

## **Pfáfia**

**Nome Científico:** *Pfaffia paniculata* (Martius) Kuntze.

**Nome Popular:** Fáfia, Paratudo e Ginseng Brasileiro, no Brasil.

**Família Botânica:** *Amaranthaceae*.

**Parte Utilizada:** Raiz.

**Princípios Ativos:** **Ácido Pfáfico** (noriterpenóide); **Saponinas:** pfafosídeos A, B, C, D, E e F; **Alantoína;** **Fitosteróis:** sitosterol e estigmasterol; **Sais Minerais:** fósforo, cálcio, ferro e potássio; **Aminoácidos;** **Mucilagens.**

Planta herbácea de ramos moles e nodosos nas articulações, que procura suporte, a Fáfia apresenta folhas opostas, membranáceas, simples e inteiras. As flores são pequenas e surgem dos ramos terminais. A parte subterrânea é tuberosa, apresentando uma parte caule e outra raiz, que atinge porte elevado. Não tem exigência quanto ao solo e clima, crescendo em matas, campos e ao longo do curso dos rios.

As pessoas simples das regiões rurais parecem ter aprendido com os índios as propriedades de suas raízes, e desta forma, atribuíram a esta planta o nome de "paratudo", graças à variedade de propriedades medicinais que apontam a esta. Atualmente a chamam de "Ginseng Brasileiro" devido à forma humanóide que apresenta as suas raízes assim como o Ginseng Importado é caracterizado. O termo ginseng é de origem chinesa e significa Jin = homem e chen = ternário. Este nome é uma alusão ao conjunto: homem físico, homem espiritual e planta. A forma humanóide das raízes do ginseng para muitos encerra a essência da reparação da forma física e psíquica do homem.

O "Ginseng Brasileiro" nada tem a ver com os ginsengs importados.

Botanicamente, pertence a uma família vegetal bem distinta daquela dos ginsengs importados. A *Pfaffia paniculata* (Martius) Kuntze, nome científico da Fáfia, pertence à família *Amaranthaceae* ao passo que a maioria dos outros ginsengs pertencem à família *Araliaceae*. Quimicamente também é diferente, embora em todas as plantas ocorram saponinas, estas possuem estruturas diferentes.

Assim, mostramos abaixo a relação dos Ginsengs conhecidos:

- *Panax ginseng* Ginseng Coreano; Ginseng Chinês;
- *Panax quinquefolium* Ginseng Americano;
- *Panax pseudo-ginseng* Ginseng Chinês;
- *Panax japonicum* Ginseng Japonês;
- *Eleutherococcus senticosus* Ginseng Russo ou Ginseng Siberiano
- *Pfaffia paniculata* Ginseng Brasileiro

**Indicações e Ações Farmacológicas:** A Fáfia é auxiliar no tratamento de irregularidades

circulatórias, estresse, anemia, diabetes e astenia.

Estudos comprovaram a atividade inibitória do ácido pfáfico e dos pfafosídeos



frente ao crescimento de células tumorais cultivadas, como o melanoma B-16. A presença de alantoína nas raízes pode estar relacionada com a ação cicatrizante de feridas e a atividade anti-úlceras atribuídas a esta planta.

Estimula e tonifica o organismo, eliminando a fadiga física e mental, aliviando estados de estresse e depressão. Contribui para as funções cerebrais.

Fortalece o coração, melhorando o processo circulatório e aumenta o número de glóbulos vermelhos e o nível de hemoglobina.

Possui ação hipoglicêmica além de potencializar a ação da insulina.

**Toxicidade/Contra-indicações:** Uma superdosagem pode ocasionar no indivíduo nervosismo, hipertensão, erupções na pele, diarreia e insônia.

**Dosagem e Modo de Usar:**

· **Pó:** 5 a 10 g/dia;

**Referências Bibliográficas:**

- 1- TESKE, M.; TRENTINI, A. M. *Herbarium Compêndio de Fitoterapia*. Herbarium. Curitiba. 1994.
- 2- OLIVEIRA, F. *Pfaffia paniculata* (Martius) Kuntze - O Ginseng Brasileiro, *Revista Brasileira de Farmacognosia*, Março-Abril, 1986.
- 3- PANIZZA, S. *Plantas que Curam (Cheiro de Mato)*. 7ª edição. 1997.



TELE VENDAS  
**0800 704 8303**  
vendas@embrafarma.com.br



SAT - Serviço de Apoio Técnico  
**(11) 2165 9259**  
sat@embrafarma.com.br