

Zingiber officinale: propriedades medicinais e seus usos tradicionais e contemporâneos na fitoterapia.

Maria Fernanda Dos Santos Lima¹, Aylla Vitória Vargas Moreira De Oliveira², Katiane Pereira Braga³

¹Estudante do Curso Técnico em Biotecnologia Integrado ao Ensino Médio – IFTO. e-mail: maria.lima35@estudante.ifto.edu.br

²Estudante do Curso em Biotecnologia Integrado ao Ensino Médio – IFTO. e-mail: aylla.oliveira@estudante.ifto.edu.br

³Docente do Ensino Básico Técnico e Tecnológico– IFTO. Katiane Pereira Braga. e-mail: Katiane Pereira Braga

1 INTRODUÇÃO

Desde a antiguidade, as plantas medicinais já eram utilizadas para a cura de inúmeras doenças, desse modo ao longo do tempo o interesse pelas plantas no tratamento e prevenção de doenças cresceu e com ele surgiu a fitoterapia. A fitoterapia consiste no conjunto das técnicas de utilização dos vegetais na prevenção, tratamento de doenças e na recuperação da saúde, desse modo, trata-se de um método terapêutico, fazendo parte dos recursos da medicina natural (Palharin et al; 2018).

Como parte desse universo de plantas o *Zingiber officinale*, também conhecido como gengibre além de ser uma especiaria tanto medicinal quanto gastronômica, o gengibre é uma planta rica em nutrientes e possui compostos bioativos poderosos para o corpo e para o cérebro. O gengibre (*Zingiber officinale Roscoe*) é uma planta herbácea de origem asiática que pode chegar a 1,50 m de altura, que possui. Possui caule articulado, rizoma horizontal, comprido lateralmente, com ramificações situadas no mesmo plano (Sousa; Proença e Cintra, 2023).

Introduzido no Brasil por volta de 1500, o gengibre é uma especiaria amplamente comercializada em função de seu emprego alimentar e industrial, especialmente como matéria-prima, e o uso dos rizomas para a obtenção de óleos essenciais, extratos e concentrados de gengibre tem despertado interesse da indústria farmacêutica e cosmética devido à presença dos constituintes químicos (Sacchetti, 2004).

Para além da culinária e da indústria, possui também diversas propriedades medicinais, que desde a antiguidade já eram exploradas para combater enfermidades, com eficácia comprovadas por pesquisas. No campo da fitoterapia, o gengibre é conhecido por suas propriedades farmacológicas e é amplamente comercializado em função do seu emprego na medicina popular (Rodrigues; Lira, 2013).

2 OBJETIVO

O objetivo deste trabalho é realizar uma análise teórica sobre propriedades medicinais do *Zingiber officinale* (gengibre), investigando seus usos tradicionais e contemporâneos na fitoterapia, com base em estudos científicos e literatura especializada, a fim de compreender sua eficácia terapêutica, aplicações mais comuns e relevância no contexto da medicina atual.

3 MATERIAL E MÉTODOS

O estudo caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica, utilizando uma metodologia de natureza qualitativa, com caráter descritivo, para verificar na literatura acadêmica as propriedades e utilização medicinais do *Zingiber Officinale Roscoe* (gingibre), na medicina tradicional e moderna, tendo como critério de inclusão o de conter discussões acerca das propriedades farmacológicas do gengibre, para tanto a busca concentrou-se no período de 2015 a 2025. As fontes utilizadas foram Google Acadêmico, SciELO e Periódicos CAPES, bem como em livros especializados, artigos de periódicos revisados por pares, dissertações e teses.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da análise consultadas, foi possível reunir e discutir informações relevantes sobre as propriedades medicinais do *Zingiber officinale*, bem como seus usos tradicionais e contemporâneos na fitoterapia, conforme descrito no quadro a seguir:

Resultados dos Artigos Relacionados a atividades terapêuticas do <i>Zingiber officinale</i> (Gengibre)			
Autores	Base de Dados	Periódico	Resultado
Soares de Sousa; Cintra e Proença (2023).	BVS (Biblioteca Virtual de Saúde), SCIELO	Saúde Meio Ambient., v.12, p.79-92, 2023	O gengibre apresenta propriedades medicinais, como ação anti-inflamatória, antioxidante, diurética e antimicrobiana; auxilia em problemas gastrointestinais, náuseas, vômitos e pode ter efeito quimiopreventivo contra câncer.
Cavalcanti et al (2021).	SciELO, ScienceDirect, EBSCO e PubMed	Research, Society and Development v. 10, n. 14, e598101422538, 2021	O gengibre mostrou-se uma alternativa eficaz e segura para gestantes no alívio de sintomas, com a pesquisa confirmando seu potencial como agente antiemético.

