



Benefícios Cutâneos do Óleo de Argan na Pós-menopausa.

O consumo diário de óleo de argan associado à aplicação tópica de uma formulação contendo-o proporciona melhora significativa da elasticidade cutânea¹.



O óleo de argan apresenta diversas propriedades terapêuticas, dentre elas potente atividade contra os radicais livres formados durante a exposição aos raios UV, atividade anti-inflamatória, quimiopreventiva, entre outras²⁻⁸.

A aplicação tópica do óleo de argan proporciona efeitos benéficos na hidratação cutânea, através da redução da TEWL e do aumento do conteúdo de água na epiderme⁹.

Estudo avalia o efeito da suplementação e aplicação tópica do óleo de argan na elasticidade cutânea em mulheres pós-menopausa¹.

Neste estudo, 60 mulheres no período pós-menopausa foram randomizadas para receber os seguintes tratamentos:

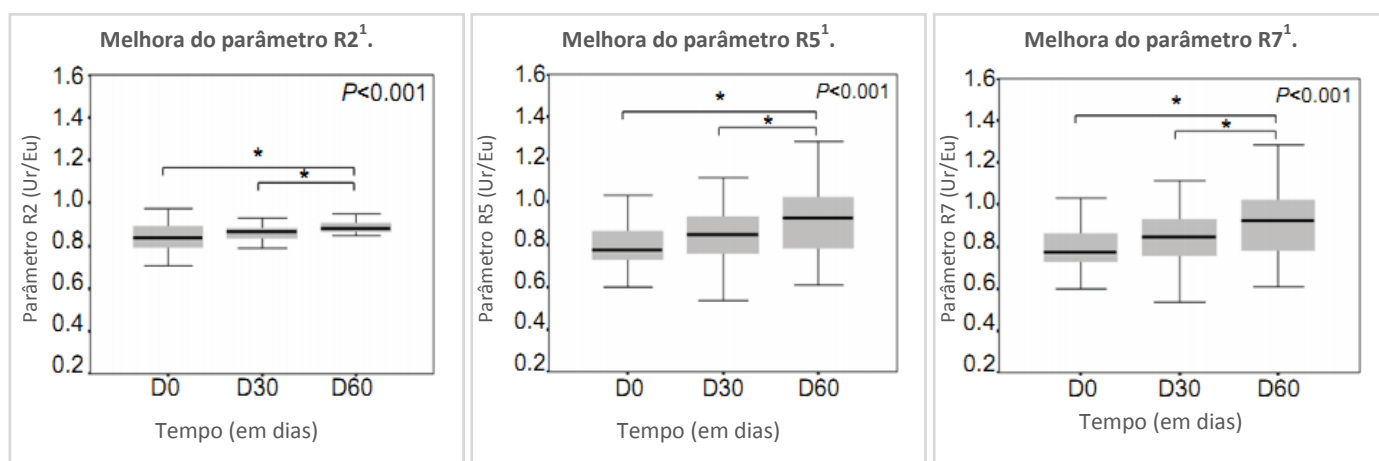
**Grupo 1 (n= 30): Óleo de argan oral +
formulação contendo óleo de argan, durante 60 dias.**

**Grupo 2 (n= 30): Óleo de oliva oral +
formulação contendo óleo de argan, durante 60 dias.**

As avaliações de parâmetros de elasticidade da pele, ou seja, os três parâmetros-R (R2 – elasticidade bruta da pele, R5 elasticidade líquida da pele e R7 elasticidade biológica), e o tempo de execução de ressonância (RRT) em ambos os antebraços dos dois grupos foram realizadas durante três visitas: antes de iniciar o consumo de óleos e aplicação, depois 30 dias de consumo de óleos e aplicação e, após 60 dias de consumo de óleos e aplicação.

