

Curcumina e seu potencial terapêutico na doença inflamatória intestinal: Uma revisão sistemática

Curcumin and its therapeutic potential in inflammatory bowel disease: A systematic review

Curcumina y su potencial terapéutico en la enfermedad inflamatoria intestinal: Una revisión sistemática

Recebido: 11/03/2026 | Revisado: 16/03/2026 | Aceitado: 16/03/2026 | Publicado: 18/03/2026

Maria Eduarda De Souza Brustolin

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3854-1845>

Centro Universitário Campo Real, Brasil

E-mail: maria30duda@gmail.com

Gabriela Dalberto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3887-7951>

Centro Universitário Campo Real, Brasil

E-mail: prof_gabrieladalberto@camporeal.edu.br

Resumo

As doenças inflamatórias intestinais (DIIs), como a Doença de Crohn e a retocolite ulcerativa, são condições crônicas caracterizadas por uma inflamação persistente do trato gastrointestinal que gera impacto funcional e psicológico na vida dos pacientes. Diante deste cenário, uma alternativa que vem sendo amplamente estudada com relação ao tratamento e diagnóstico é o composto Curcuma longa, sobretudo por seu potencial terapêutico relacionado às suas propriedades anti-inflamatórias, antioxidantes e imunomoduladores. Esta revisão sistemática teve como objetivo reunir e analisar evidências científicas recentes acerca dos efeitos da curcumina no tratamento das DIIs. Foram selecionados 18 artigos publicados entre 2020 e 2025 nas bases PubMed, SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde BVS, avaliando a eficácia da curcumina isolada ou combinada com a piperina. Os resultados demonstraram benefícios significativos na redução da inflamação intestinal, melhora clínica dos sintomas e perfil de segurança favorável. Contudo, limitações como a baixa biodisponibilidade e a heterogeneidade metodológica entre os estudos indicam a necessidade de mais ensaios clínicos controlados. A curcumina se mostra promissora como tratamento adjuvante nas DIIs, desde que seu uso seja guiado por evidências robustas e acompanhamento profissional.

Palavras-chave: Curcumina; Curcuma longa; Doença inflamatória intestinal; Anti-inflamatórios naturais; Terapias complementares.

Abstract

Inflammatory bowel diseases (IBDs), such as Crohn's disease and ulcerative colitis, are chronic conditions characterized by persistent inflammation of the gastrointestinal tract, generating functional and psychological impacts on patients' lives. In this context, an alternative that has been widely studied in relation to treatment and diagnosis is the compound *Curcuma longa*, especially for its therapeutic potential related to its anti-inflammatory, antioxidant, and immunomodulatory properties. This systematic review aimed to gather and analyze recent scientific evidence on the effects of curcumin in the treatment of IBDs. Eighteen articles published between 2020 and 2025 in the PubMed, SciELO, and Virtual Health Library (BVS) databases were selected, evaluating the efficacy of curcumin alone or combined with piperine. The results demonstrated significant benefits in reducing intestinal inflammation, clinical improvement of symptoms, and a favorable safety profile. However, limitations such as low bioavailability and methodological heterogeneity among the studies indicate the need for more controlled clinical trials. Curcumin shows promise as an adjunct treatment for IBDs, provided its use is guided by robust evidence and professional monitoring.

Keywords: Curcumin; Curcuma longa; Inflammatory bowel disease; Natural anti-inflammatories; Complementary therapies.

Resumen

Las enfermedades inflamatorias intestinales (EII), como la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa, son afecciones crónicas caracterizadas por la inflamación persistente del tracto gastrointestinal, lo que repercute funcional y psicológicamente en la vida de los pacientes. En este contexto, una alternativa ampliamente estudiada en relación con el tratamiento y el diagnóstico es el compuesto Curcuma longa, especialmente por su potencial terapéutico relacionado con

sus propiedades antiinflamatorias, antioxidantes e inmunomoduladoras. Esta revisión sistemática tuvo como objetivo recopilar y analizar la evidencia científica reciente sobre los efectos de la curcumina en el tratamiento de las EII. Se seleccionaron 18 publicados entre 2020 y 2025 en las bases de datos como PubMed, SciELO y la Biblioteca Virtual de Salud (BVS), que evaluaban la eficacia de la curcumina sola o en combinación con piperina. Los resultados demostraron beneficios significativos en la reducción de la inflamación intestinal, la mejoría clínica de los síntomas y un perfil de seguridad favorable. Sin embargo, limitaciones como la baja biodisponibilidad y la heterogeneidad metodológica entre los estudios indican la necesidad de realizar más ensayos clínicos controlados. La curcumina se muestra prometedora como tratamiento adyuvante para la EII, siempre que su uso se base en evidencia sólida y sea supervisado por profesionales.