Medeiros <i>et al</i> (2022).	National Center for Biotechnology Information (NCBI) e a Literatura Latino - Americana e do Carie em Ciências da Saúde (LILACS)	Research, Society and Development, v.11, n.11, e 03111133226, 2022	Eficácia no combate à <i>Candida albicans</i> , agente causador da candidíase, indicando que sua ação antifúngica significativa, sendo uma alternativa terapêutica eficaz e com menos efeitos colaterais em comparação aos medicamentos sintéticos.
Sousa <i>et al</i> (2019).	Google Acadêmico, revistas científicas brasileiras e internacionais, dados de políticas do governo federal.	Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA 2019	O gengibre possui compostos ativos como gingerol e shogaol, responsáveis por propriedades farmacológicas, oferecendo potencial terapêutico para o tratamento e prevenção de diversas patologias, sendo um recurso valioso no uso de fitoterápicos no SUS.

Os estudos indicam que os compostos encontrados no gengibre são eficazes no alívio dos sintomas de doenças inflamatórias crônicas inflamatórias, devido sua ação anti-inflamatória, antitumoral, antioxidante, bactericida e antiviral . Além de sua atividade anti-inflamatória, o gengibre também apresenta propriedades carminativas, diaforéticas, antiespasmódicas, antieméticas, estimulantes da circulação periférica, estimulantes da digestão e hipoglicêmicas (Viera et al, 2014).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados mostram que o gengibre possui importantes propriedades terapêuticas, como ação anti-inflamatória, antioxidante, antimicrobiana, antifúngica e antitumoral. É eficaz no alívio de problemas gastrointestinais, no combate à candidíase e no controle do diabetes tipo 2. Seus compostos ativos oferecem potencial terapêutico com menos efeitos colaterais, sendo uma alternativa valiosa na fitoterapia.

6 AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Instituto Federal do Tocantins – Campus Araguaína, pelo suporte e incentivo à pesquisa; e à professora Katiane Braga, pela orientação e dedicação.

REFERÊNCIAS

CAVALCANTI, A. L. DE L.; NASCIMENTO, D. M. B. DO; VASCONCELOS, T. C. L. DE. O uso de fitoterápicos na gestação: Gengibre (*Zingiber Officinale*) e seus benefícios. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, p. e598101422538–e598101422538, 14 nov. 2021.

DE SOUZA, JP et al. BREVE RELATO SOBRE OS EFEITOS TERAPÊUTICOS DO GENGIBRE (*Zingiber officinale* Roscoe). **Revista Científica FAEMA** , v. 1, pág. 44–53, 2019.

MEDEIROS, J. L. DE et al. Ação antifúngica do extrato de gengibre (*Zingiber officinale* Roscoe) na infecção causada por *Candida albicans*. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 11, p. e03111133226, 13 ago. 2022.

PALHARIN, H. et al. Ano VII -Número 14 -Dezembro de 2008 -Periódicos Semestral ESTUDO SOBRE GENGIBRE NA MEDICINA POPULAR. (NOTA TÉCNICA) FIGUEIREDO NETO, RODRIGUES, M. L.; LIRA, R. K. Perfil fitoquímico e biológico do extrato hidroalcoólico dos rizomas de gengibre (*Zingiber officinale* Roscoe). **SaBios-Revista de Saúde e Biologia**, [S. l.], v. 8, n. 1, 2013.

SACCHETTI, G. et al. Comparative evaluation of 11 essential oils of different origin as functional antioxidants, antiradicals and antimicrobials in foods. **Food Chemistry**, v. 91, n. 4, p. 621–632, ago. 2004.

SOUSA, Lucia Soares de PROENÇA, Danilo Cintra. Os benefícios do gengibre (*Zingiber officinale*) para a saúde humana. *Saúde e meio ambiente: revista interdisciplinar*, [S. l.], v. 12, p. 79–92, 2023. **Eliseu Acadêmico de agronomia da FAEF**.

VIEIRA, N. A. et al. Efeito anti-inflamatório do gengibre é possível via de sinalização. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 35, n. 1, p. 149, 22 set. 2014.