Resultados:

- O consumo de óleo de argan proporcionou aumento significativo ($p < 0,001$) da elasticidade bruta da pele (R2), da elasticidade líquida (R5) e da elasticidade biológica (R7). Além disso, a suplementação diária de óleo de argan reduziu significativamente o tempo de execução cutânea (RTT) ($p < 0,002$). Os resultados demonstram que a formulação contendo óleo de argan proporciona efeito hidratante à pele.



O consumo diário de óleo de argan associado à aplicação tópica de uma formulação contendo óleo de argan proporciona melhora significativa da elasticidade cutânea, caracterizada pelo aumento dos parâmetros R2, R5 e R7 e diminuição significativa do parâmetro RTT¹.

A diminuição da secreção estrogênica observada durante a menopausa afeta negativamente a elasticidade da pele por um decréscimo de colágeno e fibras elásticas nos fibroblastos dérmicos, característico do envelhecimento cutâneo. O tratamento com estrogênio inverte as alterações das fibras colágenas e elásticas que favorecem a melhora da elasticidade da pele em mulheres na pós-menopausa. Porém o uso prolongado de estrogênio na forma de terapia de substituição hormonal provoca muitos eventos fisiopatológicos. O consumo de óleo de argan na dieta mostrou ter um efeito positivo na prevenção de certas doenças (níveis elevados de colesterol, doenças do coração, diabetes, etc) que são conhecidas por terem uma alta incidência em mulheres na pós-menopausa e que pode, assim, ser benéfico no tratamento da elasticidade cutânea reduzida durante a menopausa¹.

Propostas Terapêuticas Baseadas em Evidências Científicas

ÓLEO DE ARGAN – USO ORAL ¹		MANTEIGA CONTENDO ÓLEO DE ARGAN ¹	
Óleo de argan	25ml	Óleo de argan	5%
Administrar 25ml ao dia.		Manteiga base qsp	60g
		Aplicar em todo o corpo duas vezes ao dia.	

Estudo de revisão avalia o potencial terapêutico do óleo de argan².

Benefícios terapêuticos do óleo de argan²

Autores	Propriedades
Khallouki et al ³	Composição química do óleo de argan apresenta propriedades quimiopreventivas.
Berrouguini ⁴	Compostos fenólicos do óleo de argan inibem a oxidação das lipoproteínas de baixa densidade e apresenta propriedades hipoglicemiantes.
Drissi et al ⁵	Óleo de argan apresenta potentes propriedades antioxidantes.
Adlouni et al ⁶	Óleo de argan reduz o risco de obesidade.
Cherki et al ⁷	Óleo de argan apresenta atividade antiaterogênica.
Mekhfi ⁸	Óleo de argan inibe a agregação plaquetária.

Componentes do óleo de argan e suas propriedades².



Fitoesteróis²
Prevenção do envelhecimento cutâneo. Melhora o metabolismo da pele e reduz a inflamação. Promove a hidratação cutânea e apresenta atividade quimiopreventivas.

Esqualenos²
Inibe os radicais livres gerados pela exposição à radiação ultravioleta protegendo contra o câncer de pele.

Polifenóis²
Melhora a resposta imune, repara o dano causado ao DNA pela exposição à radiação UV.

Vitamina E²
Reduz a aparência das cicatrizes e estrias. Diminui o risco de doenças do coração e doenças degenerativas.

Ácido ferúlico²
Apresenta potente efeito quimiopreventivo. Diminui os sintomas da menopausa e o risco de doenças cardiovasculares.

Carotenoides²
Apresenta efeito protetor dos olhos e contra radicais livres formados pela exposição à radiação UV. Apresenta atividade quimiopreventiva e reduz o risco de doenças cardiovasculares.

O óleo de argan apresenta diversas propriedades terapêuticas, dentre elas potente atividade antioxidante contra os radicais livres formados durante à exposição aos raios UV, atividade anti-inflamatória, quimiopreventiva, entre outras².

