



Óleo essencial de

Arruda

Ruta graveolens

Muito mais do que só um óleo para mau olhado

Por Fabian Laszlo

A arruda é uma planta que possui origem na região do Mediterrâneo e no Sudeste da Ásia. Na atualidade se dissemina por todo o mundo, se desenvolvendo muito bem em países de clima tropical como o Brasil.

É uma planta utilizada há séculos como medicinal, desde a época dos antigos gregos e romanos e que foi popularizada no Brasil pelas escravas na época na colonização.

Possui nas suas folhas rutina, que age na permeabilidade capilar dos vasos sanguíneos. Apesar de não possui rutina em seu óleo essencial, este possui interessante atuação externa sobre problemas de má circulação.

A arruda é uma das 71 plantas medicinais selecionadas pelo Ministério da Saúde brasileiro como de interesse ao SUS.

O óleo essencial da arruda é rico principalmente em cetonas:

COMPONENTES.....%

18-Cineol	0.64
2-Nonanona	2.71
2-Decanona	1.3
Cânfora	0.22
2-Undecanona	89.43
2-Dodecanona	0.46
2-Undecanol.....	0.85
2-Tridecanona	0.19
Trans-Anetol	0.41
Carvacrol	1.5
TOTAL.....	97.71



Frutos da arruda com sementes.

Cetonas, como a undecanona, nonanona e decanona presentes no óleo de arruda, são uma classe química geralmente com potencial antimicrobial vasto (fungos, bactérias e vírus), algo notável no óleo de arruda.



Suas flores, de quatro pétalas, são de cor amarela e hermafroditas, ou seja, se auto-fecundam. É uma planta que mostra força, poder, individualidade e independência mescladas a uma grande sensibilidade que é notada quando ela murcha ou morre quando exposta a ambientes e pessoas carregadas de energias negativas.

Psicologicamente e energeticamente tanto o óleo de arruda, como seu floral, ajudam a nos manter protegidos em nosso espaço físico, psíquico e espiritual. Desenvolve a independência, fortalecendo a vontade, sendo portanto útil para personalidades subservientes, tímidas, cuja fraqueza de vontade as tornam facilmente dominadas por terceiros; não sabem dizer não, são facilmente influenciáveis e reagem de forma exagerada aos desejos e necessidades dos outros; para as pessoas submetidas a qualquer tipo de servilismo ou exploração; para aqueles que se esgotam na ânsia de agradar e atender aos outros; embora psiquicamente ativos, sofrem de uma tremenda escassez de individualidade, que é minada pelos compromissos e responsabilidades de um servir desmesurado; para as pessoas que são obrigadas a agir socialmente, mas espiritualmente não estão em condição de fazê-lo.

Num contexto popular, à arruda são atribuídas muitas virtudes mágicas, acreditando-se que seja capaz de afastar o mau-olhado, atrair a sorte e tirar quebranto de recém-nascidos. As matronas gregas usavam galhos nas mãos para proteger de doenças contagiosas e realização de desejos, protege de magia negra e obsessões espirituais. É comum em alguns lugares vermos pessoas utilizando um galho de arruda atrás da orelha como proteção do olho grande ou mesmo benzedoras fazer suas rezas usando esta planta.



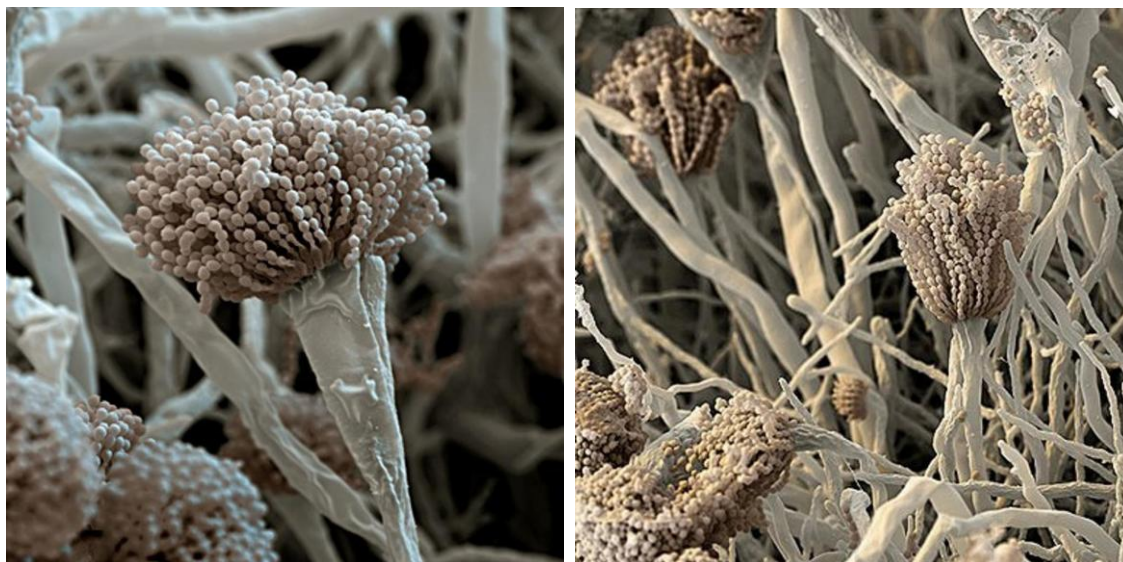
Também na Inglaterra, desde a idade média, era considerada como proteção poderosa contra as feiticeiras e, nos tribunais ingleses do século XVII eram colocados ramos de arruda nos bancos dos tribunais para evitar “doenças de cadeira”.

