

PROPRIEDADES TERAPÊUTICAS DA ERVA CIDREIRA (*Melissa officinalis*)

Carolina Silva do Carmo¹
Stella Marcia A. Brum¹
Lucas Gomes Souza¹
Grazielle Brandão Coelho²
Adriano Carlos Soares³
Fernanda Cristina Ferrari⁴
professorafernandaferrari@gmail.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da saúde

PALAVRAS-CHAVE: atividades terapêuticas; *Melissa officinalis*; erva cidreira; plantas medicinais.

INTRODUÇÃO

O uso de plantas medicinais para fins terapêuticos é uma prática comum e tem origem remota na história da humanidade. Nos dias atuais seu uso é influenciado pelo fácil acesso e pela tradição familiar e cultural desse tipo de tratamento, além de ser associado a efeitos negativos causados pelo uso abusivo de medicamentos sintéticos. O efeito farmacológico das plantas deve-se à presença de princípios ativos em seus componentes, que quando devidamente estudados, podem ser caracterizados e assim serem melhor utilizados na terapêutica (SOUZA *et al.* 2015). Planta originária da região que circunda o Mediterrâneo e também a Ásia, *Melissa officinalis*, conhecida popularmente como erva-cidreira, pertencente à família Lamiaceae, é uma planta herbácea perene, podendo atingir de 30 a 60 cm de altura, caule quadrangular, herbáceo, ereto, piloso. As folhas são verde-escura, ovais, pilosas e com nervuras bem salientes (REIS *et al.*, 2009). As flores podem ser brancas ou amarelas em fascículos de 2 a 6 unidades com florescimento geralmente de outubro a março. Estudos recentes sugerem que além de possuir propriedades antibacterianas, *M. officinalis* pode modular várias medidas de comportamento, como um moderado efeito sedativo em transtorno do sono, na atenuação de sintomas de distúrbios nervosos, inclusive a redução de excitabilidade, ansiedade, e tensão. Apresenta propriedades antiespasmódicas, carminativas, estomáquicas, diaforéticas, sedativas, anti depressivas, vermífugas e aumenta o fluxo biliar (HUANG *et al.*, 2008). Extratos de *Melissa officinalis* apresentam atividade antioxidante (TOPAL *et al.*, 2008). Além disso, pesquisas têm indicado que *M. officinalis* possui ação antivirótica contra o vírus da herpes (SCHNITZLER *et al.*, 2008). A erva cidreira

¹ Acadêmicos do curso de Farmácia da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

² Farmacêutica e Especialista em Docência do Ensino Superior (UNIVÉRTIX), Mestre em Ciências Farmacêuticas (UFOP). Professora do curso de Farmácia da Faculdade Vértice - UNIVÉRTIX - Matipó.

³ Farmacêutico Bioquímico (UFOP); Doutor em Bioquímica Aplicada (Biotecnologia) (UFV); Mestre em Ciências Naturais e da Saúde (UNEC); Especialista em Docência do Ensino Superior (UCAM, RJ); Especialista em Farmacologia (UFLA). Professor dos cursos de Farmácia, Psicologia, Enfermagem e Odontologia da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

⁴ Farmacêutica, Mestre e Doutora em Ciências Farmacêuticas (UFOP). Professora dos cursos de Farmácia, Enfermagem, Medicina Veterinária e Odontologia da Faculdade Vértice - UNIVÉRTIX - Matipó.