Óleo de Argan

Hidratação
Estimula o crescimento
Restaura o dano capilar

Cabelos

Fortalece as unhas
Melhora a circulação

Unhas

Hidratação
Efeito antiaging
Melhora eczemas, psoríase, acne

Pele

Concentração usual: Até 100%

Os benefícios terapêuticos do consumo do óleo de Argan têm sido mencionados pelos nativos do Marrocos e exploradores por mais de oito séculos, entretanto, permaneceu sem pesquisas por muito tempo. Tradicionalmente, o óleo de Argan é conhecido pelas suas propriedades cardioprotetoras e também pela sua utilização para infecções cutâneas. O óleo de Argan é composto principalmente por ácidos graxos monoinsaturados (até 80%) e saturados (até 20%)^{2,10}

Em quantidades menores, são encontrados polifenóis, tocoferóis, esteróis, esqualeno e alcoóis triterpênicos. Quando unidos aos ácidos graxos monoinsaturados, estes componentes “menores” são os responsáveis pelos efeitos benéficos deste óleo^{2,10}.

O ácido oleico apresenta numerosos efeitos terapêuticos que contribuem para as importantes propriedades do óleo de Argan. Uma vez que a deficiência do ácido oleico pode induzir à problemas de cicatrização de feridas, acredita-se que o conteúdo de ácido oleico presente no óleo de Argan possa contribuir no processo de cicatrização e na redução do processo inflamatório no local da aplicação^{2,10}.

Literatura Consultada

Pesquisado em Fevereiro de 2015.

1. Qiraouani Boucetta K, Charrouf Z, Aguenau H, Derouiche A, Bensouda Y. The effect of dietary and/or cosmetic argan oil on postmenopausal skin elasticity. *Clin Interv Aging*. 2015 Jan 30;10:339-49.
2. Monfalouti HE, Guillaume D, Denhez C, Charrouf Z. Therapeutic potential of argan oil: a review. *J Pharm Pharmacol*. 2010 Dec;62(12):1669-75.
3. Khallouki F, Younos C, Soulimani R, Oster T, Charrouf Z, Spiegelhalter B, Bartsch H, Owen RW. Consumption of argan oil (Morocco) with its unique profile of fatty acids, tocopherols, squalene, sterols and phenolic compounds should confer valuable cancer chemopreventive effects. *Eur J Cancer Prev*. 2003 Feb;12(1):67-75.
4. Berrougui H, Cloutier M, Isabelle M, Khalil A. Phenolic-extract from argan oil (*Argania spinosa* L.) inhibits human low-density lipoprotein (LDL) oxidation and enhances cholesterol efflux from human THP-1 macrophages. *Atherosclerosis*. 2006 Feb;184(2):389-96.
5. Drissi A, Girona J, Cherki M, Godàs G, Derouiche A, El Messal M, Saile R, Kettani A, Solà R, Masana L, Adlouni A. Evidence of hypolipemiant and antioxidant properties of argan oil derived from the argan tree (*Argania spinosa*). *Clin Nutr*. 2004 Oct;23(5):1159-66.
6. Monfaloutia HE, Guillaumea D, Denheza C, Charroufb Z. Therapeutic potential of argan oil: a review. *Journal of Pharmacy and Pharmacology* 2010; 62: 1669–1675.
7. Cherki M, Derouiche A, Drissi A, El Messal M, Bamou Y, Idrissi-Quadghiri A, Khalil A, Adlouni A. Consumption of argan oil may have an antiatherogenic effect by improving paraoxonase activities and antioxidant status: Intervention study in healthy men.
8. Mekhfi H. Effect of argan oil on platelet aggregation and bleeding time: a beneficial nutritional property. *J Compl Integr Med* 2008; 5: 18.
9. Boucetta KQ, Charrouf Z, Aguenau H, Derouiche A, Bensouda Y. Does Argan oil have a moisturizing effect on the skin of postmenopausal women? *Skin Res Technol*. 2013 Aug;19(3):356-7.
10. Guillaume D, Charrouf Z. Argan oil. *Monograph. Altern Med Rev*. 2011 Sep;16(3):275-9.