Seu óleo essencial borrifado sobre a aura ajuda a recompô-la, limpando-a de energias negativas e miasmas. Auxilia na clareza da visão das questões para tomada de decisão consciente. Em ambientes, seu óleo essencial além de limpar o local de

energias desarmônicas, protege e emite vibrações de prosperidade.

Pode ser usado em banhos de descarrego, geralmente pingando 3 gotas num balde de água com sal grosso que é jogado do pescoço para baixo, pensando sempre positivamente.

As cetonas presentes no óleo de arruda apresentam um dos potenciais mais elevados para combate a fungos³, agindo em dose eficaz baixíssima. Ele tanto pode ser útil em fungos da pele (micoses), unha (onicomicoses), bicho geográfico, com uso puro ou em gel/creme de 0,5-3%. Também pode ser difundido/borrifado em ambientes contra fungos aéreos causadores de alergias e doenças respiratórias. Foi observada alta eficácia contra o fungo *Aspergillus fumigatus*³, que num estudo realizado na Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP)⁶ demonstrou ser o fungo patogênico mais frequentemente encontrado em ambiente hospitalar. A aspergilose (geralmente resultante da infecção por *Aspergillus fumigatus*) é atualmente uma das infecções com índices de mortalidade mais elevados, chegando a atingir os 85% mesmo após a administração de terapêutica antifúngica. Também é de considerar que o *Aspergillus fumigatus* é a principal espécie encontrada em casos de broncopneumonia e aborto micótico bovino, sendo o tecido placentário normalmente o mais afetado⁷.



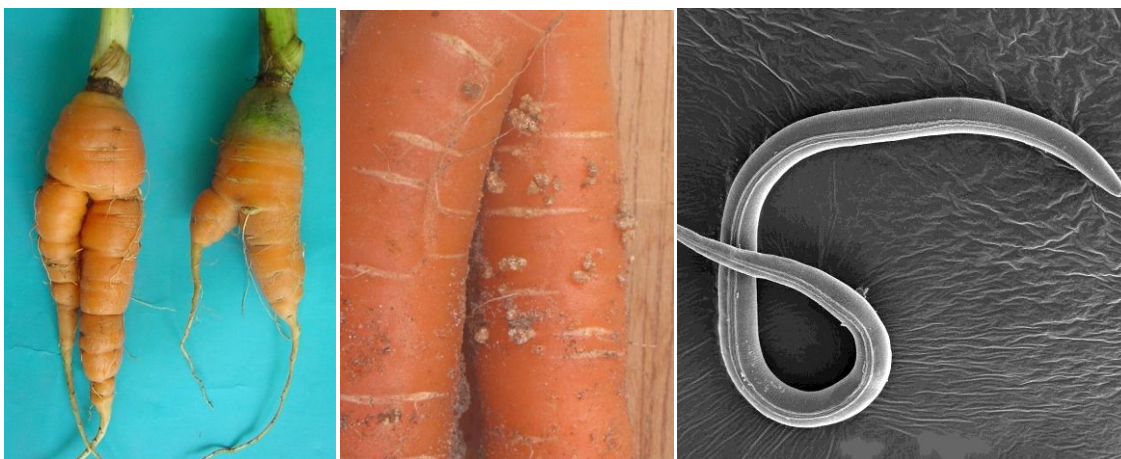
Imagens de microscopia eletrônica do fungo *Aspergillus fumigatus*

O óleo de arruda é um poderoso repelente, afastando vários parasitas domésticos, como moscas, pulgas, sarnas, ácaros, piolhos e carrapatos. Se utiliza na dose de 6 gotas para um balde de água, que é jogado ou passado pano com esta água nos locais infestados. Pode ser borrifado em ambientes ou empregado na forma de gel, creme ou borrifador (1%) sobre a pele para repelir moscas e mosquitos².

Também pode ser feito um borrifador com o óleo de 1-2% em álcool para borrifar em lençóis e colchões para eliminação de ácaros.

Para uso em plantas, pois é muito eficiente contra pulgões e cochonilhas, a dose fica em torno de 0,5% (10 gotas para cada 100ml de água).

