

## ÓLEO DE PRÍMULA

Nome científico: *Oenothera biennis*

Nome popular: prímula, onográcea e estrela-da-tarde

Família: Onagraceae.

Parte Utilizada: Semente

Composição Química:

<b>Ácido Palmítico C16:0</b>	5 – 7%
<b>Ácido Estearico C18:0</b>	1 – 3%
<b>Ácido Oléico C18:1</b>	6 – 10%
<b>Ácido Linoléico C18: 2</b>	68 – 76%
<b>Ácido Gama Linolênico C18: 3</b>	10% mínimo

Esta planta era usada pela América do Norte como alimento e da raiz, folhas, flores e caules os índios curandeiros faziam infusões e extratos emolientes, sedativa (tosse), estimulante da circulação sanguínea, nutriente capilar e para curar feridas. O Óleo de Prímula é amarelo pálido claro, com paladar e olfato típico. Refinado e desodorizado, extraído das sementes por prensagem a frio.

### Indicações e Ação Farmacológica

Sendo rico em ácido linoléico, o óleo de Prímula é muito importante na formação da membrana lipídica, aumenta a penetração na pele e a restauração da função de barreira de água na epiderme. Além de combater a hipertensão, o excesso de colesterol ruim e de glicose.



O ácido gama-linolênico (GLA) reduz a perda de água através da pele e aumenta a tolerância à exposição dos raios ultra-violeta. Além de produzir prostaglandinas (PGE1), benéficas para a tensão pré-menstrual, doenças benignas no seio, regulação do nível de colesterol sanguíneo, agregação plaquetária, regulação da pressão sanguínea, obesidade e doença atópica.

O uso do Óleo de Prímula é bastante amplo nas áreas

Cosméticas, Farmacêutica e Saúde. Atua normalizando e rejuvenescendo peles sensíveis e delicadas. É indicado para tratamento de eczemas, psoríase, escleroses, hiperqueratoses e envelhecimento cutâneo.

Auxilia no combate a anorexia e no tratamento de artrite reumática. Outras indicações do Óleo de Prímula incluem casos de cirrose descompensada, neuropatias diabéticas, tensão pré-menstrual (TPM) esquizofrenia (coadjuvante).

O Óleo de Prímula possui excepcionalmente alto índice de ácido linoleico (Ômega 6) e contém o tão importante ácido gama linolênico (GLA). Oferecendo ao organismo elementos construtivos essenciais, contribuindo no seu bom funcionamento e bem estar, especialmente na velhice, ou no envelhecimento prematuro provocado por certas enfermidades.

As prostaglandinas de série E1 (PGE1) são substâncias tipo Hormônios, com propriedades anti-inflamatórias, que exercem efeito regulador dos hormônios sexuais femininos, estrógenos, progesterona e prolactina, e têm efeito positivo sobre elasticidade cutânea (importante função da pele). Podem também agir como afinadores do sangue e como vasodilatadores. Parecem também ter alguma influência na moderação dos neurotransmissores no cérebro jovem (sobretudo, serotonina e dopamina), provocando mudanças positivas no estado de ânimo e no impulso de hiperatividade motora.

O ácido gama-linolênico (GLA) reduz a perda de água através da pele e aumenta a tolerância à exposição dos raios ultravioleta; combate coronariopatias (reduz o colesterol LDL e aumenta o colesterol HDL), infecções virais, mal de Alzheimer e acalma crianças hiperativas. O GLA é encontrado em quantidades pequenas, porém importantes, no leite materno. O fato constitui mais um argumento a favor do aleitamento materno, sabendo-se, além disso, que a restrição da ingestão de gorduras para crianças pode reduzir o crescimento e a acuidade visual e limitar o desenvolvimento mental. Todavia, a quantidade de GLA no leite vai diminuindo ao longo da amamentação. Por isso, é aconselhável sua reposição na dieta da mãe durante a amamentação. Há indicações de que o óleo pode contribuir para evitar a depressão pós-parto.

### Dosagem e Modo de Usar

- Capsula Oleosa: Uso oral, de 3mg a 6g por dia.

### Uso Alimentício e Cosmético

- Cosmético: de 0,5 a 5% em produtos cosméticos

- Alimentício: 5 a 10 gramas/dia (1 a 2 colheres de sopa)

### Referências Bibliográficas

Revista Muscle in form número 28, ano 5. Regina C. A. Lago - Pesquisadora Embrapa.

BATISTUZZO, J.A.O., ITAYA, M., ETO, Y. Formulário Médico Farmacêutico. 3ª ed, São Paulo: Pharmabooks, 2006.

FERREIRA, A.O Guia Prático de Farmácia Magistral. 3º ed, São Paulo: Pharmabooks, 2008.

D'IPPOLITO, Fitoterapia Magistral - ANFARMAG, 2005.

PHARMÁCIA®  
**Cantinho da Terra**  
Laboratório de Manipulação

Avenida 17 nº 559  
entre ruas 4 e 5 - Bairro Saúde  
Rio Claro - São Paulo.  
Tel: 19 3522 - 3522  
55 19 9 9779 - 4877

WhatsApp

Contatos Eletrônicos: [tele@cantinhodaterra.com.br](mailto:tele@cantinhodaterra.com.br)  
[www.facebook.com/cantinhodaterra](http://www.facebook.com/cantinhodaterra)

Não use medicamentos sem o conhecimento do seu médico ou farmacêutico.