

## Roda de Conversa sobre Plantas Medicinais

O gênero *Passiflora* possui cerca de 400 espécies catalogadas, pertencente à família Passifloraceae que possui aproximadamente 16 gêneros e 650 espécies, sendo o gênero *Passiflora* considerado o mais importante. As espécies desse gênero como a *P. incarnata*, *P. alata*, e *P. edulis*, por possuírem efeitos ansiolíticos e sedativos são muito utilizadas nas medicinas tradicionais da Europa e Américas.

O nome em latim, *Passiflora*, foi dada pelos sacerdotes espanhóis e tem como referência a sua flor, que é considerada a “flor da paixão” devido à sua forma: filamentos de cor púrpura que se assemelham a uma coroa de espinhos, as cinco anteras representando a cinco chagas e os três estigmas centrais em referência aos três pregos com que Cristo foi crucificado; as 5 sépalas e as 5 pétalas simbolizavam os apóstolos (sem Judas e Pedro), e as gavinhas representavam os chicotes com os quais flagelaram o corpo de Jesus.

Os significados dos nomes das espécies são: *alata*, “alada, com asa” em referência ao formato das folhas; *edulis*, “comestível, alimento”; e *incarnata*, “encarnado, vermelho”, em referência às cores das flores.

Há registro histórico de uso da passiflora de 1569 e em 1867 iniciaram-se os primeiros estudos.

Na Europa, logo após a colonização das Américas, as espécies de *Passiflora* tornaram-se rapidamente conhecidas como remédio sedativo, calmante, antiespasmódico e tônico dos nervos.

A *P. edulis* é a mais cultivada no mundo, responsável por mais de 95% da produção do Brasil e utilizado principalmente no preparo de sucos. A *P. alata* é destinada para o mercado de fruta fresca, devido a sua baixa acidez. A *P. incarnata* é a mais utilizada para fins medicinais. Entretanto, todas essas espécies de maracujá são utilizadas para os mesmos fins medicinais.

Está na lista das plantas medicinais recomendadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS).



### MARACUJÁ

*Passiflora* spp.

*Passiflora alata* Curtis (folhas)  
Maracujá – doce

*Passiflora incarnata* L. (partes aéreas)  
Maracujá -vermelho

*Passiflora edulis* Sims (folhas)  
Maracujá – azedo, maracujá-amarelo

**FAMÍLIA:** Passifloraceae.

**PRINCIPAIS COMPONENTES QUÍMICOS DO GÊNERO PASSIFLORA:** alcaloides indólicos, flavonoides glicosilados, compostos cianogênicos, fração de esteroides, taninos e saponinas. A maioria dos estudos sobre a composição química faz referência quase exclusiva à *Passiflora incarnata*. O maracujá é uma boa fonte de carboidratos. Contém vitaminas A e C, além de vitaminas do complexo B. É rico em minerais como cálcio, fósforo e ferro.

**USOS POPULARES E TRADICIONAIS:** as folhas de maracujá são utilizadas na medicina popular e tradicional para combater os estados de ansiedade, tensão nervosa e insônia. Também utilizada como diurético, antiespasmódico, melhora da digestão, antitussígeno, antiasmático e no tratamento de abstinência de cigarro e drogas.

## PESQUISAS com o Maracujá

Diversas são as pesquisas sobre as ações farmacológicas do maracujá. A principal atividade do maracujá está vinculada ao seu efeito ansiolítico e antiespasmódica. As pesquisas têm revelado ações sedativa e calmante; na modulação do sono (insônia); anticonvulsivante; cardiovascular: hipotensor arterial e diurético; antimicrobiana; analgésica e anti-inflamatória.

## INDICAÇÕES E USOS

O maracujá consta no Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira (2011) e no Primeiro Suplemento do Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira (2018). De acordo com os formulários, o maracujá possui as seguintes indicações terapêuticas:

- Auxiliar no tratamento sintomático da ansiedade e,
- Insônia leve.

## CONTRAINDICAÇÕES

Não usar na gestação e na amamentação. Não usar em pessoas com histórico de hipersensibilidade e alergia a qualquer um dos componentes dessa planta.

