

CAMOMILA, HORTELÃ E ESPINHEIRA-SANTA COMO TRATAMENTO COMPLEMENTAR PARA SINTOMAS DO TRATO GASTROINTESTINAL

EMANUELLE MACEDO VARGAS¹; **TAINÁ VIEIRA FURTADO²**; **ROSILÉIA DIAS DE SOUZA³**; **YASMIN HARTWIG BARTZ⁴**; **RITA MARIA HECK⁵**
TEILA CEOLIN⁶

¹*Universidade Federal de Pelotas – manuhmacedo13@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – taaihfb@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – rosydesouza16@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – yasminbsls@icloud.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – rmheckpillon@yahoo.com.br*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – teila.ceolin@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

As plantas medicinais representam uma prática tradicional consolidada no Brasil, com um crescente reconhecimento científico de seu potencial como fonte de compostos bioativos. Esses compostos podem ser possibilidades terapêuticas no tratamento de doenças, mas para que seus benefícios sejam aproveitados, o seu uso deve ser racional e seguro, embasado em conhecimento científico para evitar riscos à saúde (Pedroso *et al.*, 2021). No Sistema Único de Saúde (SUS), o uso de plantas medicinais integra as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), política pública que valoriza saberes tradicionais e recursos terapêuticos naturais (Brasil, 2006; Brasil 2018).

Os distúrbios gastrintestinais representam um problema de saúde frequente que podem se manifestar como dor abdominal, cólicas, náuseas, refluxo, constipação, diarreia, gastrite, entre outros. Esses sintomas impactam diretamente a qualidade de vida das pessoas (CARRIERO, 2020). Diante disto, as plantas medicinais como a hortelã (*Mentha x piperita L.*), a camomila (*Matricaria chamomilla L.*) e a espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia Mart. ex Reissek*), conhecidas por seu uso no tratamento de distúrbios do trato gastrointestinal, logo se destacam como um recurso natural com potencial terapêutico.

Conforme a literatura científica, essas plantas são valorizadas por suas propriedades anti-inflamatórias, antiespasmódicas e gastroprotetoras (Srivastava *et al.*, 2010; Barbosa *et al.*, 2024; Sousa *et al.*, 2010). Este trabalho tem como objetivo identificar as propriedades terapêuticas da camomila, hortelã e espinheira-santa, e seus potenciais para o tratamento de distúrbios do trato gastrointestinal.

2. MÉTODO

Trata-se de um trabalho apresentado, como requisito parcial para conclusão da disciplina optativa “Compartilhando Saberes sobre Plantas Medicinais”, ofertada em 2025-1. Como método foi utilizado a revisão narrativa, que se trata de um estudo que descreve o desenvolvimento de um tema a partir da perspectiva do pesquisador, sem aplicação de critérios metodológicos rigorosos para a seleção do estudo (Zillmer; Díaz-Medina, 2018). Foi utilizado SciELO, PubMed e Google Acadêmico, pesquisando os descriptores “hortelã”, “camomila”, “espinheira-santa” e “plantas medicinais”. Incluíram-se publicações em português e inglês, sem restrição de data, que abordassem composição química, efeitos farmacológicos e segurança de uso.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A hortelã (*Mentha x piperita* L.) se destaca no uso para distúrbios gastrointestinais, sendo amplamente reconhecida por seu efeito antiespasmódico. O óleo essencial da planta é rico em mentol, mentona e mentofurano, princípios ativos que atuam diretamente na musculatura lisa do trato digestivo, promovendo relaxamento e aliviando espasmos e cólicas. Essa ação a torna particularmente eficaz no manejo dos sintomas da síndrome do intestino irritável, como dor abdominal, inchaço e desconforto (EMBRAPA, 2014; SOUSA et al., 2010).

Uma análise recente de estudos clínicos demonstrou que o uso do óleo de hortelã pode ser uma terapia complementar segura e eficaz para o alívio desses sintomas, reforçando seu papel como um importante agente terapêutico natural para o bem-estar gastrointestinal (Ford et al., 2022). O Guia de Plantas Medicinais do Distrito Federal também reforça a indicação da hortelã para má digestão e cólicas intestinais, destacando-o como um agente terapêutico natural para o bem-estar gastrointestinal (Distrito Federal, 2012).

A camomila (*Matricaria chamomilla* L.) possui uma rica composição em óleos essenciais, com destaque para o α-bisabolol e o camazuleno, cuja concentração varia conforme a origem, cultivo e métodos de extração. Além desses, a planta é rica em flavonoides, como apigenina, luteolina e queracetina, que contribuem para suas propriedades antioxidantes e seu potencial no manejo de distúrbios gastrointestinais (El Mihyaoui et al., 2022). Tais compostos possuem reconhecidas ações antimicrobiana e anti-inflamatória, comprovadas por estudos experimentais, que justificam o seu uso terapêutico tradicional. Essas propriedades são especialmente relevantes no tratamento de condições do trato intestinal, como a dor de estômago e a síndrome do intestino irritável (Santos et al., 2020).

A espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek) possui destaque dentro da medicina popular, sobretudo em decorrência de sua ação antiulcerogênica (Calou et al., 2014). Entre a população é conhecida como espinheira-santa ou cancrosa, pertence à família Celastraceae, são de espécies medicinais autóctones, tendo maior incidência nos estados do Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul (Calou et al., 2014). Além disso, apresenta grande quantidade de substâncias como flavonoides, taninos e triterpenos, em geral essas substâncias são utilizadas como antioxidantes, cicatrizantes e protetoras gástricas (Santos; Vasconcelos, 2023).