Palabras clave: Curcumina; Curcuma longa; Enfermedad inflamatoria intestinal; Antiinflamatorios naturales; Terapias complementarias.

1. Introdução

As doenças inflamatórias intestinais (DIIs), notadamente a doença de Crohn e a retocolite ulcerativa, constituem patologias crônicas de caráter inflamatório que acometem diferentes segmentos do trato gastrointestinal, caracterizando-se por fases alternadas de atividade e remissão clínica. Segundo Khor et al. (2011), embora a etiologia dessas enfermidades ainda não esteja completamente elucidada, a influência de uma complexa interação entre predisposição genética, fatores ambientais, disfunções do sistema imunológico e alterações da microbiota intestinal é reconhecida.

Com o aumento progressivo da prevalência das DIIs e diante da complexidade de sua fisiopatologia, observa-se um esforço crescente da comunidade científica no sentido de identificar estratégias terapêuticas que promovam controle eficiente da inflamação e melhorem a qualidade de vida dos pacientes. As manifestações clínicas mais recorrentes incluem dor abdominal crônica, diarreia persistente, perda de peso, fadiga e febre, associadas a manifestações extra intestinais, como artralgia e eritema nodoso. Esses sintomas impactam de maneira significativa a saúde física e mental dos indivíduos acometidos, limitando atividades diárias e comprometendo o bem-estar emocional e social (Bodini et al., 2021; Al-Bawardy et al., 2021).

Apesar dos avanços terapêuticos alcançados com o uso de corticosteróides, imunossupressores e agentes biológicos, os tratamentos convencionais ainda apresentam limitações importantes, como efeitos adversos, alto custo, necessidade de monitoramento contínuo e, em alguns casos, perda de resposta ao longo do tempo (Torres et al., 2020). Nesse contexto, cresce o interesse por terapias complementares que associam eficácia clínica a um perfil de segurança mais favorável.

Entre essas alternativas, destaca-se a curcumina, um composto polifenólico extraído da planta *Curcuma longa* L., que vem sendo amplamente investigado por suas propriedades anti-inflamatórias, antioxidantes e imunomoduladoras, demonstradas em diversos modelos experimentais e ensaios clínicos recentes (Srinivasan et al., 2021; Cheng et al., 2022). Estudos contemporâneos têm explorado seu uso no manejo das DIIs, tanto de forma isolada quanto em associação com substâncias como a piperina, um alcalóide natural presente na pimenta-do-reino que possui propriedades bioativas relevantes e potencial de aumentar a biodisponibilidade de diversos compostos farmacológicos ao inibir enzimas metabolizadoras e transportadores de efluxo intestinal. As pesquisas têm como objetivo aumentar sua biodisponibilidade e potencial terapêutico.

A curcumina atua na modulação de diversas vias fisiopatológicas, sendo capaz de reduzir a expressão de citocinas pró-inflamatórias, inibir a migração de neutrófilos, prevenir a apoptose de células intestinais e interferir em mecanismos associados ao estresse oxidativo e à fibrogênese (Avasarala et al., 2013).

Desta forma, esta revisão sistemática teve como objetivo reunir e analisar evidências científicas recentes acerca dos efeitos da curcumina no tratamento das DIIs.

2. Metodologia

Realizou-se uma pesquisa de revisão bibliográfica (Snyder, 2019) de abordagem quantitativa em relação aos 18 (Dezoito) artigos selecionados para compor o corpus da pesquisa e, qualitativa em relação às discussões realizadas sobre os artigos selecionados (Pereira et al., 2018; Risemberg et al., 2026), num estudo de revisão sistemática integrativa (Crossetti, 2012).

Este estudo consiste em uma revisão sistemática sobre a curcumina e os seus efeitos terapêuticos nas doenças inflamatórias intestinais. A revisão sistemática é uma investigação científica focada em um tema definido, que visa identificar, selecionar, avaliar criticamente e sintetizar as evidências relevantes disponíveis. É conduzida com o propósito de apresentar uma análise abrangente e atualizada do conhecimento existente sobre o assunto, fornecendo ao leitor uma compreensão completa e confiável dos avanços na área, com base em evidências organizadas e metodologicamente validadas, assegurando a integridade e a confiabilidade das conclusões apresentadas (Galvão, 2024).

