

URTIGA

Nome científico: *Urtica dioica* L.
Sinonímia científica: *Urtica galiopsifolia* Wierzb. Ex Opiz.

Nome popular: Urtiga, urtiga-vermelha, urtigão, urtiga mansa, urtiga maior.

Família: Urticaceae.

Parte Utilizada: Casca e lenho.

Composição Química: Extrato padronizado em 0,8% beta sitosterol. Flavonóides, caroteno, sais minerais (potássio, cálcio, ferro, enxofre, manganésio,



silício), ácidos orgânicos (cafeico, clorogênico, acético, fórmico e gálico), provitamina A, mucilagens, vitamina C, clorofila, tanino. Os tricomas (pêlos) têm: ácido fórmico, serotonina, histamina (mais de 1%) e acetilcolina (de 0,2-1%). Estes compostos encontram-se principalmente na base dos pelos, e quando estes penetram no interior da epiderme, libertam um suco que contém estes compostos. As raízes são compostas por: taninos, linhanos, fitosteróis, ceramidas, polifenóis, polissacáridos, sais minerais, lectinas.

Subarbusto ereto, perene, de 40-120 cm de altura, nativo da Europa e subespontânea ou cultivada principalmente nas regiões Sul e Sudeste do Brasil. Folhas inteiras, discoloradas, de 7-15 cm de comprimento. Flores pequenas de cor branca ou amarelada. O pecíolo das folhas e ramos possuem pelos e cerdas com forte ação urticante, causadas pela presença de ácido fórmico e aminas. O fruto é um aquênio com uma única semente.

Indicações e Ação Farmacológica

Urtica dioica transformou-se em uma fonte da medicina popular para o tratamento de muitas doenças, dentre as principais indicações de uso para diabetes e para reumatismo. Vários ensaios pré-clínicos confirmam seu uso tradicional no tratamento e/ou na prevenção da doença cardiovascular.

Suas flores e folhas são utilizadas como antitussígeno. O chá de suas folhas e ramos é usado para estancar sangramentos. O consumo das folhas é indicado para dieta alimentar destinada a perda de peso. Esta planta tem sido uma alternativa natural e segura ao tratamento de rinite alérgica crônica. Possui também propriedades antirreumática, antisséptica, bactericida, adstringente, como diurético-depurativo, estimulante circulatório, antianêmico, emenagogo, afrodisíaco, hemostático, estomáquico, vasodilatador e vermífugo. É citado também o uso do extrato aquoso da planta inteira como estimulante capilar.

É utilizada como coadjuvante no tratamento prolongado da hiperplasia prostática benigna.

Toxicidade/Contraindicações

Contraindicado para gestantes, pacientes com pressão baixa e portadores de edema causado por problemas cardíacos ou renais.

Dosagem e Modo de Usar

- Infusão: 2 g de erva seca (1 colher de sopa) em infusão até três vezes ao dia.
- Extrato seco: 300 a 600 mg ao dia.
- Extrato seco (0,8%): 100 a 250 mg, duas vezes ao dia.
- Pó: 2 g tomadas duas a três vezes ao dia.

Referências Bibliográficas

ÁVILA, L. C. Índice terapêutico fitoterápico – ITF. 2 ed. Petrópolis, RJ, 2013

LIMA, Naiana GPB, et al. Urtica dioica: uma revisão dos estudos das suas propriedades farmacológicas. Rev. Bras. Farm., 89(3): 199-206, 2008.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas cultivadas. 2 ed. Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum, 2008.