

# REVISTA TÓPICOS

---

## AS PLANTAS MEDICINAIS SAW PALMETO, URTIGA E PYGEUM NO MANEJO DA HIPERPLASIA BENIGNA DA PRÓSTATA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

DOI: 10.5281/zenodo.11399679

Viviannie Amélia de Aquino Cardoso<sup>1</sup>

### RESUMO

A Hiperplasia Benigna da Próstata é uma condição prevalente em homens idosos, impactando significativamente a qualidade de vida. O interesse crescente em abordagens terapêuticas alternativas motiva a investigação sobre o potencial dessas plantas medicinais, amplamente utilizadas tradicionalmente.

Palavras-chave: Homens. HPB. Pygeum. Saw Palmetto. Urtiga.

### ABSTRACT

Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) is a prevalent condition in elderly men, significantly impacting their quality of life. The growing interest in alternative therapeutic approaches motivates the investigation of the potential of these medicinal plants, widely used traditionally.

Keywords: Men. BPH. Pygeum. Saw Palmetto. Urtiga.

**REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672**

# REVISTA TÓPICOS

---

## INTRODUÇÃO

A hiperplasia benigna da próstata (HBP) é uma condição comum em homens idosos, caracterizada pelo aumento não cancerígeno da glândula prostática, do tamanho da próstata, resultando em sintomas do trato urinário inferior e levando a sintomas urinários que impactam significativamente na qualidade de vida.

O tratamento convencional muitas vezes envolve medicamentos farmacêuticos, mas há um crescente interesse em terapias alternativas como nas propriedades terapêuticas de plantas medicinais; Atualmente, várias plantas medicinais como (Serenoa repens), Urtiga (Urtica dioica) e Pygeum (Pygeum africanum), têm sido investigadas por seus potenciais efeitos na redução da hiperplasia prostática e sua menor incidência de efeitos colaterais, apresentando uma alternativa promissora ou complementar aos tratamentos convencionais.

A Hiperplasia Benigna da Próstata (HBP) é uma condição prevalente em homens idosos, caracterizada pelo aumento não cancerígeno da próstata. Este distúrbio afeta significativamente a qualidade de vida, causando sintomas como hesitação urinária, jato urinário fraco e frequência aumentada de micção. Atualmente, o tratamento convencional envolve o uso de medicamentos prescritos, mas as preocupações relacionadas a efeitos colaterais e a busca por abordagens terapêuticas alternativas e complementares levaram ao interesse crescente no uso de plantas medicinais, em particular o Saw Palmetto, Urtiga e Pygeum.

**REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672**

# REVISTA TÓPICOS

---

Este estudo do tipo sistemático que combina a abordagem qualitativa visou realizar uma revisão abrangente da literatura científica para identificar estudos que investigaram o uso de Saw Palmeto, Urtiga e Pygeum no manejo terapêutico da HBP.

## DESENVOLVIMENTO

A hiperplasia benigna da próstata representa uma preocupação global devido à sua incidência considerável e às complicações associadas, as quais tendem a aumentar com o envelhecimento masculino, como afirma Bardan et al (2014). Essa condição patológica, embora tenha uma baixa taxa de mortalidade, apresenta alta morbidade, sendo reconhecida como um problema de saúde pública devido ao impacto significativo na qualidade de vida e bem-estar dos homens, de acordo com Srougi et al (2008). Embora a terapia atual tenha um impacto positivo na melhoria dos sintomas e na qualidade de vida, o uso prolongado de medicamentos pode acarretar efeitos adversos graves e comorbidades.

As enfermidades relacionadas à próstata fazem parte de um grupo específico de condições que afetam os homens, apresentando uma taxa de mortalidade significativa, relata Marberger (2013). A prevenção dessas condições pode ser alcançada por meio de uma disseminação mais eficaz e abrangente de informações, especialmente direcionadas aos homens.

O manejo da HBP depende da pontuação obtida no International Prostate Symptom Score (IPSS), um questionário utilizado para avaliar a intensidade dos sintomas relacionados à obstrução urinária afirma Suaid et

# REVISTA TÓPICOS

---

al (2000) e . Atualmente, há várias alternativas terapêuticas disponíveis, que abrangem desde opções medicamentosas até procedimentos cirúrgicos, como a ressecção transuretral da próstata (RTUP) e intervenções minimamente invasivas.

