

ALHO: O PODER DA CURA DA NATUREZA

MIRIAN QUÊNIA COSTA DA ROSA¹; LISIANE DA CUNHA MARTINS²; TEILA CEOLIN³

¹*Universidade Federal de Pelotas 1 – mquenia@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – lisicunha.martins@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – Teila.ceolin@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A fitoterapia ao longo de varias gerações, representa a cultura de um povo, no Brasil, a cultura dos indígenas, africanos e portugueses, influenciaram no uso de plantas medicinais. Desde 1980 o SUS (Sistema Único de Saúde), tem susgetionado o uso dos recursos naturais visando a promoção da saúde, conectando o ser humano a se integrar ao meio ambiente (MS,2015).

Então, somente em 2006, a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, foi aprovada por meio do Decreto nº 5.813, de 22 de junho de 2006. Onde estabelece diretrizes e linhas prioritárias, visando desenvolver ações objetivando a garantia do acesso seguro e uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos no país (BRASIL, 2006).

Tais ações proporcionam o desenvolvimento de tecnologias e inovações, bem como o fortalecimento das cadeias e dos arranjos produtivos. Propiciando o uso sustentável da biodiversidade brasileira e o desenvolvimento do Complexo Produtivo da Saúde(BRASIL, 2006).

Segundo o Ministério da Saúde (2015), uma das plantas medicinais bem conhecida é o alho, da família Amaryllidaceae com origem africana, porém cultivada globalmente, tem como característica o bulbo (cabeça), contendo os bulbilhos (dentes), envolvido por folhas protetoras rosadas ou esbranquiçadas e com cheiro forte ao ser esmagado.

O alho é utilizado na culinária há muitas gerações e no tratamento de várias malícias, tem sido alvo de varias investigações e de análises sistemáticas visando a comprovação de características nutricionais e terapêuticas (LOZANO, BAGNE e HORA, 2015). Na resolução RDC nº 17, de 24 de fevereiro de 2000, da ANVISA, o alho está presente como medicamento fitoterápico e na Relação Plantas Medicinais de Interesse ao SUS (RENISUS), sendo utilizado o bulbo fresco ou seco, ainda possui a possibilidade de extrair o óleo, tintura ou extrato seco (BRASIL, 2009).

O conhecimento popular torna-se um importante aliado do conhecimento científico. As pessoas idosas têm um conhecimento cultural aprofundado e um conhecimento empírico vasto sobre diversas plantas medicinais, que podem auxiliar nas pesquisas botânicas a descobrirem interações antes não vistas. Contudo, os idosos enfrentam a dificuldade na adesão ao tratamento farmacológico, pelo alto custo dos medicamentos, o difícil acesso, os seus efeitos colaterais, o que contribui para a maior utilização das plantas medicinais, a citar o alho (MALTA, FONSECA, PAIXÃO, 2022).

Então diante do exposto, conhecer as ações e as funcionalidades do poder ativo que contem no alho é de suma importância. A questão norteadora do presente resumo é quais são as doenças em que o alho auxilia na cura e no controle?

2. METODOLOGIA

Trata – se de uma revisão narrativa, de caráter descritivo. As bases de dados utilizadas para a busca de artigos a base de dados utilizada *Google Acadêmico*. Incluídos apenas artigos originais, de 2019 a 2023, utilizados como descritores “alho”, “plantas medicinais”, “medicina tradicional. Os critérios de inclusão foram artigos originais completos, que trouxessem o assunto no título, resumo e nos resultados. Foram considerados critérios de exclusão resumos expandidos, anais de eventos e artigos que não tratem sobre o assunto. Foram totalizados 12 artigos, lidos na integra e somente 1 excluído.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Alho (*Allium sativum L.*), é considerado uma planta herbácea, pertencente à família Alliaceae, as folhas são lineares e extensas e as flores reunidas em umbela branca ou vermelhadas longo-penduculada, e é conhecida por vários nomes dependendo da região como: alho-comum, alho-ordinário, alho-hortense, alho-vulgar, alho-manso e alho do reino, seus constituintes químicos encontram-se em maior quantidade no bulbo, o seu óleo essencial contém aproximadamente 53 constituintes químicos principalmente ajoeno, alicina e aliina (CALDAS et al, 2019).

