



## OBSERVAÇÕES SOBRE O USO DA PLANTA ALLIUM SATIVUM L PARA O CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA (HAS)

### Autor(res)

Alessandro Marco Rosini  
Clayton Pedro Capellari  
Silvia Cristina Heredia Vieira  
Rosemary Matias  
Ademir Kleber Morbeck De Oliveira  
Ana Lúcia Da Rocha Silva

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

### Introdução

Considerada um problema de saúde pública mundial, a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) ocorre quando a pressão arterial sistólica é igual ou superior a 140 mmHg e a diastólica igual ou superior a 90 mmHg, em pessoas que não utilizam medicamentos anti-hipertensivos (LOPES e MARCON, 2009 apud LIMA et al., 2020). Essa condição é um agravante para doenças cardiovasculares, renais e cerebrais. Entre os principais fatores de risco para o seu desenvolvimento estão a obesidade, o alcoolismo, o tabagismo e o sedentarismo (SERAFIN et al., 2010 apud LIMA et al., 2020).

O tratamento convencional envolve mudanças no estilo de vida e o uso de medicamentos; no entanto, muitas pessoas recorrem ao uso de plantas medicinais como terapia alternativa. A planta *Allium sativum* L., conhecida popularmente como alho, é, entre muitas espécies, a mais estudada quanto à sua atuação no controle da HAS. Agrupada em bulbilhos, ou seja, dentes, pertence à família dos Lírios e é oriunda da Ásia Central.

### Objetivo

O objetivo deste trabalho é verificar, por meio de uma pesquisa na literatura, o potencial terapêutico da planta *Allium sativum* L., o alho, no controle da Hipertensão Arterial Sistêmica. A pesquisa busca esclarecer os efeitos da ação do alho no organismo humano, seu potencial benéfico e a comparação com os medicamentos convencionais já utilizados no tratamento da hipertensão.

### Material e Métodos

Pesquisa de abordagem qualitativa, realizada por meio de uma revisão integrativa da literatura, que permite reunir e analisar resultados de diferentes pesquisas sobre o tema. Foram consultadas bases de dados on-line, entre elas SciELO, PubMed e Google Acadêmico. Os descritores utilizados nas buscas foram: "*Allium sativum* L.", "alho", "hipertensão arterial", "pressão alta", "fitoterapia" e "plantas medicinais".



## Resultados e Discussão

Os estudos analisados demonstram que a planta *Allium sativum* L. (alho) produz um efeito hipotensor significativo no organismo humano, com resultados semelhantes aos dos medicamentos convencionais utilizados no tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS). Em sua composição, o alho possui enxofres entre eles a alicina, que comprovadamente melhora a vasodilatação, promovendo uma ação hipotensiva.

No entanto, apesar das diversas evidências clínicas, provenientes de experimentos com humanos e animais no controle da pressão arterial por meio do uso do alho, ainda não está totalmente esclarecido o mecanismo de ação responsável por essa reação no organismo. Isso sugere a necessidade de mais estudos pela comunidade científica, a fim de consolidar sua eficácia terapêutica.

## Conclusão

A planta *Allium sativum* L. (alho) mostrou-se uma alternativa eficiente e segura no controle da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), apresentando efeitos semelhantes aos dos medicamentos tradicionais. A pesquisa sugere que o alho pode ser utilizado como terapia complementar. No entanto, seu uso deve ser realizado com cautela, a fim de evitar reações adversas decorrentes da aplicação inadequada dessa importante planta em sua aplicação fitoterápica. Além disso, a pesquisa indica a necessidade de mais estudos pela comunidade científica, com o propósito de consolidar sua eficácia terapêutica.

## Agências de Fomento

CAPES-Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

FUNADESP-Fundação Nacional de Desenvolvimento do Ensino Superior Particular

CNPq-Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

## Referências

LIMA, Maria Raquel da Silva, et al. Efeito terapêutico do *Allium sativum* L no controle da hipertensão arterial sistêmica. RAS Revista de atenção à saúde, v. 18, n. 65, p. 161-174, jul/set, 2020.

<https://doi.org/10.13037/ras.vol18n65.6711>

LOPES, Mislaine Casagrande de Lima, MARCON, Sonia Silva. A hipertensão arterial e a família: a necessidade do cuidado familiar. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 43(2), p. 343-350, 2009.

<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/wjcDQJrhfHGGr7VYmWJGXYwM/?format=pdf&lang=pt>

SERAFIM, Talita de Souza, JESUS, Elaine dos Santos, PIERIN, Angela Maria Geraldo. Influência do conhecimento sobre o estilo de vida saudável no controle de pessoas hipertensas. ACTA Paul Enferm, v.23(5), p. 658-664, 2010.

<https://www.scielo.br/j/ape/a/DdG8gQ4bRgyBWVVN6hsgBQq/?format=pdf&lang=pt>