



O uso do gengibre no período gestacional: efeitos antieméticos aliados no alívio da náusea

Jackeline Martins Eberhardt de Souza¹
Maria Theresa Scheffer Pereira da Silva²
Camilla Lazzaretti³

Introdução: O gengibre (*Zingiber officinale roscoe*) é um tubérculo originário da Ásia, e pertence à família *Zingiberaceae*. Os componentes fitoterápicos encontram-se no rizoma da planta, com propriedades antieméticas, antimicrobianas, anti-inflamatórias e antioxidantes. Seu consumo se dá de maneira seca ou fresca, na forma de infusões, xaropes, tinturas, óleos e extratos secos. Durante o início da gestação o enjôo com ou sem vômito é um dos sintomas mais comuns, normalmente em torno da 5^a e 6^a semana de gravidez. Neste período alguns medicamentos devem ser evitados por haver possibilidade de alcançar o feto, atravessando a barreira placentária. As alternativas fitoterápicas, para o alívio de náuseas e vômitos, mostram-se eficazes, entretanto devem seguir prescrições e orientações médicas. Com isso o gengibre acarreta um potencial efeito benéfico, pois não demonstra induzir má-formações fetais.

Objetivo: Investigar através de uma revisão narrativa da literatura, os efeitos antieméticos e a forma de uso do gengibre para gestantes.

Metodologia: Foram pesquisados estudos relacionados aos descritores: “Gengibre, gestante e náuseas”, e os mesmos em inglês, nas plataformas de busca: “SciELO, PubMed e BVS (lilacs)”. Foram inseridos 04 artigos publicados a partir de 2013.

Resultados: O princípio ativo do gengibre é o 6-gingerol, que atua na melhora dos sintomas eméticos. A ação farmacológica do 6-gingerol inibe os receptores de neurocinina-1, serotonina e dopamina da zona do vômito no tronco encefálico. Juntamente a isso, inibe a ativação de receptores 5-HT₃ do plexo nervoso entérico, apresentando bons resultados por acelerar o tempo de esvaziamento gástrico. A inalação do aroma do gengibre também traz benefícios, podendo reduzir náuseas, estimulando sensorialmente o corpo sem

¹ Graduada em Biomedicina – UNICNEC.

² Mestranda – PUCPR

³ Professora orientadora – UNICNEC

causar sonolência como os medicamentos tradicionais. Sua administração em cápsulas de 2 mg por via oral, diariamente, melhora os enjoos, e promove o apetite permitindo assim uma melhora na qualidade do período gestacional. O suplemento alimentar, (Antimetil®) sob a forma de comprimidos constituídos por extratos secos de gengibre verifica-se disponível no mercado para este uso. Estes comprimidos são padronizados a 10% de gingeróis, isto é, 50 mg de extrato padronizado equivale a 500 mg de pó de gengibre.

Considerações finais: O gengibre é capaz de auxiliar gestantes por meio da redução de náuseas e vômitos. Entretanto, mais estudos devem ser feitos, para aprimorar o conhecimento do tubérculo e a utilização dos compostos ativos de forma eficaz com a finalidade de definir doses e formas de administração.

Palavras-chave: Gengibre. Gestante. Náuseas.