



Nome científico: *Mentha piperita* L.

Sinonímia Científica: *Mentha balsamica* Willd.; *Mentha glabrata* Vahl.; *Mentha hircina* Hull.; *Mentha hispidula* Poepp.; *Mentha kahirina* Forsk.; *Mentha napolitana* Tenore; *Mentha odora* Salisb.; *Mentha officinalis* Hull.; *Mentha pimentum* Nees.; *Mentha piperata* Stokes; *Mentha tenuis* Frank.

Nome popular: Hortelã, Hortelã Pimenta, Menta Inglesa e Sândalo, em português; Minze, Pfeffermuenze e Pfefferminze, na Alemanha; Pebermynte, na Dinamarca; Hierbabuena, Hierbabuena de Olor, Menta, Menta Inglesa, Menta Pimentada, Menta Piperita e Yerbabuena, em espanhol; Menthe, Menthe Anglaise e Menthe Poivrée, na França; Peperminte, na Holanda; Mint, Mitcham, Peppermint, Peppermut-Caw Flower e Spearmint, em inglês; Menta, Menta Piperita, na Itália; Pepparmynta, na Suécia.

Família: Lamiaceae (Labiatae).

Parte Utilizada: Folha.

Composição Química: Óleo Essencial (1-4%): mentol (33-55%), acetato de mentilo (10-20%), mentona (9-31%) e em menor escala felandreno, limoneno (3-7%), pineno, piperitona, pulegona (0,5-4%), cineol (5-18%), viridoflorol, mentofurano, isomentona, sabineno, ésteres de mentol (valerianato, isovalerianato e acetato); Taninos (entre 6 e 12%); Flavonóides (12%): apigenol, luteolol, mensídeo e rutina; Triterpenos: ácido ursólico e ácido oleanólico; Princípios Amargos; Ácidos Fenólicos; Ácido Rosmarínico.

Formula molecular: N/A **Peso molecular:** N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

Seu nome botânico *Mentha* deriva de *Mintha*, nome dado à ninfa que a deusa grega Perséfone, por ciúmes, transformou em planta e *piperita* = pimenta, relacionado ao sabor apimentado desta espécie.



A Pharmacopeia dos Estados Unidos do Brasil 1ª Edição (1926) descreve as folhas e sumidades floridas que constituem a droga vegetal: “A hortelã pimenta é uma planta herbácea de caule quadrangular, ramoso, de 1 a 2 mm de diâmetro, com folhas pecioladas, ovais oblongas ou oblongo-lanceoladas, acuminadas, desigualmente serradas, de 5 a 9 cm de comprimento, de cor verde clara a pardo-purpúrea, quase glabras na página superior e pubescentes na inferior, principalmente sobre as nervuras; os pecíolos são levemente pubescentes e medem de 5 a 15 mm de comprimento.

Indicações e Ação Farmacológica

Esta espécie é indicada nas afecções gastrintestinais: inapetência, dispepsias hiposecretoras, flatulências, enterites, síndrome do cólon irritável, coleocistites, disquinesias hepatobiliares e vômitos; nas enxaquecas; nas dismenorréias; na fadiga e na sinusite. Tópicamente é aplicada sobre as inflamações osteoauriculares, nas dores de dente, na urticária, nos eczemas, nas dermatomicoses, nas gripes e resfriados, na bronquite, rinite, sinusite e asma. Em Homeopatia é utilizada na tosse seca, cólica hepática e externamente no tratamento de prurido vaginal.

