

## ROMÃ

**Nome científico:** *Punica granatum* Linn.

**Sinonímia Científica:** N/A

**Nome popular:** Romãzeiro, romãzeira, romã, romeira, granada, milagrada, milagreira, miligrã, Romeira-de-granada, miligrama.

**Família:** Punicaceae.

**Parte Utilizada:** Casca do fruto.

**Composição Química:** Alcaloides: pelieterina e isopelieterina; compostos fenólicos; antocianinas: delphinidina, cianidina e pelargonidina, quercetina, ácidos fenólicos: caféico, catequínico, clorogênico, orto e paracumárico, elágico, gálico e quínico e taninos punicalagina; vitamina B1, vitamina B2 e sais minerais.

**Formula molecular:** N/A

**Peso molecular:** N/A

**CAS:** N/A

**DCB:** N/A

**DCI:** N/A

A Romã é uma fruta vulgar no Mediterrâneo Oriental e Médio Oriente, onde é tomada como aperitivo e sobremesa ou é transformada numa bebida alcoólica. Nativa do Oeste da Ásia, mas aclimatada às restantes regiões desse continente, nas Américas e Leste da África é uma árvore perene de folhas ovadas e flores chamativas de cor vermelha com pétalas cerosas, que aparecem no verão. O Fruto é coberto por uma casca coriácea de cor castanho brilhante e contém suco carmesim em bolsas individuais, contendo cada, uma grande semente. O pericarpo e o líquido das sementes encerram propriedades adstringentes. A casca contém grande quantidade de taninos, grenadine, punicina e ácido gálico.

## Indicações e Ação Farmacológica

Possui efeito adstringente e antisséptico proporcionado pelos taninos gálicos, sendo, portanto, muito utilizado em produtos para o tratamento de acne e de seborreia, além de regular a oleosidade da pele e dos cabelos. Graças à presença de compostos fenólicos em sua composição, possui também comprovada ação antioxidante, apresentando elevada capacidade de inibir a oxidação nas fases inicial e mais avançada do processo oxidativo, agindo por mecanismos primários e secundários.

**Atividade antioxidante:** Trabalhos experimentais demonstraram que os compostos fenólicos da romã apresentaram influência sobre fatores biológicos, como a atenuação de fatores aterogênicos, modulação das respostas anti-inflamatórias e de enzimas do sistema de defesa antioxidante endógeno (superóxido dismutase, catalase e glutaciona peroxidase). Também os flavonóides extraídos do suco fermentado e do óleo da romã tiveram atividade inibitória das enzimas oxidantes ciclooxigenase e lipooxigenase.

Este ativo, já é utilizado há muito tempo em diversas patologias e recentemente, de acordo com estudos, a romã começou a ser utilizado como antioxidante. As propriedades deste ativo se devem à presença de taninos e flavonóides, em especial o ácido elágico, presente na casca, suco e semente e de ácido púnicico (óleo). Vários estudos mostram que a romã consegue neutralizar a ação danosa dos radicais livres produzidos pelas radiações UV, retardando o processo de envelhecimento da pele. Em conclusão, a ação antioxidante se dá por meio do combate ao ânion superóxido e radicais hidroxil e peroxil, possibilitando a romã um alto potencial antioxidante.

**Propriedades antimicrobianas:** Um estudo avaliou a atividade antimicrobiana do extrato de Romã em cinco linhagens bacterianas predominantes do biofilme (placa

bacteriana) dental: *Streptococcus mitis*, *Streptococcus mutans*, *Streptococcus sanguis*, *Streptococcus sobrinus* e *Lactobacillus casei*. Conclui-se que o extrato da *Punica granatum* Linn., apresentou atividade antimicrobiana *in vivo* e *in vitro* sobre as linhagens do biofilme dental. Pesquisadores analisaram extratos aquosos, alcoólicos e cetônicos das folhas e caule das plantas de várias famílias para avaliar as propriedades antibacterianas e verificaram que o extrato de *P.granatum* apresentou os melhores resultados, inibindo mais de 50% do crescimento bacteriano.

**Atividade hipoglicêmica:** Um estudo observou que o extrato etanólico do epicarpo da *P. granatum* age na inibição da absorção intestinal de glicose. A atividade hipoglicêmica observada não depende da liberação ou potencialização da insulina. O extrato interferiu na glicemia de ratos tratados com insulina e inibe a hiperglicemia em ratos tratados com aloxane.

### Toxicidade/Contraindicações

Estudiosos promoveram a administração oral sucessiva de altas doses de elagitanina punicalagina, um dos princípios ativo de romã, em ratos por 37 dias. Os resultados mostraram a ausência de efeitos tóxicos no período.

### Dosagem e Modo de Usar

#### Uso interno

- **Infusão (rasura):** 1 a 2 g para cada xícara de água;
- **Decocção (rasura):** 1 a 2 g para cada xícara de água;
- **Pó:** 750 a 1500mg ao dia;
- **Tintura:** 40 gotas duas vezes ao dia diluído em água;
- **Óleo:** 3 mL ao dia.

#### Vendas

(19) 3429 1199  
Estrada Vicente Bellini, 175

vendas@florien.com.br  
www.florien.com.br

### Uso externo

- **Decocção (rasura):** 1 a 2 g para cada xícara de água. Para ser aplicado como colutório, duchas vaginais, e sobre a pele.

### Referências Bibliográficas

BALMÉ, F.; **Plantas Mediciniais**. Ed. Helmus, 1994.

COIMBRA, R.; **Manual de Fitoterapia**. Ed. CEJUP, 1994.

CRAVO, A.B.; **Frutas e Ervas que Curam – Panacéia Vegetal**. Ed. Helmus, 1995.

**ENCYCLOPÉDIE DES PLANTES MÉDICINALES**. Ed. Larousse-Bordas, 1997.

MOREIRA, F.; **As Plantas que Curam**. Ed. Helmus, 1985

PEREIRA, J.V. **Estudos com o extrato da *Punica granatum* Linn. (Romã): efeito antimicrobiano *in vitro* e avaliação clínica de um dentifrício sobre microrganismos do biofilme dental**. Tese (Doutorado). Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa. 2002. 88 p.

JIMÉNEZ MISAS, C.A.; et al. **Biological evaluation of Cuban plants**. IV. Revista Cubana de Medicina Tropical, v.31, n.1, p.29-35, 1979.

WERKMAN, C; et al. **Aplicações terapêuticas da *Punica granatum* L. (romã)**. Rev. Bras. Pl. Med., Botucatu, v.10, n.3, p.104-111, 2008.