



ALECRIM E SEUS PRINCIPAIS EFEITOS FITOTERÁPICOS COM IMPACTO NA CEFALIA CRÔNICA: ESTUDO INTEGRATIVO DE UMA TERAPIA NÃO CONVENCIONAL PARA A SAÚDE HUMANA

ROSEMARY AND ITS MAIN PHYTOTHERAPY EFFECTS WITH IMPACT ON CHRONIC HEADACHE: INTEGRATIVE STUDY OF AN UNCONVENTIONAL THERAPY FOR HUMAN HEALTH

Lorrainy Pimentel PISSOLATO¹, Lauany Pimentel PISSOLATO¹, Amanda Vieira PALATA¹, Gabriel Henrique Rocaiks RIBEIRO¹, Ueverton Rodrigues de SOUSA², Marliny Bovo MEZANINI³, Mateus Masson de SOUZA⁴, Rogério Rodrigo RAMOS¹

¹Departamento em Ciências da Saúde, Centro Universitário de Santa Fé do Sul, Santa Fé do Sul, Brasil

²Departamento em Ciências da Saúde, Universidade Brasil, Fernandópolis, Brasil

³Programa de Residência Médica em Pediatria pela Faculdade São Leopoldo MANDIC, Campinas, Brasil

⁴Programa de Pós-Graduação *Latu Sensu* em Pediatria pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, Brasil

Autores correspondentes:

Rogério Rodrigo Ramos

rogerio.enfer@gmail.com

Como citar: Pissolato LP, Pissolato LP, Palata AV, Ribeiro GHR, de Sousa UR, Mezanini MB, de Souza MM, Ramos RR. Alecrim e seus principais efeitos fitoterápicos com impacto na cefalia crônica: estudo integrativo de uma terapia não convencional para a saúde humana. *Biosciences and Health*. 2023; 01:1-7.

RESUMO

A planta medicinal *Rosmarinus officinalis* L., comumente conhecida como alecrim, é recomendada pela medicina popular para o uso das folhas de alecrim na redução de dores de cabeça, enxaquecas, processos inflamatórios e outros sintomas. O objetivo do estudo foi reunir os principais dados científicos a respeito dos efeitos fitoterápicos do alecrim com impacto na cefaleia crônica. Foi realizada uma revisão integrativa quanto aos efeitos fitoterápicos do alecrim. Para a coleta de dados científicos foram utilizadas as bases de dados a Biblioteca Virtual em Saúde, Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde, PubMed e SciELO. A busca dos artigos nas bases de dados foi realizada por meio dos descritores extraídos do DeCS/MeSH "Headache" (D006261); "Plantas medicinais" (D010946); "*Rosmarinus*" (D027542), juntamente com os operadores booleanos "AND e OR". Foram identificados 2.618 artigos nas bases de dados, mas apenas 5 artigos foram selecionados para pesquisa de acordo com os critérios de inclusão do estudo. O alecrim apresenta efeitos significativos, com achados prevalentes para tratamento de cefaleia crônica, além de ser utilizado para outros fins terapêuticos como analgésicos e anti-inflamatórios. Conclui-se que a utilização do produto natural *Rosmarinus officinalis* L. traz inúmeros benefícios à saúde humana, especialmente para dores de cabeça crônica, desde que haja conhecimento de como colhê-lo e utilizá-lo.

Palavras-chave: Cefaleia; Plantas medicinais; *Rosmarinus*.

ABSTRACT

The medicinal plant *Rosmarinus officinalis* L., commonly known as rosemary, is recommended by folk medicine for the use of rosemary leaves to reduce headaches, migraines, inflammatory processes and other symptoms. The aim of the study was to gather the main scientific data on the phytotherapy effects of rosemary with an impact on chronic headaches. An integrative review was carried out on the phytotherapy effects of rosemary. The Virtual Health Library, Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences, PubMed and SciELO databases were used to collect scientific data. The search for articles in the databases was carried out using the descriptors extracted from DeCS/MeSH "Headache" (D006261); "Medicinal plants" (D010946); "*Rosmarinus*" (D027542), together with the Boolean operators "AND and OR". 2,618 articles were identified in the databases, but only 5 articles were selected for research according to the study's inclusion criteria. Rosemary has significant effects, with prevalent findings for the treatment of chronic headaches, as well as being used for other therapeutic purposes such as analgesics and anti-inflammatories. It can be concluded that the use of the natural product *Rosmarinus officinalis* L. has numerous benefits for human health, especially for chronic headaches, as long as there is knowledge of how to harvest and use it.