Nos últimos anos, surgiram abordagens inovadoras no tratamento da hiperplasia benigna da próstata (HBP). O avanço de novas opções terapêuticas farmacológicas e a incorporação de fitoterápicos têm transformado significativamente a abordagem no tratamento da HBP, diminuindo a importância da cirurgia para um papel secundário.

A fitoterapia envolve a utilização terapêutica de extratos de diversas plantas, mostrando-se benéfica para pacientes com sintomas leves ou moderados, os fitoterápicos estão ganhando crescente aceitação global, a frequência de enfermidades prostáticas está em constante elevação, e os efeitos já comprovados das plantas medicinais oferecem alívio, sendo equiparáveis às abordagens convencionais de tratamento, como afirma Allkanjari et al (2015).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

As plantas medicinais Saw Palmetto, Urtiga e Pygeum possuem propriedades terapêuticas que contribuem significativamente para o manejo da Hiperplasia Benigna da Próstata (HBP). Esta análise foi fundamentada por uma série de fatores:

# REVISTA TÓPICOS

---

**Histórico de Uso Tradicional:** As três plantas medicinais em questão, Saw Palmetto, Urtiga e Pygeum, têm uma longa história de uso tradicional em diversas culturas para tratar condições relacionadas à próstata afirmam Nunes et al (2017). e esse histórico sugere a presença de compostos bioativos que podem ser eficazes no manejo da HBP.

**Compostos Ativos Identificados:** Estudos prévios indicam que essas plantas contêm compostos bioativos, como fitoesteróis, lignanas, e outros componentes, afirmam Wilt et al (1998); Yez et al (2019) e Gerber et al (2001) que o Saw Palmetto é rico em fitoesteróis, especialmente beta-sitosterol. Em relação à urtiga, relatam Safarinejad (2005) e Ghorbanibirgani et al (2013) que é rica em compostos bioativos como flavonóides, lignanas e esteróis, que podem apresentar propriedades anti-inflamatórias, antiandrogênicas e diuréticas, já o pygeum é rico em fitoesteróis, especialmente beta-sitosterol e ferulic acid esters, que podem apresentar propriedades anti-inflamatórias, antiandrogênicas e inibidoras da aromatase relatam Ishani et al (2013). Esses compostos ativos podem bloquear a conversão de testosterona em dihidrotestosterona (DHT), um hormônio implicado no crescimento da próstata. que demonstraram ter propriedades antiinflamatórias, antiandrogênicas e antioxidantes. Essas propriedades podem influenciar positivamente os sintomas da HBP.

**Resultados Promissores em Estudos Isolados:** Algumas pesquisas individuais sugerem efeitos positivos do Saw Palmetto, Urtiga e Pygeum no alívio dos sintomas associados à HBP como afirmam Ferreira et al (2018), no entanto, a revisão sistemática é necessária para consolidar essas

# REVISTA TÓPICOS

---

descobertas, avaliar a consistência dos resultados e fornecer uma visão mais abrangente.

**Mecanismos de Ação Potenciais:** As propriedades farmacológicas dessas plantas medicinais indicam a capacidade de atuar em diferentes aspectos fisiopatológicos associados à HBP, como a redução da inflamação, inibição do crescimento prostático e modulação hormonal. A revisão sistemática pode ajudar a elucidar os mecanismos de ação subjacentes.

O Saw Palmetto (*Serenoa repens*) de acordo com Geavlete et al (2011) e Tacklind et al (2012) é rico em fitoesteróis, especialmente beta-sitosterol, que podem bloquear a conversão de testosterona em dihidrotestosterona (DHT), um hormônio implicado no crescimento da próstata. Essa inibição da 5-alfa-redutase pode reduzir o tamanho da próstata e aliviar os sintomas da HBP, contém compostos com propriedades anti-inflamatórias, como flavonóides e ácidos graxos, que podem ajudar a diminuir a inflamação da próstata, um fator importante no desenvolvimento da HBP e estudos sugerem que o Saw Palmetto pode modular a resposta imune na próstata, reduzindo a produção de citocinas pró-inflamatórias e promovendo um ambiente menos inflamatório.

