

# Fortalecimento do sistema imunológico

A spirulina vem sendo amplamente estudada por seu potencial suporte ao sistema imunológico, principalmente devido à presença de compostos bioativos como ficocianina, polissacarídeos, vitaminas, minerais e antioxidantes naturais.

Pesquisas científicas sugerem que esses nutrientes podem auxiliar na modulação da resposta imunológica, no equilíbrio inflamatório e na proteção celular contra o estresse oxidativo.

## 1. Spirulina e resposta imunológica

### Resumo do estudo

Esta revisão científica analisa os efeitos da spirulina sobre o sistema imunológico e destaca seu potencial papel na modulação de células de defesa e marcadores relacionados à imunidade.

Os autores também apontam possível relação entre os antioxidantes naturais da spirulina e o suporte ao equilíbrio imunológico.

### Acesso ao estudo

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37143238/>

## 2. Spirulina e atividade imunomoduladora

### Resumo do estudo

O estudo investigou os efeitos imunomoduladores da spirulina e observou potencial influência positiva na atividade de células associadas à resposta imunológica natural do organismo.

Os pesquisadores reforçam o interesse científico na spirulina como alimento funcional com propriedades bioativas.

### Acesso ao estudo

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24799909/>

## 3. Spirulina e suporte antioxidante imunológico

### Resumo do estudo

Esta revisão publicada na NCBI aborda a composição nutricional da spirulina e sua possível relação com o suporte imunológico, proteção celular e equilíbrio oxidativo.

O artigo destaca a presença de nutrientes essenciais associados à manutenção da saúde imunometabólica.

### Acesso ao estudo

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3136577/>

### **Nutrientes relacionados ao suporte imunológico**

- Ficocianina
- Zinco
- Ferro
- Selênio
- Antioxidantes naturais
- Polissacarídeos bioativos
- Vitaminas do complexo B

### **Observação científica**

Os estudos apresentados investigam o potencial funcional da spirulina dentro de um contexto nutricional e imunológico. Os resultados podem variar conforme organismo, alimentação e estilo de vida. A spirulina não substitui tratamentos médicos, vacinação ou acompanhamento profissional.