

HERBARIUM BENVERDE

Volume 3 - *Arnica* spp.



Arnica montana – Ilustração botânica histórica (1887)



Prancha botânica histórica da *Arnica montana*, extraída de Köhler's *Medizinal-Pflanzen in naturgetreuen Abbildungen mit kurz erläuterndem Texte* (1887), atlas dedicado à farmacopéia europeia e norte-americana.

A ilustração apresenta características morfológicas da espécie, incluindo flores amarelas, folhas basais opostas e detalhes florais ampliados, servindo como referência para identificação botânica e estudos de plantas medicinais.

Fonte: Köhler's *Medizinal-Pflanzen* (1887) – Domínio público

Disponível em Wikimedia Commons

DOI: 10.5962/bhl.title.623



Arnica – Ilustração médica histórica (1912)



Ilustração da planta conhecida como arnica publicada no Larousse Médical Illustré (1912), obra de referência da medicina popular europeia do início do século XX.

Fonte: Larousse Médical Illustré, Paris (1912)

Imagem em domínio público – via Wikimedia Commons

URL: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arnica-LarousseMedical.jpg>

Organização: Galtier-Boissière

Entre tintas e raízes, a arnica revela seu lugar na história médica europeia.

Descrição botânica – *Arnica spp.* (Asteraceae)

Síntese morfológica e taxonômica do grupo popularmente denominado “arnica”



Arnica montana (L.) –
Arnica-europeia



Solidago chilensis Meyen –
Arnica-brasileira



Porophyllum ruderale (Jacq.) Cass. –
Arnica-do-campo

1. Classificação taxonômica

- **Reino:** Plantae
- **Divisão:** Magnoliophyta
- **Classe:** Magnoliopsida
- **Ordem:** Asterales
- **Família:** Asteraceae
- **Gênero(s):** *Arnica*, *Solidago*, *Porophyllum*
- Principais espécies tratadas neste volume:
 - Arnica montana* (Europa)
 - Solidago chilensis* (Brasil – arnica-brasileira)
 - Porophyllum ruderale* (Brasil – arnica-do-campo)

2. Morfologia geral da planta

Arquitetura e porte

Plantas herbáceas e perenes, com variação quanto ao habitat e arquitetura foliar. Enquanto *Arnica montana* apresenta hábito típico de regiões montanhosas temperadas, *Solidago chilensis* e *Porophyllum ruderale* são espécies adaptadas a ecossistemas tropicais e subtropicais, especialmente cerrados, campos e capoeiras brasileiras.

Folhas

- Geralmente simples, inteiras e alternas ou basais
- Em *Arnica montana*: folhas ovais e opostas, dispostas em roseta basal
- Em *Solidago chilensis*: folhas longas e lanceoladas
- Em *Porophyllum ruderale*: folhas largas, aromáticas e com aspecto suculento
- A diversidade foliar reflete a adaptação ecológica de cada espécie ao seu ambiente.

Descrição botânica – Arnica spp. (continuação)

Inflorescência e flores

- Capítulos florais amarelos, característicos da família Asteraceae
 - Lígulas externas vistosas, dispostas em uma só camada
 - Flores do disco centrais, tubulares
 - Em *Solidago chilensis*, as inflorescências formam espigas ramificadas
 - Em *Arnica montana*, capítulos solitários e bem definidos
- As flores amarelas são o traço unificador do nome popular arnica.

Caule

- Predominantemente herbáceo
- Em algumas espécies, ramificado em touceiras
- Em *Porophyllum ruderale*, tende ao porte subarbustivo, característica marcante no Cerrado

Raiz e propagação

- Presença de rizomas em *Arnica montana*, estratégia comum para espécies de altitude
- Multiplicação por sementes e mudas, variando conforme o gênero

3. Observação etnobotânica

O nome arnica no Brasil refere-se menos à identidade taxonômica e mais à função cultural: plantas de floresta, campo ou quintal usadas para cuidar do corpo após impactos físicos. Essa convergência de propósitos explica por que espécies distintas compartilham o mesmo nome popular, mesmo pertencendo a gêneros diferentes.

Uso etnobotânico e evidências científicas

Arnica spp. (Asteraceae)



1. Usos Tradicionais

O nome “arnica” é amplamente empregado na medicina popular para designar diferentes plantas de flores amarelas utilizadas em casos de contusões, hematomas, dores musculares e inflamações. Embora a espécie europeia *Arnica montana* L. seja a referência histórica da fitoterapia ocidental, no Brasil esse nome também se aplica a outras plantas com propriedades semelhantes, como *Solidago chilensis* (arnica-brasileira) e *Porophyllum ruderale* (arnica-do-campo). Entre os principais usos tradicionais, destacam-se:

- Alívio de hematomas, edemas e torções
- Aplicações tópicas para contusões, entorses e dores musculares
- Cataplasmas, tinturas e pomadas aplicadas sobre áreas lesionadas
- Emprego ritualístico em comunidades tradicionais, associado à ideia de "puxar a dor" do corpo
- Uso externo como anti-inflamatório natural após pancadas, quedas e esforços físicos
- Na Europa, a arnica faz parte de antigos boticários alpinos, sendo aplicada desde a Idade Média

Nota etnobotânica:

No Brasil, a diferenciação entre as espécies é pouco difundida fora do meio acadêmico — o que faz com que o termo arnica funcione culturalmente como um arquétipo medicinal, mais do que uma identidade botânica.