A seleção dos estudos incluídos nesta revisão foi realizada de forma online, com base em metodologia estruturada e fundamentação científica sólida, incluindo coleta de dados de análises estatísticas apropriadas quando disponíveis e observados seus resultados. Foram utilizadas as seguintes bases de dados eletrônicas para a realização das buscas: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed, SciELO, MEDLINE e ScienceDirect. O processo de busca contemplou artigos científicos completos, escritos nos idiomas português e inglês, que abordassem especificamente os efeitos terapêuticos da curcumina em doenças inflamatórias intestinais

O intervalo temporal definido para a inclusão dos estudos foi de 2020 a 2025. Foram utilizados como descritores os termos “Curcumina”, “Cúrcuma longa” e “doenças inflamatórias intestinais”, assim como suas respectivas traduções em inglês: “Curcumin”, “Curcuma longa” e “inflammatory bowel diseases”. A estratégia de busca aplicou o operador booleano “E” (AND), a fim de combinar os descritores e refinar os resultados para contemplar artigos que tratassem diretamente da temática proposta.

Os critérios de inclusão adotados foram: artigos completos disponíveis gratuitamente nas bases consultadas, publicados entre os anos de 2020 e 2025, redigidos em português ou inglês, e que apresentassem relação direta com os efeitos terapêuticos da curcumina em doenças inflamatórias intestinais, conforme Figura 1. Por outro lado, foram excluídos os estudos que estivessem em outros idiomas que não os previamente mencionados, que não estivessem disponíveis na íntegra em acesso gratuito, que não correspondessem à temática da pesquisa ou que estivessem fora do período de publicação estabelecido.

O processo de seleção dos artigos foi realizado em três etapas: leitura inicial dos títulos, seguida da análise dos resumos e, por fim, da leitura completa dos textos selecionados. A análise dos dados foi feita de forma crítica e descritiva, visando sintetizar as evidências disponíveis e oferecer uma visão abrangente e fundamentada sobre os efeitos terapêuticos da curcumina nas doenças inflamatórias intestinais.

Figura 1 - Fluxograma PRISMA do processo de seleção dos estudos.



Fonte: Fluxo Prisma, elaborado pelo autor com base no modelo PRISMA 2020 (Page *et al.*, 2021).

Os 18 (Dezoito) artigos selecionados para compor o corpus da pesquisa foram os seguintes: (1) Abraham & Cho, 2009; (2) Ordás et al., 2012; (3) Singla et al., 2022; (4) Memarzia et al., 2021; (5) Song et al., 2023; (6) Silva, 2021 (este é utilizado mais duas vezes, mas não pode ser contabilizado mais que uma vez); (7) Singla et al., 2022; (8) Kumar et al., 2020; (9) Aleves, 2021; (10) Porro et al., 2019; (11) Zendedel et al., 2024; (12) Mazieiro et al., 2018; (13) Belgique, 2024; (14) Coelho et al., 2020; (15) Sugimoto et al., 2020; (16) Goulart et al., 2020; (17) Sueth-Santiago et al., 2015; (18) Mohseni, Saeid et al., 2025.

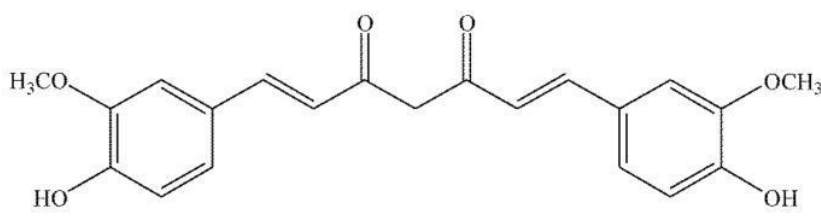
3. Resultados e Discussão

Todos os resultados obtidos na busca dos artigos foram organizados em um fluxo prisma apresentado na Figura 1.

