Potencial terapêutico da alcachofra (Cynara scolymus L.) no controle glicêmico e distúrbios metabólicos

Autor(res)

Priscila Borges De Faria Arquelau
Kerly Pereira Silva
Ana Carine Dos Santos Duarte

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE VALPARAÍSO DE GOIÁS

Introdução

O Brasil detém a maior biodiversidade de plantas medicinais do mundo, o que motiva sua integração em políticas públicas de saúde, sobretudo após a consolidação do Sistema Único de Saúde (SUS). Nesse cenário, a formulação da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos constituiu um marco regulatório para garantir o uso racional, seguro, eficaz, de qualidade e cientificamente embasado dessas espécies (Brasil, 2025). O reconhecimento de sua eficácia terapêutica viabilizou a inclusão de diversas plantas na Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME), que estabelece orientações quanto a formas farmacêuticas, posologias e indicações clínicas (Brasil, 2025). Entre as espécies contempladas, destaca-se a Cynara scolymus L. (alcachofra), cujas folhas, utilizadas na forma de droga vegetal seca, inteiras ou fragmentadas que apresentam como marcador químico contendo, no mínimo, 0,7% de ácido clorogênico (Brasil, 2024). Tal composto está associado a efeitos hepatoprotetores, digestivos e antioxidantes, além de apresentar potencial adjuvante no manejo da Diabetes Mellitus.

Objetivo

O objetivo deste estudo consiste em apresentar, por meio de revisão de literatura, os principais aspectos farmacológicos da Cynara scolymus L. (alcachofra), considerando sua inserção na Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME), bem como discutir seu potencial terapêutico no manejo da Diabetes Mellitus.

Material e Métodos

O trabalho foi realizado através de revisão bibliográfica, baseando-se em artigos e materiais científicos, com publicação nos últimos 5 anos (2020 a 2025). As fontes foram obtidas em bases como o Portal de Periódicos CAPES e o Google Acadêmico, utilizando os descritores “Alcachofra”, “Cynara scolymus L.” e “Diabetes”. Inicialmente, foram identificados 11 artigos, organizados em nível geral e específico. Em seguida, elaborou-se uma relação abrangente de todos os documentos sobre o tema e outra contendo apenas aqueles com dados diretamente relacionados ao objetivo da pesquisa. Após a triagem, 5 artigos foram selecionados para compor o embasamento teórico e sustentar a discussão acerca dos aspectos farmacológicos e do potencial terapêutico da

Cynara scolymus L. no contexto da Diabetes Mellitus.

Resultados e Discussão

A alcachofra apresenta indicações e ações terapêuticas reconhecidas, sendo especialmente utilizada para o alívio de sintomas dispépticos, como sensação de plenitude, distensão abdominal e excesso de gases (Brasil, 2025). Segundo a RENAME, o fitoterápico pode ser comercializado em cápsulas, comprimidos, infusos ou solução oral, com doses diárias de 24 a 48 mg de derivados de ácido cafeoilquínico, expressos em ácido clorogênico. O uso é indicado para adultos e crianças acima de 12 anos, sendo contraindicado em casos de hipersensibilidade aos componentes da formulação ou a espécies da família Asteraceae, durante gestação e lactação, em indivíduos com cálculos biliares, obstrução dos ductos biliares, colangite ou hepatopatias, assim como em associação com anticoagulantes (EMA, 2018). Não se recomenda a utilização em doses superiores às indicadas (ANVISA, 2021). Além dos efeitos digestivos e hepatoprotetores, estudos recentes, como o de Porro et al. (2024), destacam o potencial da alcachofra no manejo de pacientes com Diabetes Mellitus tipo II. Um dos mecanismos envolvidos é a redução significativa da resistência à insulina. Compostos prebióticos presentes na planta, como inulina e frutooligossacarídeos, contribuem para o controle glicêmico, reduzindo a secreção de insulina pós-prandial, colesterol e triglicerídeos plasmáticos, o que favorece a prevenção de complicações cardiometabólicas (Jalili et al., 2020; Phimarn et al., 2024).

Conclusão

Conclui-se que a alcachofra é uma planta medicinal de relevância terapêutica, especialmente por suas ações digestivas, hepatoprotetoras e metabólicas. Apesar da necessidade de atenção quanto a advertências e contraindicações, evidências científicas sustentam seu uso como adjuvante no tratamento da Diabetes Mellitus tipo II, contribuindo para o controle glicêmico e a prevenção de complicações associadas.

Referências

ANVISA. Formulário de Fitoterápicos. 2. ed. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2021.
BRASIL. Farmacopeia Brasileira. 7. ed., v. II: Plantas Medicinais. Brasília: Anvisa, 2024.
BRASIL. Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sectics/plantas-medicinais-e-fitoterapicos. Acesso em 16 set. 2025.
JALILI, C. et al. Effects of Cynara scolymus L. on glycemic indices: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. Complementary Therapies in Medicine, v. 52, p. 102496, 2020.
OLIVEIRA, C. S. et al. Mechanism of action of the artichoke (Cynara scolymus L.) in glycemic control: a systematic review. Research, Society and Development, v. 10, n. 7, p. e6610716273, 2021.
PHIMARN, W.; SUNGTHONG, B.; WICHIYO, K. Effect of Cynara scolymus L. on cardiometabolic outcomes: an updated meta-analysis. Pharmacognosy Magazine, v. 20, n. 2, p. 372-388, 2024.
PORRO, C. et al. Functional and therapeutic potential of Cynara scolymus in health benefits. Nutrients, v. 16, n. 6, p. 872, 2024.