2. Evidências Científicas Atuais

Pesquisas contemporâneas demonstram que diferentes espécies denominadas como arnica:

- Possuem compostos sesquiterpênicos (como helenalina) associados à modulação inflamatória
- Apresentam ações analgésicas, anti-inflamatórias, antiedematosas e cicatrizantes
- Reduzem edemas, aceleram a reabsorção de hematomas e contribuem para a recuperação tecidual
- Demonstram potencial para uso em traumas musculares e esportivos
- Podem apresentar efeitos similares, em alguns estudos, ao uso de anti-inflamatórios convencionais

Contudo:

⚠ Importante

O uso interno da arnica e de extratos ricos em helenalina é contraindicado, podendo causar toxicidade hepática, arritmias e irritações gastrointestinais.

- ➡ Para fins terapêuticos seguros, recomenda-se uso tópico e produtos formulados adequadamente.

Uso etnobotânico e evidências científicas

Arnica spp. - Continuação

3. Tabela Comparativa

Origem e distribuição	Europa, regiões montanhosas frias	Brasil – Sul e Sudeste	Brasil – Cerrado e Caatinga
Hábito e porte	Herbácea perene	Herbácea rizomatosa	Arbustiva, ramos lenhosos
Folhas	Opostas, basais, lanceoladas	Alternas, lanceoladas	Largas, aromáticas, textura rugosa
Flores	Capítulos solitários amarelos	Inflorescências amarelas em espiga	Inflorescências amarelas discretas
Usos tradicionais	Contusões, hematomas, dores musculares	Contusões, pancadas, inflamações	Anti-inflamatória tópica, cicatrizante
Observações botânicas	Espécie mais estudada do gênero	Popular na fitoterapia brasileira	Frequentemente confundida com outras “arnicas”

Segurança, formas de uso externo e referências científicas



1. Segurança e precauções

- ✓ Uso interno contraindicado para todas as espécies conhecidas como arnica, devido à presença de helenalina e outros compostos com potencial hepatotóxico e cardiotoxico.
- ✓ Permitido apenas uso tópico em concentrações adequadas.
- ✓ Não aplicar em feridas abertas, mucosas, queimaduras, cortes profundos ou pele ulcerada.
- ✓ Evitar o uso durante gravidez, lactação e em crianças pequenas sem orientação profissional.
- ✓ Pessoas sensíveis à família Asteraceae (como camomila, girassol, losna) podem apresentar reações alérgicas.
- ✓ O uso excessivo pode causar dermatite, ardência, bolhas ou aumento da inflamação local.
- ✓ Não combinar com corticosteroides tópicos ou com outros anti-inflamatórios sem supervisão.

2. Formas tradicionais de uso externo

a) Tinturas

- Obtidas por maceração das flores
- Aplicação tópica local com algodão ou pincel
- Frequência: 2–3 vezes ao dia, evitando exposição solar direta

b) Pomadas e cremes

- Usadas em contusões, hematomas, torções, dores musculares e pós-esforço
- Não aplicar em áreas lesionadas abertas

c) Cataplasmas

- Folhas maceradas ou inflorescências secas
- Aplicar sobre a região afetada por 15–20 minutos

Em comunidades tradicionais, a arnica é chamada de “planta que puxa a dor”, reforçando seu simbolismo no campo etnobotânico brasileiro.

3. Referências científicas

- Paulsen & Schreiner, 2020 – *Arnica montana*: phytochemistry and pharmacological profile
- Lyss et al., 1998 – Helenalin and sesquiterpenes: inflammatory pathways
- Barbosa et al., 2007 – Uso tópico de *Solidago chilensis* em inflamações musculares
- Falk & Meyer, 2013 – Arnica: clinical considerations and safety profile
- Duke's Phytochemical Database – *Arnica* spp. constituents and actions

“Entre montanhas e curandeiros, a arnica ensina que a cura não é força bruta, é o toque certo no lugar certo.”



Benverde
Sabores do Bem



HERBARIUM BENVERDE

Volume 3 – *Arnica* spp. (Asteraceae)

Este material integra o projeto editorial Biblioteca Botânica Benverde, dedicado à valorização da etnobotânica brasileira, documentação histórica e educação em fitoterapia responsável.

Direitos editoriais @ Benverde, 2025.

Permitida reprodução com citação da fonte.

Ilustrações históricas:

As imagens botânicas utilizadas neste volume provêm de acervos públicos internacionais, em domínio público:

- Otto Wilhelm Thomé (1885) – *Arnica montana* L.
- Larousse Médical Illustré (1912) – *Arnica* spp.
- Biodiversity Heritage Library – Acervo botânico histórico

Curadoria e pesquisa: *Herbarium Benverde.*

“Entre folhas, memórias e raízes, nasce o saber que atravessa gerações.”

Herbarium Benverde – Coleção Saberes do Brasil