A etiologia das doenças inflamatórias intestinais (DIIs) é complexa, envolve a interação entre predisposição genética, fatores de alterações na microbiota intestinal e desbalanços no sistema imune (Abraham & Cho, 2009). A doença de Crohn pode afetar qualquer parte do tubo digestivo de maneira segmentar e transmural e a retocolite ulcerativa restringe-se à mucosa do cólon, geralmente iniciando-se no reto e progredindo de forma contínua (Ordás et al., 2012). O tratamento atual foca no controle da inflamação, mas limitações quanto à eficácia e à segurança dos fármacos convencionais têm impulsionado o interesse por terapias complementares, como o uso da curcumina, um composto bioativo com potencial anti-inflamatório e imunomodulador (Singla et al., 2022).

A cúrcuma longa destaca-se por suas propriedades anti-inflamatórias, antimicrobianas e antioxidantes, atribuídas principalmente à presença de curcumina (Figura 2), um curcuminóide com forte atividade biológica. Além de reduzir a produção de citocinas inflamatórias, inibir a migração de neutrófilos, prevenir a apoptose de células intestinais e modular vias relacionadas ao estresse oxidativo e à fibrogênese, a curcumina interfere na cascata do ácido araquidônico e na ativação do fator nuclear kappa B (NF-κB), reduzindo marcadores inflamatórios como IL-1, IL-6, TNF-α e enzimas como COX-2 e iNOS. Sua ação é potencializada pela presença de outros curcuminóides e compostos como óleos essenciais e resinas, embora sua baixa solubilidade em meio aquoso represente um desafio para formulações farmacêuticas (Memarzia et al., 2021).

Figura 2 - Fórmula molecular do curcuminóide curcumina (C₂₁H₂₀O₆), composta por anéis aromáticos, grupos hidroxila e cetona.



Fonte: Adaptado de Song, Fuhang, Feng & Yunjiang (2023).

Diversos estudos analisados confirmam o potencial terapêutico da curcumina, composto bioativo da *Curcuma longa*, no tratamento das DIIs. Sua ação anti-inflamatória, antioxidante e imunomoduladora tem sido amplamente investigada, tanto em modelos experimentais quanto em ensaios clínicos, com resultados promissores (Silva, 2021). O crescente interesse pela curcumina no tratamento da colite ulcerativa se justifica pelo seu perfil farmacológico multifacetado, que envolve a inibição de vias inflamatórias, como NF-κB e MAPK, a modulação da expressão de citocinas pró-inflamatórias e a promoção da integridade da barreira intestinal. (Singla et al. 2022).

Apesar de seus efeitos terapêuticos, a curcumina apresenta baixa biodisponibilidade oral, atribuída à sua reduzida solubilidade em água, rápida metabolização hepática e eliminação sistêmica acelerada, que tem motivado o desenvolvimento de estratégias para potencializar sua absorção e eficácia clínica. Entre as abordagens mais estudadas, destaca-se a coadministração com piperina, um composto presente no *Piper nigrum*, que tem mostrado grande eficácia na potencialização da biodisponibilidade da curcumina, aumentando a sua absorção e, consequentemente, melhorando os resultados terapêuticos.

A piperina inibe a metabolização precoce da curcumina, permitindo uma maior concentração sistêmica e prolongando sua ação, o que favorece o tratamento das DIIs. Este efeito sinérgico pode representar uma estratégia valiosa para pacientes que buscam alternativas naturais e eficazes no controle das manifestações inflamatórias intestinais.

Além disso, técnicas baseadas em nanotecnologia, como a formulação de nanopartículas, micelas, lipossomas e complexos fosfolipídicos, têm sido amplamente empregadas para proteger a curcumina da degradação e facilitar sua absorção intestinal. Essas nanoestruturas não apenas prolongam a liberação do composto no trato gastrointestinal, como também favorecem sua permeação celular (Kumar et al. 2020).

Uma revisão sistemática realizada por Alves (2021) analisou 62 estudos, sendo 54 em modelos animais e oito em ensaios clínicos. Nos modelos pré-clínicos, observou-se melhora macroscópica, histológica e funcional da mucosa intestinal, além da redução de biomarcadores inflamatórios e oxidativos. Nos estudos clínicos, a administração oral de curcumina, em associação à terapia medicamentosa convencional, resultou em aumento significativo da remissão e da resposta clínica. No entanto, não foram

observadas diferenças estatísticas relevantes em relação à remissão endoscópica, indicando a necessidade de mais investigações com metodologias padronizadas.

