

Extrato de Romã (Pomegranate)

Nome Botânico: *Punica granatum*

Família: Punicaceae

Parte Utilizada: Casca

Histórico:

Sendo um fruto mencionado frequentemente na Bíblia que se diz ter sido originado no Jardim do Éden, a romã foi uma característica da decoração do templo do rei Salomão. É um fruto vulgar no Mediterrâneo Oriental e Médio Oriente, onde é tomado como aperitivo, sobremesa ou é transformado numa bebida alcoólica.

Nativa do Oeste da Ásia, mas aclimatada às restantes regiões desse continente, nas Américas e Leste da África, é uma árvore perene de folhas ovadas e flores chamativas de cor vermelha com pétalas cerosas, que aparecem no verão.

O Fruto é coberto por uma casca coreácea de cor castanho brilhante e contém suco carmesim em bolsas individuais, contendo cada uma grande semente.

O pericarpo e o líquido das sementes encerram propriedades adstringentes. A casca contém grande quantidade de tanino, grenadine, punicina e ácido gálico.

Princípios Ativos:

Contém alcalóides (como a pelieterina e isopelieterina) e os taninos gálicos.

Propriedades e Indicações (Uso tópico):

Possui efeito adstringente e anti-séptico proporcionado pelos taninos gálicos, sendo portanto muito utilizados em produtos para o tratamento de acne e de seborréia, além de regular a oleosidade da pele e dos cabelos. Graças à presença de compostos fenólicos em sua composição, possui também comprovada ação anti-oxidante, apresentando elevada capacidade de inibir a oxidação nas fases inicial e mais avançadas do processo oxidativo, agindo por mecanismos primários e secundários.

Trabalhos experimentais demonstraram que os compostos fenólicos da romã apresentaram influência sobre fatores biológicos, como a atenuação de fatores aterogênicos, modulação das respostas antiinflamatórias e de enzimas do sistema de defesa antioxidante endógeno (superóxido dismutase, catalase e glutathione peroxidase). Também os flavonóides extraídos do suco fermentado e do óleo da romã tiveram atividade inibitória das enzimas oxidantes ciclooxygenase e lipooxygenase.

Concentração de Uso:

Em cremes, géis e loções – 2 a 10%.

Em shampoos, condicionadores e sabonetes – 1 a 5%.

Uso Oral:

Este ativo, já é utilizado há muito tempo em diversas patologias e recentemente, de acordo com estudos, o romã começou a ser utilizado como antioxidante. As propriedades deste ativo se devem à presença de taninos e flavonóides, em especial o ácido elágico, presente na casca, suco e semente e de ácido púnicico (óleo). Vários estudos mostram que o romã consegue neutralizar a ação danosa dos radicais livres produzidos pelas radiações UV, retardando o processo de envelhecimento da pele (Singh, et al.2001). Em conclusão, a ação antioxidante se dá por meio do combate ao ânion superóxido e radicais hidroxil e peroxil, possibilitando ao romã um alto potencial antioxidante.

Concentração usual: 225 – 450mg/dia

Sugestão de Fórmula:

- Pomegranate extrato.....300mg
- Extrato Green Tea.....200mg
- Betacaroteno.....50mg

Bibliografia:

- 1- Balmé, F.; Plantas Mediciniais. Ed. Helmus, 1994.
- 2- Coimbra, R.; Manual de Fitoterapia. Ed. CEJUP, 1994.
- 3- Cravo, A.B.; Frutas e Ervas que Curam – Panacéia Vegetal. Ed. Helmus, 1995.
- 4- Encyclopédie des Plantes Médicinales. Ed. Larousse-Bordas, 1997.
- 5- Moreira, F.; As Plantas que Curam. Ed. Helmus, 1985.