

# Ruscus aculeatus

## Reduz o inchaço e a dor nas pernas

- Extrato vegetal com maior ação tônica sobre as veias.
- Na Medicina popular é conhecida como a planta da mulher.
- Uso aprovado pela Comissão E da Alemanha e ESCOP (Cooperativa Científica Europeia de Fitoterapia) em insuficiências venosas crônicas, como dor, peso, pernas cansadas, prurido e edema das pernas.
- Ativador da circulação
- Apresentado no European Vascular Forum (EVF) 2017 - **proposta de alteração das normas de orientação clínica para tratamento da insuficiência venosa crônica(IVC), mais concretamente a atribuição de nível de recomendação 1A ao extrato de Ruscus + Vit. C**



**Nome científico:** *Ruscus aculeatus* L.

**Família:** Asparagaceae

**Sinônimos:** gilbarbeira, azevinho-menor, ruscus, brusco, *butcher's broom*, erva-dos-vasculhos.

**Parte utilizada:** raiz

**Ruscus aculeatus L** é uma planta medicinal que apresenta em sua raiz a saponina esteroide ruscogenina amplamente utilizada em casos de insuficiência venosa crônica, flebite (inflamação das veias) e hemorroidas. Considerado um flebotônico útil no tratamento de varizes, hemorroidas e todo o tipo de insuficiência venosa, como pernas pesadas, inchaço dos tornozelos (edema) e úlceras por circulação insuficiente. Usada com segurança e eficácia no tratamento de doenças venosas crônicas há mais de 50 anos. Ação nas veias e na hipertensão venosa, o seu efeito na microcirculação e nos vasos linfáticos foi demonstrado por estudos pré-clínicos e as evidências clínicas emitidas em ensaios clínicos que apoiam o seu uso para aliviar os sintomas da doença venosa.

A doença venosa crônica acompanha a evolução da humanidade e há descrições do seu tratamento no papiro Ebers no Egito. No último século, as descobertas foram no sentido de melhorar a sintomatologia algica e o edema, característicos deste tipo de enfermidade.

Efeito venoconstritor nas veias

Ação anti-inflamatória

Modo de ação Venoativo – Extrato de **Ruscus aculeatus L**

### Evidências disponíveis:

- Tônus venoso
- Proteção células endoteliais
- Permeabilidade capilar
- Exerce efeitos em nível da macro e microcirculação.
- Aumenta o tônus venoso, diminui a hiper-permeabilidade capilar, exerce efeito nas paredes e válvulas venosas, protegendo as células endoteliais da hipoxia e prevenindo o refluxo venoso.
- Promove a melhoria do fluxo linfático, exibem propriedades anti-inflamatórias que se traduzem pela inibição da interação leucócito-endotélio e redução dos radicais livres, assim como melhoram os parâmetros hemorreológicos.

A eficácia do **Ruscus aculeatus L** no alívio de sintomas como dor, câibras, pernas inquietas, prurido, sensação de pernas pesadas e parestesias foi confirmada por uma revisão sistemática desenvolvida por Martinez et al que incluiu 44 estudos e evidenciou superioridade face ao placebo no alívio sintomático.

O seu uso é sugerido pelas guidelines do **American Venous Fórum** com forte grau de recomendação.

### Indicações:

Edema, flebite, fraqueza capilar, gota, frieiras, hemorroidas, retinopatia diabética, varizes, úlceras.

As suas propriedades ainda permitem que ela seja usada para o tratamento de prisões de ventre, TPM, além de possuir substâncias anti-inflamatórias e ser um excelente diurético, fazendo com que o organismo não retenha água, eliminando diversas substâncias tóxicas.

Os ensaios clínicos realizados até o momento apresentam excelentes resultados.

## Atividade flebotônica

Devido à ação sinérgica de seus componentes principais, saponinas e flavonoides, é considerado um dos maiores venotônicos com o qual conta a angiologia moderna.