Ao analisar o potencial terapêutico da camomila, hortelã e espinheira-santa no tratamento de sintomas gastrointestinais, demonstrou-se a sua grande importância. Diante deste cenário, a enfermagem pode integrar o saber popular e os conhecimentos ancestrais com a prática clínica, orientando os usuários dos serviços de saúde acerca do uso seguro e eficaz das plantas como terapia complementar. Podemos desta forma, integrar o conhecimento tradicional à evidência científica, promovendo um cuidado que trata o indivíduo em sua totalidade e é centrado no seu bem-estar.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise das propriedades terapêuticas da camomila, da hortelã e da espinheira-santa corrobora o potencial relevante dessas plantas no manejo de distúrbios gastrointestinais. Os resultados indicam que, enquanto a hortelã e a camomila se destacam pelo alívio sintomático por meio de suas ações

antiespasmódica e anti-inflamatória, a espinheira-santa oferece um mecanismo gastroprotetor. A eficácia e a segurança dessas terapias dependem de sua utilização sob orientação de profissionais de saúde, o que é fundamental para evitar riscos e garantir a qualidade do tratamento.

O estudo dessas plantas representa uma ponte entre o saber popular e a evidência científica, validando práticas ancestrais. Essa integração reforça a importância da biodiversidade brasileira como um recurso valioso para a inovação na medicina e o desenvolvimento de novas abordagens terapêuticas.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, E. da S.; SILVA, É. L. da; AMORIM, J. S.; GUERRA JUNIOR, J. I. Uso da espinheira santa (*Maytenus ilicifolia*) no tratamento de pacientes portadores de transtornos gastrointestinais. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 7, n. 2, p. e67727, 2024. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/67727>. Acesso em: 10 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: PNPIC-SUS**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 11 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: ampliando o acesso**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics>. Acesso em: 11 ago. 2025.

CALOU, I. B. F.; LIMA, L. A. R.; FERREIRA, J. A. N.; CERQUEIRA, G. S. A atividade gastroprotetora da *Maytenus ilicifolia* e *Maytenus aquifolium*. Revista de Saúde e Ciência, v. 3, n. 2, 2014. Disponível em: <https://rsc.revistas.ufcg.edu.br/index.php/rsc/article/view/294/291>. Acesso em: 10 ago. 2025.

CARRIERO, Maria Regina. **Nutrição, microbioma e distúrbios gastrointestinais**. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020. Disponível em: <https://bdta.abcd.usp.br/directbitstream/fc71ee65-1a04-4fde-a155-7f297c5f7d9d/Maria%20Regina%20Carriero.pdf> Acesso em: 27 ago. 2025.

DISTRITO FEDERAL. Secretaria de Estado de Saúde. **Guia de Plantas Medicinais: Desconfortos Gastrointestinais**. Brasília, DF: Secretaria de Estado de Saúde, 2012. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/documents/37101/571046/Guia+de+Plantas+Medicinais+%E2%80%93+Desconfortos+Gastrintestinais.pdf/719df6e6-e7e1-0dc3-3012-ed8cafa98ef0?t=1649018258442>. Acesso em: 11 ago. 2025.

EL MIHYAOUI, A. et al. Camomila (*Matricaria chamomilla* L.): uma revisão do uso etnomedicinal, fitoquímico e farmacológico. **Life**, v. 12, n. 4, p. 479, 2022. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2075-1729/12/4/479>. Acesso em: 15 ago. 2025

EMBRAPA. **Hortelã-pimenta.** 2014. Disponível em:
<https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/100662/1/folder-hortela-pimenta.pdf>. Acesso em: 11 ago. 2025.

FORD, A. C.; QUIGLEY, E. M. M.; MOAYYEDI, P.; CHEY, W. D. Systematic review and meta-analysis: efficacy of peppermint oil in irritable bowel syndrome. **Alimentary Pharmacology & Therapeutics**, [S.I.], v. 56, n. 6, p. 932-941, out. 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35942669/>. Acesso em: 10 ago. 2025.

PEDROSO, R. dos S.; ANDRADE, G.; PIRES, R. H. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 2, p. e310218, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312021310218>. Acesso em: 10 ago. 2025

SANTOS, A. R. F. da; CRUZ, J. H. A.; GUÊNES, G. M. T.; OLIVEIRA FILHO, A. A.; ALVES, M. A. S. G. *Matricaria chamomilla* L.: propriedades farmacológicas. **Archives of Health Investigation**, [S. I.], v. 8, n. 1, p. 15-21, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/25423>. Acesso em: 11 ago. 2025.

SOUSA, A. A. de; SOARES, P. M.; ALMEIDA, A. N. de; MAIA, A. R.; SOUZA, E. P. de; ASSREUY, A. M. Antispasmodic effect of *Mentha piperita* essential oil on tracheal smooth muscle of rats. **Journal of ethnopharmacology**, Amsterdam, v. 130, n. 2, p. 433–436, jul. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jep.2010.05.012>. Acesso em: 10 ago. 2025.

SRIVASTAVA, J. K.; SHANKAR, E.; GUPTA, S. Chamomile: A herbal medicine of the past with bright future. **Molecular medicine reports**, Athens, v. 3, n. 6, p. 895–901, nov. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.3892/mmr.2010.377>. Acesso em: 10 ago. 2025.

VASCONCELOS, E.C.; SANTOS.M.H.P. Uso de medicamento fitoterápico espinheira santa no tratamento da doença gastrointestinal gastrite. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 11, p. e41023133405, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/41023/33405>. Acesso em: 10 ago. 2025

ZILLMER, J. G. V.; DÍAZ-MEDINA, B. A. Revisión Narrativa: elementos que la constituyen y sus potencialidades. **Journal of Nursing and Health**, v.8.n.1, 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15210/jonah.v8i1.1365> Acesso em: 10 ago. 2025.