



FITOTERÁPICOS PARA O MANEJO DA ALOPECIA ANDROGENÉTICA: UMAREVISÃO NARRATIVA

MARIA MICHELLE SILVA DE ARAÚJO; RENAN WEVERTON PAULINO MARQUES;
MARIANNA DE OLIVEIRA PORTELA; KARINNE GRAZIELLE OLIVEIRA SILVA;
LEANDRO DE ALBUQUERQUE MEDEIROS

Introdução: A alopecia androgenética é uma condição genética de perda progressiva de cabelos, que afeta homens e mulheres, sendo mais prevalente entre os 30 e 65 anos. Associada à conversão da testosterona em di-hidrotestosterona pela enzima 5-alfa-redutase e a um fluxo sanguíneo inadequado no couro cabeludo, essa condição impacta negativamente a qualidade de vida, a autoestima e o bem-estar psicológico dos pacientes, podendo desencadear ansiedade e depressão. Os tratamentos convencionais, como minoxidil e finasterida, apresentam eficácia reconhecida, mas frequentemente acarretam efeitos adversos significativos, como prurido, hirsutismo, disfunção erétil e irregularidades menstruais, resultando em baixa adesão terapêutica. Nesse contexto, terapias baseadas na fitoterapia têm ganhado destaque por oferecerem boa eficácia com menor risco de reações adversas. **Objetivo:** Elucidar a importância dos fitoterápicos utilizados no tratamento da alopecia androgenética como alternativa terapêutica aos medicamentos convencionais. **Materiais e Métodos:** Esta revisão de literatura analisou publicações entre 2018 e 2023, utilizando os descritores “phytotherapy” AND “androgenetic alopecia”, e identificou evidências promissoras sobre o uso de *Serenoa repens* (saw palmetto), *Camellia sinensis* (chá verde), *Cucurbita pepo* (semente de abóbora) e *Rosmarinus officinalis* (alecrim-pimenta). **Resultados:** Esses fitoterápicos apresentam mecanismos de ação que incluem a inibição da 5-alfa-redutase, redução da di-hidrotestosterona, propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes, e melhora da circulação sanguínea no couro cabeludo. Foi identificado um estudo que demonstrou desfechos e eficácia semelhante entre o óleo de alecrim-pimenta e o Minoxidil, sobre a regeneração dos folículos capilares, enquanto o chá verde e o saw palmetto atuam na inibição competitiva da enzima 5-alfa-redutase, estimulando o crescimento capilar. A semente de abóbora contribui com efeitos antioxidantes e anti-inflamatórios adicionais. Os resultados evidenciam que os fitoterápicos oferecem uma abordagem eficaz e segura para o manejo da alopecia androgenética, reduzindo a progressão da queda capilar sem os efeitos adversos comuns aos tratamentos convencionais. **Conclusão:** Portanto, é inegável que esses tratamentos à base de produtos naturais apresentam uma vantagem significativa devido à redução das reações adversas frequentemente associados aos tratamentos convencionais. Apesar desses benefícios, há necessidade de mais estudos que busquem avaliar extratos padronizados e delimitar melhor a posologia, a fim de delinear melhor sua segurança e eficácia.

Palavras-chave: **CABELO; FITOTERAPIA; ALTERNATIVAS; TRATAMENTO; REAÇÕES**