A ação vasotônica da ruscogenina é exercida por mecanismo adrenérgico em dois níveis: por atividade agonista nos receptores alfa1 adrenérgicos e alfa2 pós-sinápticos da célula lisa da parede vascular (**Margelon, 1982; Berg, 1990; Miller et AL, 2000**); e por um efeito indireto mediante liberação de norepinefrina neuronal a partir dos locais de reserva pré-sinápticos, sendo sua intensidade proporcional à temperatura, já que, como se sabe, o calor diminui a afinidade dos receptores da norepinefrina, o que acarreta vasodilatação e aparecimento de sintomas característicos como cansaço nas pernas (**Van Houtte, 1986; Bouskela et AL., 1994; Redman, 2000**).

**Ruscus aculeatus L** aumenta o tônus venoso de modo "termogênico", fazendo desaparecer os sintomas clínicos característicos dos processos varicosos e melhorando a complacência venosa.

Estudo multicêntrico com 2359 pacientes portadores de veias varicosas com quadro sintomático, a dose de 600 a 900mg de **Ruscus aculeatus L** durante 8 semanas de tratamento provocou melhora substancial nos sintomas clássicos: sensação de queimação, dor e peso nas pernas, edemas e câibras nas panturrilhas (**Hoffmann, 1983**).

## Atividade anti-inflamatória

Ruscogenina apresenta atividade anti-inflamatória significativa demonstrada há anos.

## Pacientes diabéticos

As saponinas de **Ruscus aculeatus L** evidenciaram melhora clínica em casos de retinopatia diabética e hipertrigliceridemia.

Em adultos diagnosticados com diabetes tipo II e com sinais de retinopatia diabética, a suplementação de **Ruscus aculeatus L** (37,5 mg 2x ao dia) por 3 meses foi capaz de melhorar os parâmetros do metabolismo da glicose, incluindo glicose (10,2 %), frutossamina (7,8%) e HbA1c (15,6%). Parâmetros lipídicos foram beneficiados, com colesterol total reduzido em 9,4% e HDL-C aumentado em 23%.

## Anticelulíticos

Os cosméticos anticelulíticos possuem substâncias vasoprotetoras, com ações vasodilatadoras, que ajudam na eliminação dos exudatos celulares e reabsorção de edemas; são exemplos as saponinas (escina, hederacoside, alfahederina, neuruscogenina e ruscogenina) e os bioflavonoides (quercetina, esculina e rutina), estes ativos são presentes em vegetais como a castanha da índia (*Aesculus hippocastanum*), hera (*Hedera helix*) e **Ruscus (Ruscus aculeatus)** (**RIBEIRO, 2010**).

## Efeitos de drogas venotônicas na microcirculação: Comparação entre o extrato de Ruscus aculeatus e a diosmina micronizada.

A doença venosa crônica dos membros inferiores é um problema de saúde pública comum em todo o mundo, com impacto negativo na qualidade de vida.

Este estudo de 2018 demonstrou os efeitos de duas substâncias venotônicas comumente usadas, o extrato de Ruscus e a diosmina micronizada, na microcirculação in vivo.

Estas substâncias foram administradas oralmente, durante 2 semanas, 2x ao dia. Os ativos desencadearam uma inibição dose-dependente do aumento da permeabilidade macromolecular induzida por histamina ou isquemia seguida de reperfusão, **sendo o extrato de Ruscus mais ativo** em ambos e interação leucócito-endotélio, **sendo novamente o extrato de Ruscus mais efetivo** na inibição do número de leucócitos aderentes. Sobre a duração do efeito após o término do tratamento, ambos os fármacos tiveram efeitos semelhantes, mas o **extrato de Ruscus mostrou maior permanência de seu efeito** em todos os parâmetros observados.

Ambos possuem propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias, porém o **extrato de Ruscus demonstrou ser mais ativo**. Deve-se acrescentar que apenas o extrato de Ruscus apresentou uma constrição venular significativa.

### Contraindicações:

Hipertensos, grávidas e lactantes.

### Posologia sugerida:

15mg a 900mg/dia.