Além disso, o alho é constituído por cerca de 30 substâncias de uso farmacêutico, sendo que o bulbo apresenta rendimento aproximado de 0,1 a 0,2% de óleo volátil. Todavia, os compostos extraídos do alho, bem como a concentração destes, dependem do estágio de maturação do bulbo, da forma e do local que este foi cultivado, do manejo no processamento, manipulação e armazenamento (OLIVEIRA, et al, 2015).

Sendo muito utilizado na área da saúde auxiliando no tratamento e prevenção de algumas doenças, pois possui propriedades farmacológicas capazes de atuar a nível digestivo/intestinal, renal, respiratório (asma, bronquite) no tratamento da diabetes, da hipertensão arterial, tem ação anticarcinogênicos e quimiopreventivos, impedindo o aparecimento e a evolução de neoplasias. O alho adquire características protetoras contra muitas formas de tumores, em que a sua habilidade protetora se intensifica com o aumento da ingestão, visto que, quanto maior o consumo, menor a probabilidade de desenvolvimento de tumores. Alguns testes realizados *in vitro*, também apresentaram para o alho atividade antibacteriana, atribuída principalmente à alicina, que age na destruição e inibição de bactérias gram-negativas (CALDAS et al, 2019; VENTURA et al, 2023).

Também apresenta efeitos natriuréticos e diuréticos, antiagregante plaquetário, fibrinolítico, cardioprotetor na reperfusão e na isquemia. Também considerado um alimento rico em alicina com comprovada ação antiviral, antifúngica e antibiótico. Possui ação vasodilatadora e hipocolesterolêmica, ou seja, também se tornando um redutor de doenças cardiovasculares. Propicia a diminuição dos níveis de colesterol, LDL-colesterol, da pressão arterial, e também tem atividade antioxidante (SILVA et al, 2022; SOUZA, 2019).

Os autores Silva et al (2022), ainda demonstram que o alho em sua forma pura, possuem ação antibacteriana contra uma ampla gama de bactérias gram-negativas e gram-positivas, incluindo cepas enterotoxicogênicas multirresistentes de *Escherichia coli* e também possui atividade antifúngica, atividade antiparasitária e antiviral. Além disso, a atividade antifúngica do alho foi uma das primeiras a serem estudadas. Estudos *in vitro* e *in vivo* mostraram uma grande eficácia do alho e seus derivados contra um amplo espectro de fungos e leveduras. A ação antifúngica eficiente do alho, tem suas atividades

antimicrobianas avaliadas e mostrou-se efetivo no controle biológico desses microrganismo (CAETANO et al, 2021).

Verifica-se que variam significativamente em termos de efeito do tratamento, tipos de preparações, dosagem e unidade experimental utilizada, sendo que a forma de utilização é fundamental para que haja princípios ativos em concentrações suficientes para exercerem a ação terapêutica. O suplemento de alho desempenha papel positivo e sustentado na glicemia, colesterol total e regulação da lipoproteína de alta e baixa densidade no manejo do Diabetes Mellitus Tipo 2. Há sugestão que os suplementos de alho têm o potencial de reduzir a pressão arterial em hipertensos, para regular ligeiramente as concentrações de colesterol e estimular o sistema imunológico (SOUZA, 2019).

Contudo, vale ressaltar que a segurança e a eficácia na utilização de uma planta medicinal dependem da identificação correta da planta, conhecimento de qual parte deve ser usada, modo de preparo, forma de uso e dose apropriada, que agregam saberes do uso popular consolidado e evidências reveladas por estudos científicos (PREDOSO, ANDRADE, PIRES, 2021).

Apesar de estarmos inseridos no modelo biomédico, a enfermagem tem sido uma das áreas mais atuantes, na promoção da saúde, por preparar a equipe multiprofissional para atender esses usuários e promover o uso de plantas medicinais e manter viva a cultura de formas terapêuticas diferenciadas. Com isso os profissionais de saúde precisam ser bem preparados pelas instituições formadoras para fornecerem suporte comunitário no uso de plantas medicinais/fitoterápicos, através de produtos de baixo custo e resgatando saberes da cultura popular. contando com o apoio dos gestores públicos na implantação e manutenção de programas locais, com participação de profissionais e agentes comunitários em integração com a comunidade. (FERREIRA et al, 2019).