A urtiga afirmam Men et al (2016) e Safarinejad (2005), é rica em compostos bioativos como flavonóides, lignanas e esteróis, que apresentam propriedades anti-inflamatórias. Essa atividade antiinflamatória pode ajudar a reduzir a inflamação da próstata e aliviar os sintomas da HBP, Alguns estudos demonstram que a urtiga pode inibir a 5-alfa-redutase, a enzima responsável pela conversão de testosterona em DHT. Essa inibição

**REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672**

# REVISTA TÓPICOS

---

pode contribuir para a redução do tamanho da próstata e dos sintomas da HBP e possui propriedades diuréticas que podem aumentar o fluxo urinário e reduzir a frequência miccional, sintomas comuns da HBP.

E finalmente o Pygeum (*Pygeum africanum*) de acordo com Barlet et al (1990) e Salinas-Casado (2020), é rico em fitoesteróis, especialmente beta-sitosterol e ferulic acid esters, que podem bloquear a conversão de testosterona em DHT. Essa inibição da 5-alfa-redutase pode reduzir o tamanho da próstata e aliviar os sintomas da HBP, contém compostos com propriedades anti-inflamatórias, como beta-sitosterol e ferulic acid esters, que podem ajudar a diminuir a inflamação da próstata, um fator importante no desenvolvimento da HBP e estudos sugerem que o pygeum pode modular a atividade da aromatase, a enzima responsável pela conversão de androstenediona em estradiol, um hormônio feminino. Essa modulação pode contribuir para o manejo da HBP.

Alternativa aos Tratamentos Convencionais: Considerando os potenciais efeitos colaterais e limitações dos tratamentos convencionais para HBP, afirmam Melo et al (2002), que as plantas medicinais podem representar uma alternativa eficaz e segura. A hipótese é que a inclusão dessas plantas na terapêutica pode oferecer benefícios adicionais ou até mesmo melhorar a eficácia dos tratamentos existentes.

Relevância Clínica e Social: A HBP é uma condição que afeta um grande número de homens, impactando diretamente sua qualidade de vida. A busca por abordagens terapêuticas seguras e eficazes é, portanto, de grande importância clínica e social. Afirmam Lee et al (2017) que a HBP é uma

# REVISTA TÓPICOS

---

condição prevalente com um impacto significativo na qualidade de vida dos homens e na economia. A busca por abordagens terapêuticas mais seguras, eficazes e com menos efeitos colaterais é crucial para melhorar o manejo da HBP e promover o bem-estar dos homens. As plantas medicinais Saw Palmetto, Urtiga e Pygeum se configuram como promissoras alternativas ou complementos aos tratamentos convencionais, necessitando de mais pesquisas robustas para consolidar seu papel no manejo da HBP.

**Evidências Anedóticas e Populares:** O Saw Palmetto, Urtiga e Pygeum têm sido utilizados tradicionalmente em diferentes culturas como remédios naturais para problemas relacionados à próstata. A coleta e avaliação de evidências científicas podem validar ou refutar essas práticas populares. Apesar da ausência de estudos científicos rigorosos na época, relatos anedóticos e conhecimentos populares contribuíram para a popularidade dessas plantas medicinais. Com o avanço da pesquisa científica, a busca por evidências que validem ou refutem essas práticas tradicionais se tornou crucial para garantir a segurança e a efetividade do tratamento de problemas da próstata. Diversos estudos, tanto pré-clínicos quanto clínicos, foram realizados para investigar os mecanismos de ação, a eficácia e a segurança dessas plantas medicinais.

O Saw Palmetto era utilizado pelos nativos americanos para tratar problemas urinários, incluindo problemas da próstata. De acordo com Geavlete et al (2011) e Tacklind et al (2012) estudos pré-clínicos demonstram que o Saw Palmetto possui propriedades anti-inflamatórias, antiandrogênicas e inibidoras da 5-alfa-redutase, que podem contribuir para



# REVISTA TÓPICOS

---

o alívio dos sintomas da HBP. Estudos clínicos sugerem que o Saw Palmetto pode ser eficaz na redução dos sintomas da HBP, como micção frequente, noctúria e urgência urinária. No entanto, a qualidade e a metodologia de alguns desses estudos foram questionadas, e são necessários mais estudos robustos para confirmar sua efetividade.