### Referência:

Clin Hemorheol Microcirc. 2018;68(4):371-382. doi: 10.3233/CH-170281.

**Effects of venotonic drugs on the microcirculation: Comparison between Ruscus extract and micronized diosmine**<sup>1</sup>. de Almeida Cyrino FZG1, Balthazar DS1, Sicuro FL1, Bouskela E1.

Molecules 2012, 17, 14002-14014; doi:10.3390/molecules171214002 molecules ISSN 1420-3049

Novel Steroidal Components from the Underground Parts of *Ruscus aculeatus* L.

Simona De Marino 1\*, Carmen Festa 1, Franco Zollo 1 and Maria Iorizzi 2 1 Dipartimento di Chimica delle Sostanze Naturali, Università degli Studi di Napoli "Federico II".

Bouskela E, Cyrino FZ, Marcelon G. Inhibitory effect of the *Ruscus* extract and of the flavonoid hesperidine methylchalcone on increased microvascular permeability induced by various agents in the hamster cheek pouch. J Cardiovasc Pharmacol 1993; 22: 225-230

Huang YL, Kou JP, Ma L, Song JX, Yu BY. Possible mechanism of the antiinflammatory activity of ruscogenin: role of intercellular adhesion molecule-1 and nuclear factor- $\kappa$ B. J Pharmacol Sci 2008; 108: 198-205

Longo L, Vasapollo G. Determination of anthocyanins in *Ruscus aculeatus* L. berries. J Agric Food Chem 2005; 53: 475-479

Dehghan H, Sarrafi Y, Salehi P. Antioxidant and antidiabetic activities of 11 herbal plants from Hyrcania region, Iran. J Food Drug Anal 2016; 24: 179-188

Sannie C, Lapin H. Sterolic sapogenins. VII. Neoruscogenin (3 $\beta$ ,1-dihydroxy-22 $\beta$ ,25L-5-spirostene), a new sapogenin from *Ruscus aculeatus*. Bull Soc Chim Fr 1957; 10: 1237-1241

Estratégia terapêutica na doença venosa crônica Therapeutic strategy in the chronic venous disease Júlia Medeiros\*, Armando Mansilha

Cappelli R, Nicora M, Di Perri T. Use of extract of *Ruscus aculeatus* in venous disease in the lower limbs. Drugs Exp Clin Res. 1988;14(4):277- 83.

Aguilar Peralta GR, Arévalo Gardoqui J, Llamas Macías FJ, Navarro Ceja VH, Mendoza Cisneros SA, Martínez Macías CG. Clinical and capillaroscopic evaluation in the treatment of chronic venous insufficiency with *Ruscus aculeatus*, hesperidin methylchalcone and ascorbic acid in venous insufficiency treatment of ambulatory patients. Int Angiol. 2007 Dec;26(4):378-84. PubMed PMID: 18091707

## Sugestões de Formulações

*Sérum prevenir sinais envelhecimento ao redor olhos*  
*(Diminui o inchaço e ajuda a circulação)*

|                                 |      |
|---------------------------------|------|
| Ruscus aculeatus ext seco ..... | 0,5% |
| Phloretin .....                 | 1%   |
| Ácido ferúlico .....            | 0,5% |
| Vitamina C .....                | 5%   |
| Cafeína .....                   | 0,1% |
| Shikimic acid .....             | 0,5% |

**Aplicar 1 a 2 gotas ao redor dos olhos**

*Proteção vascular / Insuficiência venosa*

|                                 |       |
|---------------------------------|-------|
| Ruscus aculeatus ext seco ..... | 150mg |
| Ácido ascórbico .....           | 100mg |

**Tomar 1 cápsulas durante 8 semanas**

*Fórmula sistema circulatório saudável*

|                                  |        |
|----------------------------------|--------|
| Ruscus aculeatus ext seco .....  | 200 mg |
| Castanha da índia ext seco ..... | 330mg  |
| Centella asiática .....          | 100 mg |
| Gingko biloba .....              | 10mg   |

**Tomar 2 cápsulas ao dia durante 2 semanas**