As evidências também indicam que a curcumina é capaz de reduzir a produção de citocinas pró-inflamatórias, como TNF- α e IL-1 β , essas citocinas desempenham um papel central na mediação de processos inflamatórios agudos e crônicos. Em modelos *in vitro* e *in vivo*, a curcumina demonstrou reduzir significativamente a expressão gênica e a liberação dessas moléculas, principalmente por meio da inibição da via de sinalização do fator de transcrição NF- κ B, um regulador-chave da resposta imune inflamatória. Constatou-se que a suplementação com curcumina promove reduções significativas nos níveis séricos de TNF- α e IL-1 β em pacientes com doenças inflamatórias crônicas. Além disso, a curcumina interfere na ativação de macrófagos e outras células do sistema imune, suprimindo a produção dessas citocinas sem causar efeitos adversos relevantes (Porro et al., 2019).

Assim, entende-se que a curcumina exerce seus efeitos anti-inflamatórios em parte pela modulação da resposta imune, contribuindo ainda para a diminuição da permeabilidade intestinal e para a atenuação de sintomas clínicos, como dor abdominal, diarreia, distensão e sangramento fecal. Em estudo clínico recente com pacientes com Doença de Crohn e Retocolite Ulcerativa, observou-se a redução de sintomas como gases e dor abdominal após a suplementação com curcumina associada à piperina (Silva, 2021).

Um estudo clínico randomizado, duplo-cego, placebo-controlado, incluiu adultos com CD ou UC que receberam curcumina ou curcumina e piperina durante 12 semanas, a suplementação iniciou-se no início do período do estudo e foi mantida continuamente por três meses completos, sendo a curcumina em administração oral com 1.000 mg por dia, e a piperina 10 mg por dia, em combinação com a curcumina. Essa dosagem combinada mostrou um aumento significativo na defesa antioxidante, embora outros marcadores inflamatórios e calprotectina fecal não tenham apresentado variações relevantes frente ao placebo (Zendedel et al., 2024).

Estudos também indicam que formulações otimizadas de curcumina, mesmo em doses menores, alcançam bons resultados clínicos, reforçando o papel da nanotecnologia no aprimoramento das terapias complementares. A via retal surge como alternativa eficaz, permitindo o uso de menores quantidades de curcumina com melhor aproveitamento terapêutico. Quanto à segurança, a curcumina apresenta um perfil favorável, sendo bem tolerada mesmo em doses elevadas, de até 8 g/dia, sem relatos de toxicidade significativa, seus efeitos biológicos amplos se devem à interação com fatores de transcrição, enzimas, proteínas e receptores celulares (Silva, 2021).

Embora os resultados em humanos sejam animadores, também foram relatados efeitos adversos leves, como desconfortos gastrointestinais, além da possibilidade de interferência com a coagulação sanguínea e o metabolismo hepático. Isso evidencia a importância do acompanhamento médico, sobretudo em pacientes que utilizam imunossupressores ou anticoagulantes, segundo Mazieiro et al., (2018), em estudo publicado na *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*. Estudos com modelos animais, como os camundongos knockout para IL-10, reforçam a capacidade da curcumina de modular positivamente a resposta inflamatória e oxidativa, além de demonstrar efeitos protetores sobre a estrutura da mucosa intestinal. As formulações transdérmicas, ao contornarem o trato gastrointestinal, mostram-se particularmente úteis no aumento da biodisponibilidade e na viabilidade clínica da substância (Mazieiro et al., 2018).

A curcumina também tem sido estudada na Síndrome do Intestino Irritável (SII), distúrbio funcional caracterizado por dor abdominal recorrente e alterações do hábito intestinal. Avaliada isoladamente ou em combinação com compostos, a curcumina tem demonstrado eficácia na redução de sintomas como dor, distensão abdominal e irregularidades intestinais, atuando pela modulação imunológica e pela melhoria da microbiota intestinal. Apesar dos avanços, a incorporação da curcumina à prática clínica ainda enfrenta obstáculos. A ausência de padronização quanto à dose terapêutica ideal, forma farmacêutica e tempo de tratamento limita a comparabilidade entre estudos e dificulta a formulação de protocolos clínicos consistentes. A padronização das formulações, aliada

à realização de estudos multicêntricos e de longa duração, é fundamental para validar os achados e consolidar a curcumina como alternativa terapêutica confiável e segura (Belgique, 2024).

