



Nome científico: *Oenothera biennis*

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

Família: Onagraceae.

Parte Utilizada: Semente

Composição Química:

Ácido Palmítico C16:0	5 – 7%
Ácido Esteárico C18:0	1 – 3%
Ácido Oléico C18:1	6 – 10%
Ácido Linoléico C18: 2	68 – 76%
Ácido Gama Linolênico C18: 3	10% mínimo

Formula molecular: N/A

Peso molecular: N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

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 vasos-dilatadores. 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.