

Mostra Científica da Farmácia

PANAX GINSENG: DESEMPENHO FÍSICO E MENTAL

Débora Marques de Lima¹; Lara Cristhian Bezerra¹; Viviane Rodrigues Araújo¹; Viviane Amaral do Nascimento¹; Cinara Vidal Pessoa²

¹Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá

²Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá

A utilização da Fitoterapia vem desde épocas imemoriais, considerando-se uma área de grande relevância no que se refere a aspectos culturais e medicinais. Atualmente, a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece a importância de fitoterápicos como o ginseng (*Panax ginseng*), planta herbácea muito usada nos países da Ásia, sendo uma alternativa viável e relevante aos tratamentos medicamentosos tradicionais de várias doenças microcirculatórias, vasculares cerebrais atuando principalmente na prevenção das mesmas. A pesquisa teve como objetivo revisar na literatura científica a ação terapêutica do ginseng (*Panax ginseng*) na melhora do desempenho físico e mental. Para a realização do estudo foi realizada uma revisão de artigos em bases de dados Google Acadêmico, Scintific Electronic Library Online (SciELO), LILACS. Foram analisados nove artigos em português publicados entre os anos de 2003 e 2009, sendo que três foram utilizados para compor a base de resultados do resumo. Foram excluídas publicações em outros anos e que não representavam a temática do estudo. Para a busca dos artigos foram utilizadas palavras-chave em português selecionadas mediante consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): *Panax ginseng*, resistência física, desempenho mental. Os resultados mostram que o *Panax ginseng* tem como principal componente ativo responsável pela ação terapêutica, saponinas, designadas por ginsenosídeos, que consistem num tipo de glicosídeo constituído pela sapogenina triterpênica, à qual se liga um ou mais monossacarídeos (oses); o mesmo confere a resistência física, pois elimina os radicais livres de oxigênio e ácidos graxos insaturados responsáveis pela desestabilização da membrana celular através da peroxidação lipídica, que aumentam durante o exercício físico. O *Panax ginseng* é capaz de provocar efeitos benéficos no SNC, pela melhora na aquisição de aprendizado e na consolidação de memória, ansiedade, depressão em alguns modelos experimentais e também, diminuição da morte neural associada a processos isquêmicos e a toxicidade provocada por glutamato, isto acontece, pois os ginsenosídeos são capazes de inibir a ação do glutamato mediada por receptores N-metil-D-aspartato (NMDA). Estudos sugerem para a proteção neural e atividade ansiolítica, que os mesmos possam inibir a recaptação de dopamina em sinaptossomas em ratos e é provável que o complexo receptor GABA-benzodiazepínico esteja relacionado com a atividade ansiolítica. Todas as partes da planta contêm compostos farmacologicamente ativos, apesar de estarem mais concentrados na raiz da planta. Diante disso, apesar de existirem vários estudos ainda se sabe pouco sobre as propriedades medicinais e o mecanismo de ação pelo qual os ginsenosídeos atuam e que os efeitos benéficos físicos e mentais do seu uso foram melhores observados quando já existe um déficit inicial principalmente em idosos e pessoas que estão em recuperação de doenças.

Palavras-chave: *Panax ginseng*. Resistência física. Desempenho mental.