Diversos estudos clínicos avaliaram a curcumina como terapia adjuvante ao tratamento com 5-ASA na retocolite ulcerativa (RCU), evidenciando sua relevante atividade anti-inflamatória. As formas e doses empregadas incluíram cápsulas orais (450 mg a 3 g/dia), formulações nanomicelares (240 mg/dia) e enemas com extrato padronizado NCB-02 (140 mg/dia), com duração variando entre 4 semanas e 12 meses. Os resultados demonstraram melhora clínica significativa, incluindo redução de sintomas como frequência de evacuações, urgência fecal, hematoquezia, dor abdominal e aumento do bem-estar geral, além de melhora nos parâmetros endoscópicos (Coelho et al., 2020).

O mecanismo de ação da curcumina baseia-se na inibição da via NF- κ B, semelhante ao 5-ASA, reduzindo a ativação de quinases associadas, a infiltração de células T CD4+. Apesar de não terem sido observadas diferenças significativas nas taxas de recidiva em 12 meses, estudos indicaram redução dos índices de atividade clínica e endoscópica em pacientes tratados com Curcumina (Lang et al., 2015).

Em ensaio clínico randomizado, Sugimoto e colaboradores (2020), demonstraram que o uso da formulação Theracurmin (180 mg/dia), resultou em melhora clínica e endoscópica com taxa de remissão de 15% e ausência de efeitos adversos graves. Revisões sistemáticas (Goulart et al., 2020) reforçaram esses achados, apontando maior eficácia da curcumina na indução de remissão clínica, endoscópica e histológica, especialmente com doses superiores a 450 mg/dia, por via oral ou retal. Os autores destacam, entretanto, a necessidade de mais estudos, especialmente em populações pediátricas e em pacientes com RCU em remissão.

O mecanismo da curcumina se dá pela participação da modulação de diferentes fenômenos biológicos, que vão da interferência na ativação de células do sistema imunitário, passando pela inibição de sinalizadores moleculares da resposta inflamatória, atividade antiparasitária, além da sua reconhecida ação antitumoral (Sueth-Santiago et al., 2015).

Em síntese, as evidências científicas analisadas nesta revisão sistemática apontam a curcumina como um agente promissor no tratamento adjuvante das Doenças Inflamatórias Intestinais. Seus efeitos anti-inflamatórios, aliados a um bom perfil de segurança e à capacidade de melhorar os sintomas clínicos, indicam que a curcumina pode representar uma estratégia complementar relevante. Contudo, é essencial que seu uso seja orientado por profissionais da saúde e respaldado por evidências clínicas sólidas, a fim de garantir eficácia e segurança no manejo das DII (Mohseni, Saeid et al., 2025).

Apesar dos resultados, a escassez de estudos clínicos com amostras amplas compromete a atividade das evidências, além heterogeneidade dos estudos incluídos, especialmente quanto à formulação, via de administração, dose, tempo de tratamento e características dos participantes, dificulta a padronização dos achados e pode ter interferido na reprodutibilidade dos resultados. A ausência de padronização quanto às formulações utilizadas e à definição de parâmetros clínicos e laboratoriais para mensuração de desfechos também representa um obstáculo à consolidação de protocolos terapêuticos.

Assim, seria relevante investigar a eficácia da curcumina em subgrupos específicos, como pacientes com resistência ao tratamento convencional, bem como explorar formulações inovadoras que aumentem sua biodisponibilidade e permitam a individualização da terapia.

4. Conclusão

A análise dos diversos estudos revisados demonstra de maneira consistente o potencial terapêutico da *Curcuma longa* e sua principal substância bioativa, a curcumina, nas Doenças Inflamatórias Intestinais (DIIs), como a Doença de Crohn e a Retocolite Ulcerativa. A curcumina exerce efeitos farmacológicos significativos, incluindo atividade anti-inflamatória, antioxidante e imunomoduladora, que são cruciais no controle da inflamação crônica presente nessas condições. Os mecanismos pelos quais a

curcumina atua envolvendo a modulação de citocinas inflamatórias, como TNF- α , IL-6 e IL-1 β , e a proteção da integridade da mucosa intestinal, essencial para o alívio dos sintomas e a prevenção de complicações.

Apesar dos resultados promissores, a escassez de ensaios clínicos com maior rigor metodológico e amostras representativas limita sua aplicação clínica isolada. Assim, são necessários mais estudos randomizados e controlados para estabelecer diretrizes seguras quanto à dose, tempo de uso e efeitos a longo prazo. Até que essas lacunas sejam superadas, a curcumina deve substituir terapias convencionais, sendo considerada uma estratégia complementar, integrada ao tratamento convencional das DIIs.