Keywords: Headache; Medicinal plants; *Rosmarinus*.

1. Introdução

A cefaleia crônica (CC) é uma circunstância em que ocorre dor de cabeça constante pelo menos 15 dias por mês em 3 meses consecutivos [1]. Outro aspecto é que a CC é um sintoma que deve ser considerado um alerta, podendo estar relacionado a comprometimentos graves, trazendo ao indivíduo um risco imediato à sua saúde [2].

O tratamento da CC é difícil porque os medicamentos agudos são ineficazes em 1/4 das pessoas que consomem o medicamento e outro agravante é o uso excessivo de medicamentos que podem causar a transformação de uma simples dor de cabeça em CC [3-6], levando assim à baixa adesão do tratamento medicamentoso [7]. Segundo a Global Burden of Disease [8], a cefaleia por abuso de medicamentos é considerada um dos distúrbios neurológicos mais prevalentes, visto que sua prevalência foi estimada em 1% em todo o mundo.

Para Katsuki et al. [6], o medicamento ideal deve ser aquele que possa tratar principalmente a dor de cabeça e que a terapia não conduza à cefaleia crônica. Acrescente-se ainda que as pessoas podem apresentar sintomas e efeitos colaterais com os medicamentos utilizados para a intervenção na CC, prejudicando a sua saúde. Diante dessa complexidade, é importante buscar outras formas de terapia, sem efeitos adversos ou danos colaterais [9]. Observada a necessidade de uma terapia mais eficaz para auxiliar no tratamento e alívio da dor, faz-se necessária uma terapia alternativa que possa melhorar a dor e também reduzir ou eliminar os efeitos colaterais e, acima de tudo, uma terapia útil para a CC.

Uma terapia essencial é o tratamento não convencional por meio do uso de plantas medicinais, que são utilizadas para fins terapêuticos, como aliviar ou mesmo curar doenças, e também são utilizadas contra doenças crônicas [10]. No entanto, é importante destacar que, para utilizá-las é necessário conhecer a planta, saber colhê-la e prepará-la, já que são utilizadas na forma de chás e infusões [11]. Desse modo, destaca-se o uso do alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.), suas folhas são comumente utilizadas no tratamento de dores de cabeça [12].

Um outro ponto a evidenciar é que na América do Sul e na Europa, a medicina popular utiliza as folhas de alecrim para reduzir dores de cabeça, enxaquecas, vertigens, memória fraca, depressão, curar eczemas e até como analgésico para dores de garganta [13]. No Brasil, o conhecimento convencional da medicina indígena e de outros povos e comunidades tradicionais influencia cerca de 82% da população brasileira no uso de plantas medicinais na saúde. Além disso, os sistemas oficiais de saúde, como o Sistema Único de Saúde (SUS), auxiliam através de princípios e diretrizes para a prática científica [14].

Neste contexto, coloca-se a questão de saber se o alecrim pode ser utilizado na medicina popular para aliviar várias doenças, especialmente as cefaleias crônicas. Outro aspecto a ser mencionado é que os estudos sobre fitoterápicos devem ser levados em consideração, uma vez que a segurança e a eficácia de muitos medicamentos à base de plantas ainda não são claras. O objetivo do estudo foi reunir os principais dados relativos aos efeitos fitoterápicos do alecrim com impacto na cefaleia crônica.

2. Metodologia

Foi realizada uma revisão integrativa de um tratamento não convencional para a saúde humana, com propósito do estudo de buscar informações relevantes quanto aos efeitos fitoterápicos do alecrim, especialmente na cefaleia crônica. Foram utilizadas as bases de dados “Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), PubMed e SciELO”.