A Urtiga era utilizada na Europa para tratar diversos problemas de saúde, incluindo problemas da próstata. Estudos pré-clínicos demonstram que a Urtiga possui propriedades antiinflamatórias, antiandrogênicas e diuréticas, que podem contribuir para o alívio dos sintomas da HBP relatam Men et al (2016) e Safarinejad (2005) e estudos clínicos sugerem que a Urtiga pode ser eficaz na redução dos sintomas da HBP, como micção frequente, noctúria e urgência urinária. No entanto, a qualidade e a metodologia de alguns desses estudos foram questionadas, e são necessários mais estudos robustos para confirmar sua efetividade.

O Pygeum era utilizado na África para tratar problemas da próstata e aumentar a fertilidade masculina. Estudos pré-clínicos demonstram que o Pygeum possui propriedades anti-inflamatórias, antiandrogênicas e inibidoras da 5-alfa-redutase, que podem contribuir para o alívio dos sintomas da HBP afirmam Barlet et al (1990) e Salinas-Casado (2020) e estudos clínicos sugerem que o Pygeum pode ser eficaz na redução dos sintomas da HBP, como micção frequente, noctúria e urgência urinária. No entanto, a qualidade e a metodologia de alguns desses estudos foram questionadas, e são necessários mais estudos robustos para confirmar sua efetividade.

# REVISTA TÓPICOS

---

Necessidade de Evidências Científicas Consolidadas: Embora existam estudos individuais sobre o efeito dessas plantas medicinais na HBP, conforme relata a Sociedade Brasileira de Urologia. (2016), uma revisão sistemática permitirá consolidar as evidências existentes, identificar lacunas no conhecimento e fornecer uma visão abrangente sobre a eficácia dessas intervenções.

Potencial Impacto na Saúde Pública: Caso sejam identificados benefícios significativos no uso dessas plantas medicinais, isso pode ter um impacto substancial na abordagem terapêutica da HBP, fornecendo alternativas ou complementos aos tratamentos convencionais. (Sociedade Brasileira de Urologia, 2016).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo contribui para o avanço do conhecimento sobre o papel das plantas medicinais na gestão da HBP, fornecendo percepções valiosas para profissionais de saúde e orientando pesquisas futuras na área. Fornece informações valiosas sobre alternativas naturais no tratamento da HBP, contribuindo para a ampliação das opções terapêuticas disponíveis para os pacientes e, além disso, pode orientar profissionais de saúde na tomada de decisões clínicas baseadas em evidências, visou preencher uma lacuna no conhecimento científico, fornecendo uma análise crítica e abrangente das evidências disponíveis sobre a eficácia das plantas medicinais Saw Palmetto, Urtiga e Pygeum no manejo da Hiperplasia Benigna da Próstata. Portanto, poderá contribuir para a tomada de decisões informadas na

# REVISTA TÓPICOS

---

prática clínica e poderá influenciar as políticas de saúde relacionadas ao tratamento da HBP.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ALLKANJARI, Olta; VITALONE, Annabella. What do we know about phytotherapy of benign prostatic hyperplasia? *Life Sciences*. (2015); 126(1):42-56.
2. BARDAN, R., et al. (2014). The role of prostatic inflammation biomarkers in the
3. diagnosis of prostate diseases. *Clinical Biochemistry*, 47, pp. 909-15.
4. BARLET, A, J ALBRECHT, ALAIN AUBERT, M. FISCHER, FRANZ GROF, HG GROTHUESMANN, JC MASSON, ETIENNE MAZEMAN, R MERMON E HARALD REICHELT. Eficácia do extrato de *Pygeum africanum* na terapia médica de distúrbios urinários devido à hiperplasia prostática benigna: avaliação de parâmetros objetivos e subjetivos. Um estudo multicêntrico duplo-cego controlado por placebo." *Wiener klinische Wochenschrift* 102 22 (1990): 667-73. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/paper/%5BEfficacy-of-Pygeum-africanum-extract-in-the-of-due-Barlet-Albrecht/168f32b7ff21231e0f2e35b924ddfd87dde2d033>. Acesso: 25 mai. 24.