4. CONCLUSÕES

Através da busca na literatura existente, verifica-se que há diversos estudos clínicos e revisões sistemáticas sobre o uso do alho em diversas patologias. O modelo biomédico vigente apresenta limitações na assistência ao usuário como um ser integral; em contrapartida, este busca cada vez mais, novas formas de tratamento e manutenção da saúde. O conhecimento dos princípios científicos das plantas pelo enfermeiro e o intercâmbio entre o saber científico e o saber popular são relevantes, considerando o uso frequente de plantas com efeito terapêutico à saúde, seus potenciais benefícios e o acesso da população a esses elementos. É necessário incentivo a pesquisa científica contínua e capacitação profissional integrando cada vez mais essas práticas ao ensino e pesquisa no meio acadêmico para um melhor atendimento a comunidade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos**, Brasília, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. **Política nacional de plantas medicinais e fitoterápicos**. Brasília, 2006.



BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. **Plantas Medicinais de Interesse ao SUS – Renisus.** Brasília, 2009. Disponível em <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/seccs/daf/pnmpf/ppnmpf/renisus>. Acesso em 19 de jul. 2023.

BRASIL. Resolução RDC n.º 17, de 24 de fevereiro 2000. **Regulamento Técnico sobre Registro de Medicamentos Fitoterápicos.** Diário Oficial da União, Brasília 25 de fevereiro de 2000.

CAETANO, G.M., et al. Atividade antifúngica do alho (*Allium sativum*) sobre candida albicans. **Revista Brasileira Multidisciplinar – REBRAM**, v. 24, n.1, 2021.

CALDAS, F.F., et al. Atividade antimicrobiana do alho (*Allium sativum L.*) frente a bacteira causadora de infecção do trato urinário. **Journal of Biotechnology and Biodiversity**, v.7 , n.1, 2019.

CAPUTO, M.M; PIERRE, F.C. Avaliação do perfil dos consumidores de plantas medicinais na Pandemia da covid-19 e os cuidados com a saúde no interior do Estado de São Paulo. **Tekhne e Logos**, v.14, n.1, abril, 2024. Disponível em: <http://revista.fatecbt.edu.br/index.php/tl/article/view/838/494> Acesso em 21 jul 2023.

FERREIRA, E.T., et al. A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos: uma revisão integrativa sobre a atuação do enfermeiro. **Braz. J. Hea. Rev.**, v. 2, n. 3, p. 1511-1523, may./jun. 2019.

LOZANO, A. F. Q., BAGNE, L., HORA, D. C. B. Uma abordagem dos efeitos terapêuticos do *Allium sativum* (alho) no sistema imunológico. **Revista Científica da FHO|UNIARARAS** v. 3, n. 1, 2015.

OLIVEIRA, A.P.G., et al. Alho (*Allium sativum Linn.*) como fitoterápico para animais de produção. **Enciclopédia Biosfera**, Centro Científico Conhecer, v.11 n.22,. 2015. Disponível em: <https://www.conhecer.org.br/enciclop/2015E/alho.pdf> Acesso em 21 jul 2023.

PEDROSO, R.dos S., ANDRADE, G., PIRES, R.H. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 31, n.2, 2021.

SILVA, A. P. de M., et al. Potencial terapêutico do alho para tratamento da hipertensão arterial: uma revisão de literatura. **Editora Científica Digital** v. 1, 2022.

SOUZA, Rosângela Gonzaga de. Efeito terapêutico do *Allium sativum* (alho) na saúde humana. Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos – UNICEPLAC. Curso de Farmácia. **Trabalho de Conclusão de Curso**, 2019.

VENTURA, C., et al. Câncer de próstata e plantas medicinais: uma alternativa terapêutica. **Revista Científica Multidisciplinar**, v.4, n.2,2023. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/2647/1981> Acesso em 21 jul 2023.