

DOI: 10.35621/23587490.v11.n1.p820-837

POTENCIAIS TERAPÊUTICOS DO AÇAFRÃO DA TERRA (*CURCUMA LONGA L.*) E SEUS EFEITOS NA SUPLEMENTAÇÃO

THERAPEUTIC POTENTIALS OF TURMERIC (*CURCUMA LONGA L.*) AND ITS EFFECTS IN SUPPLEMENTATION

Ana Luíza de Sá Cavalcante¹
Ana Emília Formiga Marques²
Diego Igor Alves Fernandes de Araújo³
Lázaro Robson de Araújo Brito Pereira⁴

RESUMO: INTRODUÇÃO: A utilização das plantas tradicionalmente empregadas com fins medicinais remonta aos tempos antigos, permeando diversas civilizações, transcendendo fronteiras culturais e temporais ao longo da história, assim tornando-se uma prática universal. Nesse sentido, encontra-se a cúrcuma, planta pertencente à família Zingiberaceae, cujo denominação científica é *Curcuma longa L.* Popularmente conhecida como açafrão da terra e reconhecida por suas propriedades terapêuticas, é uma planta rica em compostos bioativos, como os curcuminóides, os quais apresentam atividades antioxidantes e anti-inflamatórias. Ademais, é observado seu uso tanto na culinária, como no tratamento de diversas condições clínicas, incluindo problemas hepáticos, dermatológicos e do sistema nervoso central. **OBJETIVO:** Evidenciar os potenciais terapêuticos da *Curcuma longa*. **METODOLOGIA:** O presente estudo trata de uma revisão sistemática da literatura, cujas bases de dados utilizadas foram: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Nacional em Saúde (BVS), U.S National Library of Medicine (PubMed) e Brazilian Journal of Development (BJD). Por conseguinte, os termos “Plantas medicinais (Plants Medicinal)”, “Uso terapêutico (Therapeutic uses)”, “*Curcuma* (*Curcuma*)”, “*Curcumina* (*Curcumin*)” e “Suplementação nutricional (Dietary Supplements)” foram combinados entre si com o auxílio do operador booleano “AND”, escrito nos idiomas português, inglês e espanhol, compreendendo artigos dos últimos

¹ Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM), e-mail: analuizasacavalcante@gmail.com.

² Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria UNIFSM, e-mail: anaemiliaformiga@hotmail.com.

³ Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM), e-mail: 000831@fsmead.com.br.

⁴ Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM), e-mail: lazarorobson@gmail.com.

cinco anos (2019-2024). Além do mais, foram utilizados critérios de exclusão, tais como os estudos não pertinentes ao tema, aqueles em formato de editoriais, relato de caso, monografias, teses e publicações duplicadas nas bases de dados.

RESULTADOS: A *Curcuma longa* está comumente associada a práticas de saúde tanto tradicionais quanto modernas, sendo amplamente utilizada como suplemento nutricional e em tratamentos terapêuticos, destacando-se por suas propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes, com benefícios observados em condições inflamatórias e metabólicas. Encontrada em várias formas, como cápsulas e pós, a curcumina, seu principal composto ativo, enfrenta desafios relacionados à baixa biodisponibilidade, exigindo soluções para melhorar sua absorção. Além disso, a padronização das doses em suplementos varia, e faltam estudos clínicos em larga escala que confirmem seus efeitos a longo prazo e possíveis interações com medicamentos. Desse modo, o presente estudo justificou-se pela relevância acadêmica, vez que possibilita a apresentação das possíveis utilizações do açafrão na promoção da saúde e no tratamento de doenças, fornecendo subsídios para práticas clínicas baseadas em evidências e para o desenvolvimento de novas abordagens terapêuticas.

Palavras-chave: Plantas medicinais. Uso terapêutico. *Curcuma*. Curcumina. Suplementação nutricional.

ABSTRACT: INTRODUCTION: The use of plants traditionally employed for medicinal purposes dates back to ancient times, permeating various civilizations, transcending cultural and temporal boundaries throughout history, thus becoming a universal practice. In this sense, we find turmeric, a plant belonging to the Zingiberaceae family, whose scientific name is *Curcuma longa* L. Popularly known as saffron and recognized for its therapeutic properties, it is a plant rich in bioactive compounds, such as curcuminoids, which have antioxidant and anti-inflammatory activities. Furthermore, its use is observed both in cooking and in the treatment of various clinical conditions, including liver, dermatological and central nervous system problems. **OBJECTIVE:** To highlight the therapeutic potential of *Curcuma longa*. **METHODOLOGY:** This study is a systematic review of the literature, whose databases used were: Scientific Electronic Library Online (SciELO), National Health Library (BVS), U.S National Library of Medicine (PubMed) and Brazilian Journal of Development (BJD). Therefore, the terms “*Plantas medicinais (Plants, Medicinal)*”, “*Uso terapêutico (Therapeutic uses)*”, “*Curcuma (Curcuma)*”, “*Curcumina (Curcumin)*” and “*Suplementação diário (Dietary Supplements)*” were combined with the help of the Boolean operator “AND”, written in Portuguese, English and Spanish, comprising articles from the last five years (2019-2024). Furthermore, exclusion criteria were used, such as studies not pertinent to the topic, those in the format of editorials, case reports, monographs, theses and duplicate publications in the databases. **RESULTS:** *Curcuma longa* is commonly associated with both traditional and modern health practices, being widely used as a nutritional supplement and in therapeutic treatments, standing out for its anti-inflammatory and antioxidant properties, with benefits observed in inflammatory and metabolic conditions. Found in various forms, such as capsules and powders, curcumin, its main active compound, faces challenges related to low bioavailability, requiring solutions to improve its absorption. In addition, the standardization of doses in supplements varies and there is a lack of large-scale clinical studies to confirm its long-term effects and

possible interactions with medications. Thus, the present study was justified by its academic relevance, since it allows the presentation of the possible uses of turmeric in promoting health and treating diseases, providing support for evidence-based clinical practices and for the development of new therapeutic approaches.

Keywords: Medicinal plants. Therapeutic use. Turmeric. Curcumin. Nutritional supplementation.