A busca das fontes foi realizada por meio dos descritores extraídos do DeCS/MeSH “Headache” (D006261); “Plantas medicinais” (D010946); “*Rosmarinus*” (D027542), juntamente com os operadores booleanos “AND e OR”.

Como critérios de inclusão foram selecionados artigos em português e inglês entre 2019 a 2022, com o texto disponível na íntegra gratuitamente nas bases de dados, cujo escopo da pesquisa foi investigar os efeitos do alecrim, especificamente na cefaleia crônica, além disso, foram verificadas as referências bibliográficas dos estudos selecionados para encontrar outras fontes de acordo com os critérios estabelecidos, seguindo as diretrizes PRISMA [15]. Quanto aos critérios de exclusão, foram estabelecidas pesquisas cujo resumo e/ou título não consta na proposta do estudo e estudos realizados com animais e crianças. Caso a proposta do estudo não fosse encontrada na leitura do resumo e/ou título, os artigos seriam excluídos, além de estudos realizados com animais e crianças.

Para análise dos dados, adotou-se um fluxograma para destacar os artigos encontrados e selecionados e uma tabela com evidências dos principais resultados dos efeitos do alecrim.

3. Resultados

Foram identificados 2.618 artigos nas bases de dados. Foram excluídos 2.487 artigos que não atenderam aos critérios de inclusão e artigos duplicados, incluindo 137 artigos para a triagem. Desse número, 132 artigos foram excluídos por serem inelegíveis, e um total de 5 artigos foram selecionados para a pesquisa (Figura 1). Após a seleção dos artigos, foi criada uma tabela, dividindo-a em categorias: autores; título do Paper e principais resultados (Tabela 1).

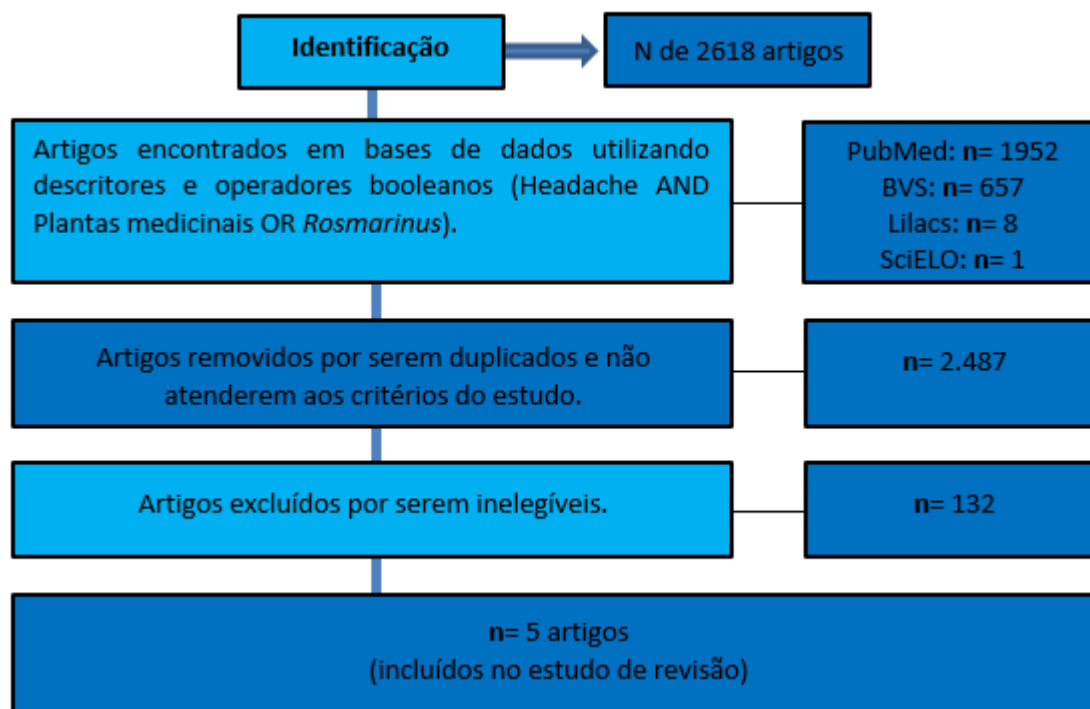


Figura 1. Fluxograma das etapas de seleção de artigos para a revisão integrativa.

