – exatamente como uma refeição faria.Interações MedicamentosasNão tome alginato de sódio ao mesmo tempo que outros medicamentos antiácidos.Continua depois da Publicidade O Alginato de sódio pode interagir com certos medicamentos, incluindo digoxina, levotiroxina, certos antibióticos, suplementos de ferro e certos medicamentos de prevenção da osteoporose.Dependendo da medicação, você precisará levá-la de uma a seis horas antes ou depois do uso de alginato de sódio para evitar essas interações.Possíveis ContraindicaçõesA Food and Drug Administration dos EUA determinou que o alginato de sódio é geralmente considerado seguro nas quantidades normalmente consumidas.No entanto, alguns tipos de alginatos, quando consumidos em grandes quantidades, podem aumentar a mortalidade materna – devendo as mulheres grávidas evitar o seu consumo.Em caso de inflamação do esôfago, também deve ser evitar o uso da substância.Considerações sobre a pressão sanguíneaO alginato de sódio é rico em sódio, com cada dose contendo mais de 1 grama de sódio.Indivíduos com dietas de baixo teor de sódio ou com pressão alta devem evitar o uso do suplemento.Minimize a ingestão de sódio de outras fontes para diminuir o risco de pressão alta e ataque cardíaco, se você tomar o produto.O limite diário recomendado de sódio é de 2,3 gramas para pessoas saudáveis e 1,5 gramas para pessoas com risco aumentado de pressão alta ou doença cardíaca.ConclusãoTrata-se de um hidrato de carbono vegetal derivado de algas, mas potencialmente perigoso. Está a ser investigado como substância possivelmente mutagênica, capaz de provocar distúrbios relacionados com a reprodução e malformações congénitas.Se estiver grávida, a tentar engravidar ou a amamentar, sugiro que evite todos os produtos que contenham alginatos.Nota: Este conteúdo, desenvolvido com a colaboração de profissionais médicos licenciados e colaboradores externos, é de natureza geral e apenas para fins informativos e não constitui aconselhamento médico. Este Conteúdo não pretende substituir o aconselhamento médico profissional, diagnóstico ou tratamento. Consulte sempre o seu médico ou outro profissional de saúde qualificado sobre a sua condição, procedimento ou tratamento, seja um medicamento prescrito, de venda livre, vitamina, suplemento ou alternativa à base de ervas.A informação foi útil? Sim / Não Nota: O Educar Saúde não é um prestador de cuidados de saúde. Não podemos responder a questões sobre a sua saúde ou aconselhá-lo/a nesse sentido. Existe uma maneira rápida e saborosa de começar a reduzir o aparecimento de celulite em todo o corpo! Como todos… A fenilalanina é um aminoácido encontrado em muitas proteínas do corpo (tecidos, hormônios, ossos, etc.). Estas proteínas também estão presentes… Para entender a importância da nutrição na saúde, basta dizer que cerca de 35% dos tumores estão relacionados a fatores… A alcachofra (Cynara cardunculus), conhecida pela sua forma natural como um cardo, é uma planta medicinal nativa da região do… A carne de pato é uma das carnes menos consumidas no mundo ocidental. No entanto, será uma escolha saudável ou… A fibra solúvel pode trazer alguns benefícios ao organismo. Ao atrair água, ela consegue remover o excesso de líquidos, e… O peixe é rico em ácidos graxos ômega-3 que podem ajudar na proteção de muitas doenças. Para além disso ele… O que é? A palavra ‘desnutrição’ costuma estar diretamente associada a países subdesenvolvidos. Entretanto, é importante ter em mente que a… Com a promessa de trazer excelentes benefícios ao corpo, a água com limão surge como uma das opções para limpar as… Existem vários motivos para um indivíduo optar por uma dieta vegetariana, desde convicções religiosas até escolhas mais conscientes de alimentação e… Ao concentrar em manter-se saudável, a maioria das pessoas nem tem em conta a saúde do sangue. Focamo-nos demasiado em… As gorduras monoinsaturadas são “gorduras saudáveis” que podem ajudar a perder peso, baixar o colesterol, reduzir a inflamação e prevenir… Os alimentos ricos em ácido alfa lipóico contêm o nutriente antioxidante na forma de lisina (lipolisina), do inglês lipoyllysine. As… Os Melhores Alimentos Ricos em Ômega 6 (ácido linoleico) incluem aperitivos de milho (Puffcorn), salsicha, manteiga, carne bovina, ovos, óleo… A água de coco pode ser uma excelente incorporação na dieta para quem pretende perder peso. Esta bebida maravilhosa e… Os carotenoides são substâncias que podem ser encontradas abundantemente em frutas, vegetais vermelhos, laranja e amarelo brilhantes, como as laranjas,… Usar cogumelos Crimini em receitas, não só torna as refeições mais saborosas, como também fornece uma série de benefícios impressionantes… A dieta Paleo ou paleolítica é uma das dietas modernas mais populares, por vários motivos! No entanto, antes de seguir… Se precisar de um bom substituto para o açafrão na cozinha, saiba que existem algumas opções que podem imitar o… A dieta para a gota é um tipo de alimentação por vezes necessária quando se sofre desta doença inflamatória tão… O Tahini é um condimento extremamente delicioso usado para adicionar um sabor único às nossas receitas, além de proporcionar uma… Cada indivíduo tem os seus motivos para optar pela dieta do limão. Seja para depurar o organismo, emagrecer, ou limpar… Comer alimentos anti-inflamatórios deve ser parte fundamental de qualquer dieta saudável. No entanto, se é uma pessoa propensa a inflamação… Beber suco de melão de São Caetano é uma prática bastante popular para perder peso e desfrutar de um bom… Última atualização da página em 09/09/24