

FITOTERAPIA

TANACETO - *Tanacetum parthenium* L. (*Chrysanthemum parthenium* L.)



Aspectos botânicos: Planta herbácea perene, da família das *Asteráceas* (*compostas*), apresenta um talo piloso ereto, com altura entre 30 e 80 cm; folhas pecioladas, verde-amareladas, alternadas, com 3 a 7 pares de segmentos e inciso denteado; flores em grupos de até 30, linguadas, com um forte aroma ácido, e que aparecem durante o verão.

Natural da região dos Balcãs (Grécia, Albânia e antiga Yugoslávia), espalhada por praticamente toda a Europa, Austrália e América do Norte. No nordeste do Brasil, é cultivada como anual. O gênero *Tanacetum* compreende quase 70 espécies de plantas anuais e perenes, incluindo membros da família das margaridas.

As abelhas são repelidas pelo tanaceto, não se recomendando portanto seu cultivo junto com espécies que necessitem da polinização apícola;

Nomes comuns: *Tanaceto, crisântemo de jardim, matricaria, matricária vulgar, matricária comum, artemísia dos prados, rainha das ervas, amargosa, margaza, feverfew* (Ingl), *tannaise commune* (França);

Histórico: O Tanaceto fez parte de rituais para celebração da Páscoa no Reino Unido, como erva purificadora depois do jejum da quaresma, assim como símbolo das ervas amargas da Páscoa dos Hebreus. O nome *Tanacetum* deriva do grego *athanasia*, que significa imortalidade, em alusão a duração das flores desta espécie. O termo *parthenium* vem da alusão do historiador grego Plutarco, que relatou que um dos construtores do Parténon, curou-se de uma intensa cefaléia com esta espécie.

Antigamente foi muito empregado para tratar a febre, assim como processos reumáticos, cólicas menstruais, epigastralgias, tonturas e picadas de insetos.

Em 1655 John Goodyear realizou a primeira tradução do livro de Dioscórides, escrito no século I na Grécia, onde o Tanaceto era mencionado por sua utilidade em casos de melancolia e dores de cabeça.

No século XIX, seu emprego foi aconselhado por médicos Americanos para promover a menstruação e tratar os sintomas psíquicos da TPM. A partir de 1980, diversos estudos sobre seu mecanismo de ação foram publicados em diversas revistas médicas de respeito, como “*The Lancet*” e “*British Medical Journal*”;

Usos terapêuticos: Especialmente indicado em casos de **enxaqueca**, como preventivo nas inter-crisis, reduzindo a frequência e a intensidade das mesmas, melhorando inclusive os sintomas neurovegetativos, como náuseas, vômitos, tonturas, etc, através de vários mecanismos de atividade (espasmolítica, serotoninérgica, inibidora da agregação plaquetária), atuando ainda como anti-hipertensivo, anti-espasmódico, sedativo leve, aperitivo e eufético;

Princípios ativos: Óleos essenciais (0,2 a 0,75%), responsáveis pelo seu forte aroma (alfa-pineno, ácido cóstico, alcanfor, tuiona, canfeno, beta-farnesina); Lactonas sesquiterpênicas {(crisantemonina, partenólídeo e derivados, como hidróxi-partenólídeo, artemorina, canina, santamarina (balcanina)}; Ácidos fenólicos, flavonóides, princípios amargos, fitosterina, ácido tânico, ácido antêmico e derivados acetilênicos na raiz;

Partes utilizadas: Partes aéreas em flor;

Formas de uso e dosagem: Infusão da planta fresca a 2% - 2 a 3 xícaras/dia (sabor desagradável e picante);

Extrato seco padronizado com o mínimo de 0,1 a 0,2% de partenólidos : 200-500 mg até 3X/dia;

Tempo de uso: Permite o uso prolongado desde que de forma descontínua, pois não pode ser considerada totalmente isenta de efeitos colaterais à longo prazo;

Efeitos colaterais: Dermatites de contato, dor abdominal e úlceras de mucosa oral, com o uso da planta fresca. Tonturas e epigastralgia. Evitar o uso do óleo essencial puro, pela presença de tuionas. Doses muito elevadas e por tempo prolongado podem levar a convulsões;

Contra-indicações: Gestação e lactação. Crianças menores de 02 anos. Pacientes em uso de anti-coagulantes. Pacientes alérgicos a plantas da família das *compositas*.

Lembramos, que as informações aqui contidas, terão apenas finalidade informativa, não devendo ser usadas para diagnosticar, tratar ou prevenir qualquer doença, e muito menos substituir os cuidados médicos adequados.

Fontes principais de consulta:

“TRATADO DE FITOMEDICINA – bases clínicas e farmacológicas” Dr. Jorge R. Alonso – editora Isis . 1998 – Buenos Aires – Argentina.

“FITOTERAPIA MAGISTRAL” – Um guia prático para a manipulação de fitoterápicos – PUBLICAÇÕES ANFARMAG. 2005– São Paulo - Brasil