Tabela 1. Descrição dos trabalhos selecionados para a discussão da revisão integrativa.

Autores	Título do Paper	Principais resultados
Oliveira et al. [16]	<i>Rosmarinus officinalis</i> L. (alecrim) como agente terapêutico e profilático.	A PM <i>Rosmarinus officinalis</i> L., comumente conhecida como alecrim, fornece inúmeros efeitos fitoterápicos devido à relação entre as moléculas das plantas e o sistema orgânico.
Macedo et al. [17]	Alecrim (<i>Rosmarinus officinalis</i> L., syn <i>Salvia rosmarinus</i> Spenn.) e suas aplicações tóxicas: uma revisão.	Alecrim vem chamando a atenção, devido seus metabólitos secundários com potencial terapêutico, assim como, carnosol e os ácidos carnósico, rosmarínico, ursólico, oleanólico e micromérico.
Ghasemzadeh et al. [18]	Efeitos terapêuticos do alecrim (<i>Rosmarinus officinalis</i> L.) e seus constituintes ativos em distúrbios do sistema nervoso.	Atualmente, há um grande interesse científico nos efeitos fitoterápicos de alecrim e seus principais constituintes, além disso, propriedades medicinais e seus compostos anti-inflamatórios.
Frimpong et al. [19]	Uma revisão sobre PM usadas no tratamento da dor de cabeça na África.	As PM na resolução dos efeitos da cefaleia são de grande prevalência, tanto em países da África, como na Ásia e na Europa, que revelam o uso de PM para tratamento de dor de cabeça por toda a população.
Faridzadeh et al. [20]	Potencial NP das ervas aromáticas: alecrim, sálvia e lavanda.	PM como sálvia, lavanda e alecrim demonstraram efeitos ansiolíticos, anti-inflamatórios, ANTI-OX e NP.

PM (Plantas medicinais); ANTI-OX (Antioxidantes); NP (Neuroprotetor).

4. Discussão

Para Oliveira et al. [16], a planta medicinal *Rosmarinus officinalis* L., comumente conhecida como alecrim, proporciona inúmeros efeitos fitoterápicos devido à relação entre as moléculas da planta e o sistema orgânico. Além disso, observa-se em outro estudo que o alecrim demonstra efeitos ansiolíticos, anti-inflamatórios, antioxidantes e neuroprotetores [20]. Esta informação confirma os resultados dos estudos *in vivo* e *in vitro* de Oliveira et al. [16], com efeitos benéficos sobre *Rosmarinus officinalis* L., além de efeitos terapêuticos e profiláticos em situações fisiológicas causadas por agentes químicos, bioquímicos ou biológicos.

Outro fato relevante foram as pesquisas da planta medicinal em países africanos, bem como na Ásia e na Europa. Assim, os autores Frimpong et al. [19] destacam que as plantas medicinais na resolução da dor de cabeça nesses países são altamente prevalentes, o que reforça o uso de plantas medicinais para tratar dores de cabeça em toda a população. Para Brasil [11] relata que a crença popular acredita que por ser um tratamento natural não causa malefícios, mas o consumo de plantas medicinais pode causar reações semelhantes a outros medicamentos, como intoxicações, náuseas, edemas e até morte.

Observou-se também que o alecrim pode ser utilizado como agente tópico, em razão a essa caracterização, Macedo et al. [17] incentivam o uso do alecrim em novas formulações para terapia não convencional. Os mesmos autores afirmam que o alecrim tem chamado a atenção devido aos seus metabólitos secundários com potencial terapêutico, além do carnosol e dos ácidos carnósico, rosmarínico, ursólico, oleanólico e micromérico.

