

ALCACHOFRA

Nome científico: *Cynara scolymus* L.

Sinonímia Científica: *Cynara cardunculus* L.

Nome popular: Cachofra, alcachofra hortense, carciofo, alcachofra rosa, artischoke.

Família: Asteraceae.

Parte Utilizada: Folhas.

Composição Química: Extrato padronizado em 0,5% de Ácido Clorogênico. Cinarina, sais minerais, ácido cafeico, mucilagem, pectina, tanino, ácidos orgânicos, componentes flavônicos glicosilados, enzimas, vitaminas A, B1, B2, C.

Formula molecular: N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

Planta vivaz, provavelmente originária da região do mediterrâneo, considerada durante muito tempo como uma hortaliça rara, é hoje abundante cultivada nas regiões atlânticas com invernos suaves. A alcachofra mede até dois metros de altura, tem um caule forte e suas grandes folhas têm lóbulos e são cinzas esverdeadas. O botão da flor, comestível, tem cor roxo- esverdeada e contem ao seu redor camadas ou brácteas que escondem o miolo da flor.

Indicações e Ação Farmacológica

Ajuda na diminuição do colesterol e uréia, digestivo, hepático, hipotensor, antianêmico, diurético, remineralizante, tônico e laxativa. Outros usos: Ácido úrico, obesidade, diabetes; debilidade geral, clorose, convalescença, dispepsia; hipertensão, hipertireoidismo, toxemia; afecções reumáticas. A cinarina é a principal responsável pela atividade colagoga e colerética, aumentando a secreção biliar. O aumento da eficiência metabólica do fígado se deve aos compostos polifenólicos, enquanto que a cinarina abaixa significativamente a taxa de colesterol através de uma estimulação metabólica enzimática, além de possuir propriedades hepatoprotetoras.

A alcachofra é usada para casos de hiperlipidemia e ateromatose no interior dos adipócitos. A ação protetora e regeneradora das células hepáticas é obtida pelos flavonóides que estimulam a síntese enzimática básica do metabolismo hepático. Na uremia, a cinarina melhora a excreção da amônia através de um aumento da produção de ácido úrico pelo epitélio renal.

A ação diurética auxilia a eliminação de uréia e de substâncias tóxicas decorrentes do metabolismo celular; ação depurativa. O amargor da cinaropicroina aumenta a secreção gástrica e sua acidez. A alcachofra não dissolve os cálculos biliares, mas diminui as cólicas, exercendo um efeito preventivo em pessoas predispostas a desenvolverem litíase. A oxidase, enzima hidrossolúvel, é provavelmente a responsável pela ação redutora da taxa de glicose sanguínea.

Toxicidade/Contraindicações

Não deve ser usado durante a lactação, pois pode reduzir a secreção láctea.

Contraindicado para alérgicos à alcachofra, quando há obstrução do canal biliar e em pacientes propensos à fermentação intestinal.

Dosagem e Modo de Usar

-Extrato Seco (0,5%): 150- 500 mg, duas vezes ao dia

-Extrato Fluido: 1 a 2 mL, 3 vezes ao dia antes das principais refeições;

Referências Bibliográficas

ÁVILA, L.C.; Índice terapêutico fitoterápico-ITF . 2ª ed. Petropolis, RJ. 2013.

NOLDIN, V. F. et al. Composição química e atividades biológicas das folhas de L.

Cynara scolymus (alcachofra) cultivada no Brasil. Química Nova, v. 26, n. 3, p. 331-334, 2003.

TESKE, M.; TRENTINI, A.M.M.; Herbarium Compêndio de Fitoterapia. Curitiba. 1997.