

# GROSELHA NEGRA

## RIBES NIGRUM

O *Ribes nigrum* L. é uma espécie nativa da Europa e Ásia, origina frutos escuros e arredondados conhecidos como cassis ou groselha negra. Esses frutos são amplamente consumidos e utilizados em sucos, geleias, licor, creme de papaia, sorvetes, entre outros. Trata-se de uma espécie rica em flavonoides, entre eles se destaca a antocianina, com poderosas propriedades antioxidantes.



### Indicações e Ação Farmacológica

Conhecida como blackcurrant por conter elevada quantidade de compostos fenólicos, principalmente antocianinas no qual é padronizado o extrato de groselha negra, é por muitas vezes chamado de "superfruta" devido a séries de benefícios para a saúde atribuída ao seu potencial antioxidante, e apresenta atividades anti-inflamatórias, neuroprotetoras.

#### **Atividade antioxidante:**

A propriedade antioxidante é a atividade mais importante e potente das antocianidinas. Estudos comprovam sua capacidade de oferecer proteção contra patologias envolvidas com o estresse oxidativo, como a doença de Alzheimer. A ação antioxidante das antocianinas demonstrou ser crucial na prevenção do câncer, de doenças cardiovasculares e neurodegenerativas. Sua ação consiste em diminuir a formação de espécies reativas de oxigênio, responsáveis pela oxidação do organismo que são prejudiciais às células humanas.

#### **Atividade anti-inflamatória:**

A groselha negra também apresenta propriedades anti-inflamatórias, justificadas pela presença de flavonoides. Essas substâncias modulam a resposta inflamatória do organismo humano através da diminuição na produção dos mediadores inflamatórios, como o TNF $\alpha$  e a IL-6.

#### **Vasos sanguíneos:**

As antocianinas proporcionam uma ação vasoprotetora devido à redução da permeabilidade juntamente com o aumento da resistência capilar e da microcirculação periférica.

#### **Função visual:**

Estudos em animais comprovaram o efeito das antocianinas como relaxante dos músculos lisos dos cílios, melhorando sua função visual.

#### **Herpes-vírus:**

O extrato de groselhas negras apresentou atividades antivirais do vírus da influenza e do

herpes-vírus. Sua ação parece consistir na inibição da fixação do vírus na membrana celular e a replicação do mesmo.

### Toxicidade/Contraindicações

Pacientes com distúrbios hemorrágicos ou em tratamento com medicamentos anticoagulantes não devem administrar doses diárias acima de 100 mg.

### Dosagem e Modo de Usar

- Extrato seco padronizado em 40%: 40 a 1100mg dia

### Referências Bibliográficas

ALONSO, J. Tratado de fitofármacos y nutracéuticos. 1º Ed. Rosario: Corpus, 2004.

KARJALAINEN, R. et al. "A review on bioactive compounds in black currants (*Ribes nigrum* L.) and their potential health-promoting properties." International Symposium on Biotechnology of Fruit Species, 2008.

SUZUTANI, T. et al. "Anti-herpesvirus activity of an extract of *Ribes nigrum* L." Phytotherapy research 17.6: 609-613. 2013.

TABART, J. et al. "Antioxidant and anti-inflammatory activities of *Ribes nigrum* extracts." Food Chemistry 131.4: 1116-1122. 2012.