Os dados apresentados mostram que o *Rosmarinus officinalis* L. pode controlar distúrbios fisiológicos semelhantes ou superiores aos medicamentos usuais, sendo utilizado como tratamento não convencional ou conhecida como medicina alternativa ou complementar, devido às suas vantagens confirmadas em evidências científicas [16]. Ademais, há evidências que sugerem que o extrato de *Rosmarinus* pode melhorar a saúde gastrointestinal e atuar como conservante natural de alimentos [21].

Portanto, esses dados científicos apresentam grande benefício quanto aos efeitos fitoterápicos do alecrim, especialmente como analgésico, além das propriedades medicinais com ações antimicrobiana, antioxidante e anti-inflamatória [18].

5. Conclusão

Conclui-se que o uso de *Rosmarinus officinalis* L. traz inúmeros benefícios quando utilizado corretamente, podendo ser utilizado no alívio de dores de cabeça e também como agente ansiolítico, anti-inflamatório, antioxidante e neuroprotetor. Sugere-se que o alecrim possa ser um possível analgésico para dores de cabeça crônicas e com resultados significativos para outros sintomas, mas são necessários mais estudos *in vivo* para comprovar a eficácia do alecrim.

Contribuição dos Autores

Pissolato LP.; Pissolato LP.; Palata AV.; e Ribeiro GHR.: concepção e delineamento, aquisição dos dados, análise e interpretação dos dados, redação do artigo e revisão importante do conteúdo intelectual; de Sousa UR.; Mezanini MB.; e de Souza MM.: concepção e delineamento, aquisição dos dados, análise e interpretação dos dados e redação do artigo; Gonçalves JBB.; e Ramos RR.: análise e concepção do projeto e do artigo, análise crítica do conteúdo intelectual, interpretação e revisão final dos dados. Todos os autores leram e aprovaram a versão final do manuscrito.

Conflitos de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

Aprovação Ética

Não aplicável.

Agradecimentos

Não aplicável.

REFERÊNCIAS

1. Melhado EM, Santos PSF, Kaup AO, da Costa ATNM, Roesler CAP, Piovesan ÉJ, et al. Consenso da Sociedade Brasileira de Cefaléia (SBCE) para o tratamento profilático da migrânea episódica: parte I. *Arq Neuropsiquiatr*. 2022; 80(8):845-861. <https://doi.org/10.1055/s-0042-1756441>
2. Headache Classification Committee of the International Headache Society (IHS) The International Classification of Headache Disorders. 3rd edition. *Cephalalgia*. 2018; 38:1-211. <https://doi.org/10.1177/0333102417738202>
3. Thorlund K, Toor K, Wu P, Chan K, Druyts E, Ramos E, et al. Comparative tolerability of treatments for acute migraine: a network meta-analysis. *Cephalalgia*. 2017; 37(10):965-978. <https://doi.org/10.1177/0333102416660552>
4. Buse DC, Greisman JD, Baigi K, Lipton RB. Migraine progression: a systematic review. *Headache*. 2019; 59(3):306-338. <https://doi.org/10.1111/head.13459>
5. Biyajima M, Satoh S, Morikawa T, Morita Y, Watanabe R, Matsui D, et al. Bromisoval-induced bromism with status epilepticus mimicking Wernicke's encephalopathy: report of two cases. *BMC Neurol*. 2022; 22:181. <https://doi.org/10.1186/s12883-022-02712-3>
6. Katsuki M, Yamagishi C, Matsumori Y, Koh A, Kawamura S, Kashiwagi K, et al. Questionnaire-based survey on the prevalence of medication-overuse headache in Japanese one city-Itoigawa study. *Neurol Sci*. 2022; 43(6):3811-3822. <https://doi.org/10.1007/s10072-021-05831-w>
7. Silberstein SD. Preventive migraine treatment. *Continuum (Minneapolis)*. 2015; 21(4):973-989. <https://doi.org/10.1212/CON.0000000000000199>
8. Global Burden of Disease. The Global Burden of Disease: a critical resource for informe policymaking. GBD, 2022. Disponível em: <https://www.healthdata.org/gbd/about>
9. Boyd A, Bleakley C, Hurley DA, Gill C, Hannon-Fletcher M, Bell P, et al. Herbal medicinal products or preparations for neuropathic pain. *Cochrane Database Syst Rev*. 2019; 4(4):CD010528. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD010528.pub4>
10. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Práticas integrativas e complementares: plantas medicinais e fitoterapia na Atenção Básica/Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. 3– Brasília: Ministério da Saúde, 2012. 156 p. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/praticas_integrativas_complementares_plantas_medicinais_cab31.pdf