Referências

- Abraham, C., & Cho, J. H. (2009). Inflammatory bowel disease. *New England Journal of Medicine*, 361(21), 2066–2078. <https://doi.org/10.1056/NEJMra0804647>
- Al-Bawardy, B., et al. (2021). Health-related quality of life and disease burden in inflammatory bowel disease. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 1044–1052.
- Alves, F. R. (2021). Revisão sistemática dos efeitos da curcumina nas doenças inflamatórias intestinais. *Revista de Fitoterapia e Saúde*, 7(2), 45–56.
- Alves, M. P. A. C. (2022). O efeito anti-inflamatório da Curcuma longa nas doenças inflamatórias intestinais: Uma revisão sistemática. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 8(6), 1533–1545.
- Avasarala, S., Zhang, F., Liu, G., Wang, R., London, S. D., & London, L. (2013). Curcumin modulates the inflammatory response and oxidative stress in inflammatory bowel disease. *Clinical and Experimental Immunology*, 174(2), 153–162. <https://doi.org/10.1111/cei.12153>
- Bodini, G., et al. (2021). Impact of inflammatory bowel disease on daily life: Real-world data from a multicenter cohort study. *Digestive and Liver Disease*, 216–222. <https://doi.org/10.1016/j.dld.2020.08.026>
- Brasil. Ministério da Saúde. (2020). Informações sistematizadas da relação nacional de plantas medicinais de interesse ao SUS: Curcuma longa L., Zingiberaceae – açafrão-da-terra. <https://bvsmis.saude.gov.br>
- Carneiro, J. A., & Macedo, D. S. (2020). Cúrcuma: Princípios ativos e seus benefícios para a saúde. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 14(87), 632–640.
- Cheng, Y., et al. (2022). Curcumin ameliorates colitis by regulating gut microbiota and the balance of Th17/Treg cells. *Frontiers in Pharmacology*, 13, 849107. <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.849107>
- Coelho, R. C., et al. (2020). Curcumina como adjuvante no tratamento da retocolite ulcerativa: Revisão sistemática. *Revista Brasileira de Gastroenterologia*, 27(3), 211–218.
- Crossetti, M. G. O. (2012). Revisão integrativa de pesquisa na enfermagem: O rigor científico que lhe é exigido. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 33(2), 8–9.
- Goulart, L. M., et al. (2020). Efeitos da curcumina na atividade clínica e endoscópica da retocolite ulcerativa: Uma revisão sistemática. *Jornal Brasileiro de Coloproctologia*, 40(1), 20–29.
- Gowd, V., et al. (2023). Resveratrol and resveratrol nano-delivery systems in the treatment of inflammatory bowel disease. *Journal of Nutritional Biochemistry*, 109, 109101.
- Khor, B., et al. (2011). Genetics and pathogenesis of inflammatory bowel disease. *Nature*, 474, 307–317. <https://doi.org/10.1038/nature10209>
- Kumar, D., et al. (2020). Nanotechnology-based approaches for enhancing oral bioavailability of curcumin in inflammatory bowel disease therapy. *Journal of Drug Delivery Science and Technology*, 57, 101620.
- Lang, A., Salomon, N., Wu, J. C. Y., Kopylov, U., Lahat, A., Har-Noy, O., et al. (2015). Curcumin in combination with mesalamine induces remission in patients with mild-to-moderate ulcerative colitis in a randomized controlled trial. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 13(8), 1444–1449. <https://doi.org/10.1016/j.cgh.2015.02.019>
- Limketkai, B. N., & Iyengar, P. (2024). The use of curcumin in ulcerative colitis: Current evidence and practical applications. *Practical Gastroenterology*, 48(3).
- Mazeiro, R., Frizon, R. R., Barbalho, S. M., & Goulart, R. A. (2018). Is curcumin a possibility to treat inflammatory bowel diseases? *Journal of Medicinal Food*, 21(11), 1077–1085. <https://doi.org/10.1089/jmf.2017.0146>
- Memarzia, A., Sahebkar, A., & Hosseini, H. (2021). Curcumin and inflammatory bowel disease: Mechanisms of action and therapeutic potential. *Phytotherapy Research*, 35(3), 1345–1360. <https://doi.org/10.1002/ptr.6909>
- Mirzaei, H., et al. (2020). The use of curcumin as a complementary therapy in ulcerative colitis: A systematic review of randomized controlled clinical trials. *Nutrients*, 12(8), 2296. <https://doi.org/10.3390/nu12082296>
- Mohseni, S., et al. (2025). Curcumin for the clinical treatment of inflammatory bowel diseases: A systematic review and meta-analysis of placebo-controlled randomized clinical trials. *Frontiers in Nutrition*, 12, 1494351. <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1494351>