O mentol é o principal componente do óleo essencial responsável pelo agradável aroma e pela ação terapêutica. Tanto o óleo essencial como os flavonóides são os responsáveis pelos efeitos antiespasmódico, colerético, colagogo, antiflatulento, antipruriginoso, antiemético e analgésico das mucosas proporcionados por esta espécie, os quais foram demonstrados através de numerosos ensaios *in vitro* e *in vivo* (Kantarev N. e Peicev P., 1977; Harries N. et al., 1978; Rees W. et al., 1979; Leicester R. e Hunt R., 1982). O efeito analgésico ao nível intestinal promove uma ligeira anestesia da mucosa gástrica, condicionando indiretamente a um efeito anti-emético, útil nos casos de náuseas e vômitos. Um estudo feito na Alemanha envolvendo 45 pacientes que sofrem de dispepsia, 95% demonstraram sinais de melhora, tais como a eliminação de gases, de cólicas e náuseas, ingerindo cápsulas feitas de 90 mg de óleo essencial de Hortelã e 50 mg de óleo de Alacarávia (May B. et al., 1996). Externamente o óleo essencial de Hortelã esfregado sobre as têmporas, testa e pescoço tem tido resultado no alívio das dores de cabeça. Num experimento duplo-cego, feita por pesquisadores da



Universidade de Kiel, na Alemanha, em 32 sujeitos que sofrem de cefaléias tensionais, demonstraram que o óleo essencial de Hortelã atuava em um grau maior aliviando esta afecção, do que o mesmo óleo misturado com essência de Eucalipto ou extratos de Eucalipto (Gobel H. et al., 1994). Outros experimentos demonstraram que o princípio amargo existente promove efeito aperitivo e os ácidos fenólicos propriedades antiinflamatórias, anti-sépticas e anti-fúngicas (Musin M. et al., 1977). Os taninos da Hortelã proporcionam um efeito adstringente útil nos casos de diarréias. Alguns estudos demonstraram que a mistura de extratos vegetais ricos em óleos essenciais podem produzir um certo grau de anorexia útil no tratamento da obesidade, como é o caso da mistura de *Eucalyptus globolus*, *Rosmarinus officinalis* e *Mentha piperita* (Vidal Ortega C., 1995).

Toxicidade/Contraindicações

Em indivíduos sensíveis ao mentol podem aparecer insônia e irritabilidade nervosa. A introdução da essência por via inalatória pode promover depressão cardíaca, laringoespasmos e broncoespasmos, especialmente em crianças, devido a isso é desaconselhável o uso de unguentos mentolados ou preparados tópicos nasais a base de mentol. Da mesma forma a inalação do óleo essencial não deve ser feita durante longos períodos pois pode ocorrer irritação das mucosas (Gattuso P. et al., 1991).

Trabalhos experimentais feitos sobre os óleos essenciais, têm demonstrado que algumas das substâncias que são encontradas em alta quantidade (cetonas terpênicas e fenóis aromáticos), podem provocar toxicidade. No caso da Hortelã, deve-se salientar que a forma isolada da pulegona possui efeitos convulsivos e abortivos; o limoneno e o felandreno efeito irritativo sobre a pele e o mentol efeitos narcóticos, estupefascientes e em menor escala, irritativos dérmicos.

Dosagem e Modo de Usar

- **Infusão:** 1,5 - 3 gramas em 150 mL de água. Tomar três vezes ao dia;
- **Pó:** 1 a 2 gramas. Tomar três vezes ao dia;
- **Extrato Fluido:** (1:1): 15 a 30 gotas, três vezes ao dia;



- **Xarope:** (5% de Extrato Fluido): 20 a 100 gramas ao dia;
- **Homeopatia:** 3^a. Nas tosses, em geral a 30^a;
- **Extrato seco:** 750 mg até 3 vezes ao dia;
- **Tintura:** 15 gotas diluídas em água, até três vezes ao dia.

Referências Bibliográficas

ALONSO, J. R. **Tratado de Fitomedicina**. 1^a edição. Isis Editora. Buenos Aires 1998.

PR VADEMECUM DE PRECRIPCIÓN DE PLANTAS MEDICINALES. 3^aedição. 1998.

CORRÊA, M. P. **Dicionário das Plantas Úteis do Brasil**. IBDF. 1984.

Segredos e Virtudes das Plantas Mediciniais. Seleções do Reader's Digest. 1^a edição1983.

CAIRO, N. **Guia de Medicina Homeopática**. 1983.

SOARES, A. D. **Dicionário de Medicamentos Homeopáticos**. 1^a edição.

ALBINO, R. **Pharmacopéia dos Estados Unidos do Brasil**.