11. Brasil. Ministério da Saúde. Medicamentos fitoterápicos e plantas medicinais. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa, Ministério da Saúde. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/medicamentos/fitoterapicos>
12. Ribeiro DA, Macêdo DG, Oliveira LGS, Saraiva ME, Oliveira SF, Souza MMA, et al. Potencial terapêutico e uso de plantas medicinais em uma área de Caatinga no estado do Ceará, nordeste do Brasil. *Rev Bras Plantas Med.* 2014; 16(4):912-930. https://doi.org/10.1590/1983-084X/13_059
13. Amaral SM, Carvalho LQC, Pereira NACS, Sousa Sobrinho MF, Sousa Sobrinho MK, Santos LDL, et al. Alecrim (*Rosmarinus officinalis*): principais características. *Revista de Casos e Consultoria.* 2021; 12:e24651. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/24651>
14. Rodrigues AG, de Simoni C. Plantas medicinais no contexto de políticas públicas. *Informe Agropecuário.* 2010; 31(255):7-12. Disponível em: http://www.cecs.unimontes.br/biblioteca_virtual/detalhardoc.php?id=3484&pg=7&&&tipo=artigos&menu=demaat
15. Shamseer L, Moher D, Clarke M, Gherzi D, Liberati A, Petticrew M, et al. Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015: elaboration and explanation. *BMJ.* 2015; 350:g7647. <https://doi.org/10.1136/bmj.g7647>
16. OLIVEIRA, J.R.; CAMARGO, S.E.A.; OLIVEIRA, L.D. *Rosmarinus officinalis* L. (rosemary) as therapeutic and prophylactic agent. *J Biomed Sci* v.26, n.5, p.1-22, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12929-019-0499-8>
16. de Oliveira JR, Camargo SEA, de Oliveira LD. *Rosmarinus officinalis* L. (rosemary) as therapeutic and prophylactic agent. *J Biomed Sci.* 2019; 26:5. <https://doi.org/10.1186/s12929-019-0499-8>
17. Macedo LM, Santos ÉM, Militão L, Tundisi LL, Ataíde JA, Souto EB, et al. Rosemary (*Rosmarinus officinalis* L., syn *Salvia rosmarinus* Spenn.) and its topical applications: a review. *Plants.* 2020; 9(5):651. <https://doi.org/10.3390/plants9050651>
18. Ghasemzadeh Rahbardar M, Hosseinzadeh H. Therapeutic effects of rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) and its active constituents on nervous system disorders. *Iran J Basic Med Sci.* 2020; 23(9):1100-1112. <https://doi.org/10.22038/ijbms.2020.45269.10541>
19. Frimpong EK, Asong JA, Aremu AO. A review on medicinal plants used in the management of headache in Africa. *Plants (Basel).* 2021; 10(10):2038. <https://doi.org/10.3390/plants10102038>
20. Faridzadeh A, Salimi Y, Ghasemirad H, Kargar M, Rashtchian A, Mahmoudvand G, et al. Neuroprotective potential of aromatic herbs: rosemary, sage, and lavender. *Front Neurosci.* 2022; 16:909833. <https://doi.org/10.3389/fnins.2022.909833>
21. Veenstra JP, Johnson JJ. Rosemary (*Salvia rosmarinus*): Health-promoting benefits and food preservative properties. *Int J Nutr.* 2021; 6(4):1-10. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34651071/>

Recebido: 20 Dezembro 2023 | **Aceito:** 27 Dezembro 2023 | **Publicado:** 31 Dezembro 2023



Pissolato et al. Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons Attribution CC-BY 4.0, que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o trabalho original seja devidamente citado.