

TRIBULLUS TERRESTRIS

Nome científico: *Puncturevine caltrop fruit P.E*

Nome popular: Tribulo

Parte utilizada: erva inteira

Marcador: saponinas esteroidais

Descrição

É uma planta herbácea rasteira, pertencente à família das Zigofiláceas, caracterizada por apresentar abundante quantidade de espinhos e frutos arredondados também espinhosos. É oriundo da Europa, todavia atualmente é encontrada em quase todas as regiões do mundo.

Padronização

O extrato seco de **Tribulus terrestris** é padronizado geralmente em 40% de saponinas esteroidais.

Composição química

O extrato seco de **Tribulus terrestris** é obtido dos frutos dessa planta, que têm como principais ativos saponósidos esteróidicos (diosgenina, gitogenina, clorogenina, ruscogenina). É rico também em flavonóides, alcalóides, ácidos graxos essenciais, cálcio, fósforo, ferro, potássio, nitratos, taninos, açúcares redutores, diastase, flobafeno.

Ações farmacológicas, propriedades e indicações

- Cardiotônica₁
- Orexígena (estimulante do apetite)₁
- Emenagoga (incrementa o fluxo menstrual)₁
- Antiemagosa₁
- Tratamento da ejaculação precoce
- Tratamento da sintomatologia do climatério
- Aumento da libido em homens e mulheres*
- Aumento da performance nos esportes**
- Prevenção da urolitíase _{4,5}
- Reduz do colesterol ₆
- Tratamento da angina pectoris₇

* O extrato seco de **Tribulus terrestris** contém fitohormônios, influenciando no aumento da libido, frequência e força das ereções em homens bem como na diminuição dos sintomas de frigidez sexual feminina₁.

** Um estudo bulgariano de qualidade científica questionável, concluiu que o **Tribulus** aumentaria a performance nos esportes. Este estudo também afirma que o **Tribulus** aumentaria os vários hormônios esteroidais, mas isto não tem sido confirmado. _{2,3}

Dose usual

Extrato seco padronizado em 40% de saponinas: 85 a 250mg 3x ao dia, administrado nas refeições. Não é necessário fator de correção para essa concentração.

Contra-indicações (teóricas)

Existe a possibilidade do **Tribulus terrestris** potencializar os efeitos de medicações esteroidais.

Interações medicamentosas

- Agentes esteroidais,
- Estrógenos,
- Contraceptivos orais,
- Terapia de reposição hormonal,
- Androgênios.

Segurança na lactação e na gravidez



Devido aos supostos efeitos hormonais do **Tribulus**, mulheres grávidas e lactantes não devem fazer uso deste fitoterápico.

Exemplo de formulação

Cápsulas com Tribulus Terrestris

Tribulus terrestris ext. seco	85 a 250mg
Excipiente qsp	1 cápsula
Mande... cápsulas	

Posologia: 1 a 3 cápsulas ao dia.

Referências Bibliográficas

1. ALONSO, Jorge R. Tratado de Fitomedicina. 1º ed. Buenos Aires: Isis Ediciones, 1998.
2. Kumanov F, Bozadzhieva E, Andreeva M, et al. Clinical trial of the drug "Tribestan". Savr.Med. 1982;4:211-215.
3. Zarkova, S. Tribestan: Experimental and Clinical Investigations. Sofia, Bulgaria: Chemical Pharmaceutical Research Institute; 1983.
4. Anand R, Patnaik GK, Kulshreshtha DK, et al. Activity of certain fractions of Tribulus terrestris fruits against experimentally induced urolithiasis in rats. Indian J Exp Biol, 1994;32:548-552.
5. Sangeeta D, Sidhu H, Thind SK, et al. Effect of Tribulus terrestris on oxalate metabolism in rats, J Ethnopharmacol. 199; 44:61-66.
6. Li M, Qu W, Chu S, et al. Effect of decoction of Tribulus terrestris on mice gluconeogenesis, Zhong Yao Cai. 2001;24:586-588.
7. Wang B, Ma L, Liu T. 406 cases of angina pectoris in coronary heart disease treated with saponin of tribulus terrestris. Chung His I Chieh Ho Tsa Chib. 1990;10(2):85-87.
8. LaValle, J.B. et al. Natural Therapeutics Pocket Guide. Ed 2000-2001. Hudson: Apha, 2000.