# REVISTA TÓPICOS

---

5. FERREIRA, Gabriela; CASTRO, Mauro Silveira de; BRIDI, Raquel. Estudo exploratório da utilização de Saw Palmetto no tratamento da hiperplasia benigna da próstata por urologistas de Porto Alegre. Revista Brasileira de Farmacognosia: 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbfar/a/Rs6vBykpsm8NSGdzBvdVC4p/#>. Acesso: 25 mai. 24.
6. GEAVLETE P, MULTESCU R, GEAVLETE B. Serenoa repens extract in the treatment of benign prostatic hyperplasia. Ther Adv Urol. 2011. Aug;3(4):193-8. doi: 10.1177/1756287211418725. PMID: 21969849; PMCID: PMC3175703.
7. GERBER GS, KUZNETSOV D, JOHNSON BC, BURSTEIN JD. Randomized, double-blind, placebo-controlled trial of saw palmetto in men with lower urinary tract symptoms. Urology. 2001. Dec;58(6):960-4; discussion 964-5. doi: 10.1016/s0090-4295(01)01442-x. PMID: 11744467.
8. GHORBANIBIRGANI A, KHALILI A, ZAMANI L. The efficacy of stinging nettle (*urtica dioica*) in patients with benign prostatic hyperplasia: a randomized double-blind study in 100 patients. Iran Red Crescent Med J. 2013 Jan;15(1):9-10. doi: 10.5812/ircmj.2386. Epub 2013 Jan 5. PMID: 23487561; PMCID: PMC3589769.
9. ISHANI A, MACDONALD R, NELSON D, RUTKS I, WILT TJ. Pygeum africanum for the treatment of patients with benign prostatic hyperplasia: a systematic review and quantitative meta-analysis. Am J

# REVISTA TÓPICOS

---

Med. 2000 Dec 1;109(8):654-64. doi: 10.1016/s0002-9343(00)00604-5. PMID: 11099686.

10. LEE SWH, CHAN EMC, LAI YK. The global burden of lower urinary tract symptoms suggestive of benign prostatic hyperplasia: A systematic review and meta-analysis. *Sci Rep.* 2017. Aug 11;7(1):7984. doi: 10.1038/s41598-017-06628-8. PMID: 28801563; PMCID: PMC5554261.
11. MARBERGER, M. (2013). Medical management of lower urinary tract symptoms in men
12. with benign prostatic enlargement. *Advances in Therapy*, 30, pp. 309-19.
13. MELO, Ézer A.; BERTERO, Eduardo B.; RIOS, Luiz A. S.; MATTOS JR., Demerval. Evaluating the efficiency of a combination of *Pygeum africanum* and stinging nettle (*Urtica dioica*) extracts in treating benign prostatic hyperplasia (BPH): double-blind, randomized, placebo controlled trial. *Clinical Urology. International Braz J Urol, Official Journal of the Brazilian Society of Urology, São Paulo*, v. 28, n. 5, p. 418-425, Sept./Oct. 2002.
14. MEN, Changping; WANG, Meng; AIYIRETI, Maimaiti; CUI, Yuanshan. The efficacy and safety of *urtica dioica* in treating benign prostatic hyperplasia: a systematic review and meta-analysis. *Men et al., Afr J Tradit Complement Altern Med.* (2016) 13(2):143-150.

**REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672**

# REVISTA TÓPICOS

---

Disponível em: <https://www.bioline.org.br/pdf?tc16040> . Acesso: 25 mai. 24.

15. NUNES, Ricardo Vita; MANZANO João; TRUZZI, José Carlos; NARDI, Aguinaldo; SILVINATO, Antonio; BERNARDO, Wanderley Marques. Treatment of benign prostatic hyperplasia. Rev. Assoc. Med: 2017. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ramb/a/4sXCDZrbthMD6DvtTpgjnBn/#>.

Acesso: 25 mai. 24.