Na área agrícola, o componente undecanona do óleo de arruda mostrou potencial contra nematóides do gênero *Meloidogyne*¹ que atacam a soja, feijoeiro, arroz, cana-de-açúcar e mandioca. A doença causada pelas espécies de nematóides deste gênero é dita "meloidoginose". Os sintomas na planta resultam de murcha nas horas mais quentes do dia, declínio, queda de folhas e sintomas de deficiência mineral. Nas raízes, que se desvitalizam e param de crescer, as rachaduras e galhas são visíveis e denominadas de pipoca. Às vezes há formação de raízes laterais curtas, mas a formação das galhas, de tamanhos variáveis, constitui-se no aspecto mais visível. As lavouras apresentam manchas ovais, as reboleiras e as plantas apresentam-se raquíticas e suas folhas tornam-se carijó. No local onde o nematóide penetra e a partir de onde começa a alimentar-se ocorre a formação de células gigantes, ou seja, aumento de tamanho (hipertrofia) e multiplicação de células (hiperplasia). O óleo é diluído na água e aplicado na lavoura.



Galha - Meloidoginose da cenoura / Nematóide *Meloidogyne* spp.

O óleo de arruda também se mostrou poderosamente ativo contra fungos do gênero *Cladosporium*³, que se apresenta como manchas escuras, de cor marrom ou preta nas folhas de plantas (como a uva, feijão, quiabo, maracujá - verrugose do maracujazeiro), tendo aspecto aveludado e podendo formar ramificações semelhantes a "arvorezinhas". Atacam vegetais, causando sérios danos aos mesmos e conseqüentemente grandes prejuízos, principalmente para a agricultura.



***Cladosporium herbarum* em folhas e sementes.**

Espécies de *Cladosporium* são comuns e difundidos, e interagem com os humanos em todas as fases da vida como na produção de alérgenos no ambiente interno e responsável por causar a deterioração de frutas e de doenças de plantas, ou estar associada com micoses humanas⁵. O *Cladosporium herbarum* (mofo) tem sido frequentemente associados à asma grave, juntamente com outros sintomas alérgicos (rinite) mediados por IgE (anticorpos)⁴. O óleo de arruda é uma alternativa de combate a este tipo de fungo³.

O óleo da arruda apresentou atividade alelopática com inibição da germinação e desenvolvimento do rabanete⁸. Sua potencial aplicação no controle de ervas daninhas é algo interessante a ser pesquisado.

O óleo possui propriedades antiinflamatórias responsáveis por algumas das propriedades fitoterápicas da planta (dores e distensões musculares, reumatismo e otite).

É um óleo tóxico se ingerido em doses acima de 1mL para adultos. Mesmo doses inferiores podem ocasionar fortes náuseas, vômitos e mal-estar. É hepatotóxica. Deve-se limitar ao seu uso externo sem exageros e sempre a baixas diluições. É ressaltada sua ação sobre o útero (abortiva), sendo assim, seu uso por grávidas não deve ser feito de forma alguma, mesmo externo. Vale ressaltar que a planta foi incluída na Primeira Farmacopéia Brasileira, de 1926, e já ali havia o alerta sobre a sua toxicidade. Cuidados com o óleo essencial de arruda:

- . Não utilize internamente.
- . Não utilize em grávidas ou crianças.
- . Em caso de enjoo com o aroma, suspenda seu uso e mantenha-se em local arejado.

Você encontra óleo essencial de arruda em:

www.laszlo.com.br



Referências:

- 1.Ntalli NG, Manconi F, Leonti M, Maxia A, Caboni P. Aliphatic ketones from *Ruta chalepensis* (Rutaceae) induce paralysis on root knot nematodes. *J Agric Food Chem*. 2011 Jul 13;59(13):7098-103.
- 2.Conti B, Leonardi M, Pistelli L, Profeti R, Ouergemmi I, Benelli G. Larvicidal and repellent activity of essential oils from wild and cultivated *Ruta chalepensis* L. (Rutaceae) against *Aedes albopictus* Skuse (Diptera: Culicidae), an arbovirus vector. *Parasitol Res*. 2013 Mar;112(3):991-9.
- 3.Haddouchi F, Chaouche TM, Zaouali Y, Ksouri R, Attou A, Benmansour A. Chemical composition and antimicrobial activity of the essential oils from four *Ruta* species growing in Algeria. *Food Chem*. 2013 Nov 1;141(1):253-8.
- 4.Science Direct, 2011.
- 5.Apsnet, 2011
- 6.http://sigarra.up.pt/fmup/pt/noticias_geral.ver_noticia?p_nr=726 (visitado em agosto de 2013)
- 7.COBERLINNI, L.G. Aborto por *Aspergillus fumigatus* e *Aspergillus niger* em bovinos no sul do Brasil. *Pesquisa Veterinária Brasileira*. v. 23., Rio de Janeiro, RJ., 2003
- 8.De Feo V, De Simone F, Senatore F. Potential allelochemicals from the essential oil of *Ruta graveolens*. *Phytochemistry*. 2002 Nov;61(5):573-8.