pode ser usada em forma de chá por infusão, compressa, banho quente, em forma de cápsula ou balas. O objetivo deste estudo foi identificar as atividades terapêuticas da planta *Melissa officinalis* e os seus constituintes fitoquímicos.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica, sendo realizada de 30 de Março a 30 de Agosto de 2020. Através de uma busca ativa em plataformas científicas Google acadêmico e Scielo tendo como descritores: atividades terapêuticas; *Melissa officinalis*; erva cidreira; plantas medicinais.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A *Melissa officinalis* possui diversos componentes fitoquímicos, como polifenóis, terpenos, taninos, flavonóides, ácido rosmarínico, ácido caféico, citral e acetato de eugenol. Estudos da composição química do óleo essencial obtido de folhas de *M. officinalis in vitro* indicam a presença dos componentes majoritários citronelal (2-40%) e citral (mistura de neral e geranial: 10-30%), seguidos pelo β -cariofileno, germacreno D, ocimeno e citronelol (REIS *et al.* 2009). Essas substâncias em conjunto contribuem para a poderosa ação antioxidante desta erva. A ação antioxidante é importante, para combater os radicais livres e evitar o envelhecimento celular, prevenir câncer, evitar a degeneração da mácula, proteger o coração e evitar doenças cerebrais degenerativas. Nela também pode-se encontrar fibras, que melhoram o trânsito intestinal (VASCONCELOS, 2011; GROCHANKE, 2016). Dentre as propriedades terapêuticas de *Melissa officinalis* L. destacam-se principalmente sua utilidade no tratamento de distúrbios do sono e controle das emoções. Outras propriedades que foram citadas incluem efeito antisséptico revitalizante, antidepressivo, antialérgico, rejuvenescedor, carminativo, hipotensor, sudorífero, tônico geral, antiespasmódico, bálsamo cardíaco, antidisentérico e antiemético. Usada também como regulador menstrual, ajuda no combate a cólicas, e possui efeito positivo em problemas gastrointestinais. Em seus diversos benefícios pode-se citar seu efeito calmante e sedativo, ajudando a diminuir a insônia, ansiedade e reduzir o estresse (REIS *et al.*, 2009). Ajuda na diminuição de cólicas menstruais, por proporcionar relaxamento. Possui ação benéfica na diminuição de problemas estomacais, estudos relatam que sua atividade antiespasmódica e carminativa, beneficiam o sistema digestivo, inclusive com melhora da indigestão associada à tensão nervosa em pacientes que apresentam problemas gástricos relacionados ao estresse. O efeito sedativo e ansiolítico da erva-cidreira pode auxiliar, na amenização de sintomas gástricos, facilitando a digestão. Diminui os gases, por sua capacidade de relaxar os tecidos (MORAES-DE-SOUZA, 2007). Estudos apontam que a erva cidreira ajuda também na redução da pressão arterial, pois proporciona uma vasodilatação leve dos vasos sanguíneos periféricos. Ainda por sua forte ação antioxidante, ajuda na diminuição dos níveis de colesterol ruim (LDL), podendo assim prevenir doenças cardiovasculares (VASCONCELOS, 2011). Por conta de seus efeitos sedativos, existe a possibilidade da erva cidreira interagir com medicamentos, portanto, é recomendado a pacientes que fazem uso contínuo de alguns medicamentos, que consulte ao seu médico ou farmacêutico antes de consumir a erva cidreira (GROCHANKE, 2016). O consumo irracional de plantas medicinais possui riscos, no caso da *Melissa officinalis*, em quantidades elevadas, pode-se levar a uma frequência cardíaca mais lenta e a hipotensão. O uso da mesma,

também é contraindicado para gestantes, lactantes e crianças (MORAES-DE-SOUZA, 2007).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A erva cidreira (*Melissa officinalis*) possui variadas atividades terapêuticas. Dentre elas destacam-se ação sobre o sistema digestivo, ação sedativa e ansiolítica, para amenizar sintomas gástricos e facilitar a digestão. Além disso, a utilização por pacientes com problemas de pressão arterial também foi constatada.

REFERÊNCIAS

GROCHANKE, B. S. *et al.* Compostos fenólicos. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**. Campinas, v. 18, n. 1, p. 264-272, 2016.

HUANG, L.; ABUHAMDAH, S.; HOWES, M. J. R.; ELLIOT, M. S. J.; BALLARD, C.; HOLMES, C.; BURNS, A.; PERRY, E. K.; FRANCIS, P. T.; LEES, G.; CHAZOT, P. L. Pharmacological profile of essential oils derived from *Lavandula angustifolia* and *Melissa officinalis* with anti-agitation properties: focus on ligand-gated channels. **Journal of Pharmacy And Pharmacology**. [s. l.] v. 60, n. 11, p. 1515-1522. 2008.

MORAES-DE-SOUZA, R.A. **Potencial antioxidante e composição fenólica de infusões de ervas consumidas no Brasil**. ESALQ, 2007, 60 pág. Dissertação (Mestrado em Ciências). Piracicaba – SP.

REIS, É. S.; PINTO, J. E. B. P.; ROSADO, L. D. S.; CORRÊA, R. M. Teor e composição química do óleo essencial de *Melissa officinalis* L. in vitro sob influência do meio de cultura sob influência do meio de cultura. **Acta Scientiarum**. Maringá, v. 31, n. 2, p. 331-335, 2009.

SCHNITZLER, P.; SCHUHMACHER, A.; ASTANI, A.; REICHLING, J. *Melissa officinalis* oil affects infectivity of enveloped herpesviruses. **Phytomedicine**. [s. l.] v. 15, n. 9, p. 734-740, 2008.

TOPAL, U.; SASAKI, M.; GOTO, M.; OTLES, S. Chemical compositions and antioxidant properties of essential oils from nine species of Turkish plants obtained by supercritical carbon dioxide extraction and steam distillation. **International Journal of Food Sciences and Nutrition**. [s. l.] v. 59, n. 7-8, p. 619-634. 2008.

VASCONCELOS, P. da S. P. M. **Compostos fenólicos e potencial antioxidante de ervas consumidas na região amazônica brasileira**. Orientador - Marcelo Alexandre Prado. 2011, 82 pág. Dissertação de mestrado (Ciência de Alimentos) - Universidade Estadual de Campinas. Campinas - SP, 2011.