16. SAFARINEJAD MR. Urtica dioica for treatment of benign prostatic hyperplasia: a prospective, randomized, double-blind, placebo-controlled, crossover study. J Herb Pharmacother. 2005;5(4):1-11. PMID: 16635963.

17. SROUGI M, et al A. Doenças da próstata. Rev Med (São Paulo). 2008; 87(3): 166-77.

18. SAFARINEJAD, MOHAMMAD REZA. Urtica dioica for treatment of benign prostatic hyperplasia: a prospective, randomized, double-blind, placebo-controlled, crossover study. Journal of herbal pharmacotherapy 5 4 (2005): 1-11. Disponível em:

<https://www.semanticscholar.org/paper/Urtica-dioica-for-treatment-of-benign-prostatic-a->

[Safarinejad/287140b268a0d0c355774072e4fc10621b852b74](https://www.semanticscholar.org/paper/Urtica-dioica-for-treatment-of-benign-prostatic-a-Safarinejad/287140b268a0d0c355774072e4fc10621b852b74). Acesso: 25 mai. 24.

# REVISTA TÓPICOS

---

19. SALINAS-CASADO J, ESTEBAN-FUERTE M, CARBALLIDO-RODRÍGUEZ J, COZAR-OLMO JM. Review of the experience and evidence of *Pygeum africanum* in urological practice. *Actas Urol Esp (Engl Ed)*. 2020 Jan-Feb;44(1):9-13. English, Spanish. doi: 10.1016/j.acuro.2019.08.002. Epub 2019 Oct 16. PMID: 31627963.
20. SBU: Sociedade Brasileira de Urologia. Hiperplasia prostática benigna – tratamento. AMB: 2016. Disponível em: <https://amb.org.br/wp-content/uploads/2021/08/HIPERPLASIA-PROSTATICA-BENIGNA-TRATAMENTO-FINAL-2016.pdf>. Acesso: 25 mi 24.
21. SUAID, H.J; et al. (2003). Estimated costs of treatment of benign prostate hyperplasia in Brazil. *Int Braz J Urol* 29: 234-237.
22. TACKLIND J, MACDONALD R, RUTKS I, STANKE JU, WILT TJ. *Serenoa repens* for benign prostatic hyperplasia. *Cochrane Database Syst Rev*. 2012. Dec 12;12(12):CD001423. doi: 10.1002/14651858.CD001423.pub3. Update in: *Cochrane Database Syst Rev*. 2023 Jun 22;6:CD001423. PMID: 23235581; PMCID: PMC7084061.
23. WILT TJ, ISHANI A, STARK G, MACDONALD R, LAU J, MULROW C. Saw palmetto extracts for treatment of benign prostatic hyperplasia: a systematic review. *JAMA*. 1998 Nov 11;280(18):1604-9. doi: 10.1001/jama.280.18.1604. Erratum in: *JAMA* 1999 Feb 10;281(6):515. PMID: 9820264.

# REVISTA TÓPICOS

---

24. YE Z, HUANG J, ZHOU L, CHEN S, WANG Z, MA L, WANG D, WANG G, WANG S, LIANG C, QIU S, GU X, LIU J, WENG Z, WU C, WEI Q, XIE L, WU W, CHENG Y, HU J, WANG Z, ZENG X. Efficacy and Safety of *Serenoa repens* Extract Among Patients with Benign Prostatic Hyperplasia in China: A Multicenter, Randomized, Double-blind, Placebo-controlled Trial. *Urology*. 2019 Jul;129:172-179. doi: 10.1016/j.urology.2019.02.030. Epub 2019 Mar 14. PMID: 30880074.

<sup>1</sup> Farmacêutica, Bióloga, Mestranda em Botânica Aplicada, especialista em Gestão em Saúde, especialista Internacional em Qualidade em Saúde e Segurança do Paciente, especialista em Oncologia e hematologia, especialista em Farmacologia Clínica, Farmácia Clínica e Hospitalar e Farmácia Oncológica, especialista em Gestão Pública, Inspeção Escolar; especialização em Bioética, Tecnologias Educacionais e Educação a Distância e Boas Práticas Farmacêutica em andamento. E-mail: [vivi05brasil@yahoo.com.br](mailto:vivi05brasil@yahoo.com.br).