## PRECAUÇÕES

O uso das folhas de maracujá são bem toleradas. Entretanto, a ingestão acima das doses recomendadas pode provocar náuseas, vômitos (por seu sabor amargo), cefaleias, taquicardia, confusão, ataxia, diminuição do tempo de reação frente a estímulos externos e, em casos extremos, convulsão e parada respiratória. O uso pode causar sonolência e por isso, pode prejudicar a habilidade de dirigir ou operar máquinas.

Aconselha-se que o tempo de utilização não ultrapasse 3 meses. Apesar de atuar sobre o sistema nervoso central, não causa dependência.

O maracujá possui glicosídeos cianogênicos que se transformam em ácido cianídrico tóxico por hidrólise, mas não há relato de casos de toxicidade, possivelmente devido ao seu baixo teor e por serem encontrados em partes que não constituem o medicamento oficial. Além disso, se degradam durante a preparação da infusão.

## INTERAÇÕES MEDICAMENTOSAS

O maracujá pode interferir com ação de diversos medicamentos. Dever ser evitado o uso concomitante. Altas doses de maracujá podem potencializar o efeito de medicamentos inibidores da MAO (ex. fenelzina e isocarboxazida). A presença de alcaloides indólicos podem também potencializar o efeito dos barbitúricos hipnóticos-sedativos (ex. Fenobarbital, Tiopental) e morfina.

Pode aumentar os efeitos de bebidas alcoólicas, sedativos e anti-histamínicos (ex. Hidroxizina, Clemastina, Dexclorfeniramina, Loratadina e Desloratadina). Há a possibilidade de bloqueio parcial da ação das anfetaminas (ex. Anfepromona e Fenproporex) e aumento dos efeitos dos fármacos ansiolíticos (ex. Bromazepam, Diazepam, Alprazolam e Clonazepam)

## PREPARAÇÃO CASEIRA - CHÁ

**Infusão:** Colocar 3 g (1 colher de sopa) das folhas secas em uma xícara, adicionar 150 ml de água fervente e tampar. Após 10 minutos, coar.

\*medida para as folhas fresca: 6g (2 colheres de sopa).

## MODO DE USAR

Uso interno. Acima de 12 anos: tomar 150 mL do chá, 10 a 15 minutos após o preparo, 2 a 4 vezes ao dia.

\* o uso por crianças de 3 a 12 anos sempre sob orientação de um profissional de saúde.

## É IMPORTANTE SABER!

**Ataxia:** perda do controle muscular durante movimentos voluntários, como andar ou pegar objetos.

**Antiespasmódica:** que acalma os espasmos ou contrações da musculatura lisa.

**Ansiolítico:** usadas para diminuir a ansiedade e a tensão.

**Hipotensão arterial:** diminuição dos valores da pressão arterial.

**ATENÇÃO.** As informações aqui contidas terão apenas finalidade informativa, não devendo ser usadas para diagnosticar e muito menos substituir os cuidados médicos adequados.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

LORENZI, H.; MATOS, F.J. A. Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas. Instituto Plantarum. Nova Odessa, 2002.

SAAD, G.; et al. Fitoterapia contemporânea: tradição e ciência na prática clínica. 2ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

ANVISA, Formulário de fitoterápicos da farmacopeia brasileira. 1ª ed. Brasília, 2011.

ANVISA, Memento fitoterápico farmacopeia brasileira. 1ª ed. Brasília: ANVISA, 2016.

ANVISA, Primeiro Suplemento do Formulário de fitoterápicos da farmacopeia brasileira. 1ª ed. Brasília, 2018.

ALONSO, J.; Tratado de fitofármacos e nutracêuticos. 1ª ed. São Paulo: AC Farmacêutica, 2016.

MINISTERIO DA SAÚDE, ANVISA, Monografia da espécie *Passiflora incarnata L.* (maracujá-vermelho) Brasília: ANVISA, 2012.

PANIZZA, S.T.; VEIGA, R. S.; ALMEIDA, M.C.; Uso tradicional de plantas medicinais e fitoterápicos. 1ª ed. São Luís, MA: CONBRAFITO, 2012.

Imagens: internet.