- Nascimento, P. R. S., Silva Júnior, E. L., & Castelo Branco, A. C. S. (2020). Aplicações farmacológicas da *Curcuma longa* L. como planta medicinal: Uma revisão. *Research, Society and Development*, 9(11), e84301110366.
- Oliveira, C. V. C., Oliveira, G. A., & Gonçalves, F. S. M. (2024). Melhoria da absorção e eficácia da curcumina pela associação com piperina na regulação de citocinas inflamatórias. *Revista Foco*, 17(11), 1–14.
- Ordás, I., et al. (2012). Ulcerative colitis. *The Lancet*, 380(9853), 1606–1619. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60150-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60150-0)
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Peng, Y., Ao, M., Dong, B., Jiang, Y., Yu, L., Chen, Z., Hu, C., & Xu, R. (2021). Anti-inflammatory effects of curcumin in inflammatory diseases: Status, limitations and countermeasures. *Drug Design, Development and Therapy*, 15, 4503–4525.
- Pereira, A. S., et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica [Free ebook]. Editora da UFSM.
- Rahaman, M. M., et al. (2021). The genus *Curcuma* and inflammation: Overview of the pharmacological perspectives. *Plants*, 10(1), 63. <https://doi.org/10.3390/plants10010063>
- Risemberg, R. I. C., et al. (2026). A importância da metodologia científica no desenvolvimento de artigos científicos. *E-Acadêmica*, 7(1), e0171675.
- Rocha, D. A., & Ferraz, A. R. (2022). Uso da cúrcuma no tratamento da doença inflamatória intestinal: Uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 11(9), e18711931856.
- Santos, C. H. M., et al. (2022). Uso da cúrcuma no tratamento da retocolite ulcerativa. *Research, Society and Development*, 11(5), e49411528480.
- Silva, A. S. (2021). Potencial terapêutico da curcumina nas doenças inflamatórias intestinais: Revisão integrativa. *Revista de Ciências Médicas e Biológicas*, 20(1), 15–22.
- Singh, S., et al. (2022). A review on selected pharmacological activities of *Curcuma longa* L. *International Journal of Food Properties*, 25(1), 1377–1398.
- Singla, R. K., et al. (2022). Curcumin and its derivatives: A potential treatment for inflammatory bowel disease. *Phytotherapy Research*, 36(2), 825–841. <https://doi.org/10.1002/ptr.7339>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Srinivasan, V., et al. (2021). The efficacy of curcumin in the treatment of inflammatory bowel disease: A systematic review and meta-analysis. *Nutrients*, 13(4). <https://doi.org/10.3390/nu13041149>
- Sugimoto, K., et al. (2020). Efficacy and safety of highly bioavailable curcumin for treating mild to moderate ulcerative colitis: A multicenter randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 18(4), 822–829.
- Suskind, D. L., et al. (2013). Tolerability of curcumin in pediatric inflammatory bowel disease: A forced dose titration study. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 56(3), 277–279.
- Sueth-Santiago, V., et al. (2015). Curcumina: Uma revisão de seus efeitos farmacológicos e terapêuticos. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, 17(4), 924–931.
- Torres, J., et al. (2020). ECCO guidelines on therapeutics in Crohn's disease: Medical treatment. *Journal of Crohn's and Colitis*, 14(1), 4–22.
- Ungaro, R., Mehandru, S., Allen, P. B., Peyrin-Biroulet, L., & Colombel, J. F. (2021). Ulcerative colitis. *The Lancet*, 397(10279), 1756–1770.
- Victorio, M. E. L., Netto, S. L. C. B. M. A., Rezende, A. J., & Fortes, R. C. (2021). Cúrcuma e suas propriedades funcionais: Uma revisão integrativa. *Brasília Médica*, 58(1), 1–8.
- Zendedel, A., Nobakht, M., & Sahebkar, A. (2024). Curcumin supplementation in patients with ulcerative colitis: A randomized clinical trial. *Nutrients*, 16(3), 450.