



Literatura técnica

Feno-Grego

Sumário

Introdução	pág. 2
Contribuições	pág. 2
Ficha técnica	pág. 4
Referência bibliográficas	pág. 6

Introdução

O Feno Grego (*Trigonella foenum-graecum* L.) é uma planta da família Fabaceae amplamente utilizada na fitoterapia devido ao seu perfil bioativo diversificado. Suas sementes são ricas em fibras solúveis (galactomananas), alcaloides (trigonelina), saponinas esteroidais (diosgenina) e aminoácidos específicos como a 4-hidroxiisoleucina, substância diretamente relacionada à regulação glicêmica e à sensibilidade insulínica. Tradicionalmente usado como digestivo, tornou-se objeto de crescente interesse clínico pela sua ação na modulação glicêmica, lipídica e hormonal.

Contribuições

O Feno Grego contribui no controle da glicemia e do perfil lipídico, útil em resistência à insulina, pré-diabetes, dislipidemia e síndrome metabólica. Estudos clínicos também sugerem benefícios em sintomas da SOP e em queixas relacionadas à menopausa. Além disso, extratos padronizados podem modular níveis de testosterona livre, contribuindo para melhora da vitalidade, função sexual e desempenho físico, sempre como terapia complementar e sob supervisão profissional.

Ficha técnica

Características do ativo

Aspecto: Pó fino

Cor: Marrom

Odor: Característico

Densidade de massa: 0,45-0,60g/mL

Padronização: 50% fenosídeos

Recomendações farmacotécnicas

Recomendações de armazenamento e transporte:

Mantenha o recipiente devidamente fechado em ambiente seco e bem ventilado. Armazenar em temperatura ambiente e proteger contra incidência solar direta.

Lote e validade

Vide embalagem.

Referências bibliográficas

- DRUGS.COM. Fenugreek – Uses, Side Effects & Warnings. Disponível em: <https://www.drugs.com/mtm/fenugreek.html>. Acesso em: 11 nov. 2025.
- Mansoori, A., Hosseini, S., Zilaee, M., Hormoznejad, R., & Fathi, M. (2020). Effect of fenugreek extract supplement on testosterone levels in male: A meta-analysis of clinical trials. *Phytotherapy research* : PTR, 34(7), 1550–1555. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/ptr.6627>. Acesso em: 12 nov. 2025.
- Khanna, A., John, F., Das, S., Thomas, J., Rao, J., Maliakel, B., & Im, K. (2020). Efficacy of a novel extract of fenugreek seeds in alleviating vasomotor symptoms and depression in perimenopausal women: A randomized, double-blinded, placebo-controlled study. *Journal of food biochemistry*, 44(12), e13507. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jfbc.13507>. Acesso em: 12 nov. 2025.
- SHAMSHAD BEGUM, S. et al. A Novel Extract of Fenugreek Husk (FenuSMART™) Alleviates Postmenopausal Symptoms and Helps to Establish the Hormonal Balance: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Study. *Phytotherapy Research*, v. 30, n. 11, p. 1775–1784, 2016. DOI: 10.1002/ptr.5680. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/ptr.5680>. Acesso em: 12 nov. 2025.
- STEELS, E. et al. Efficacy of a Proprietary Trigonella foenum-graecum L. De-Husked Seed Extract in Reducing Menopausal Symptoms in Otherwise Healthy Women: A Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Study. *Phytotherapy Research*, v. 31, n. 9, p. 1316–1322, 2017. DOI: 10.1002/ptr.5856. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/ptr.5856>. Acesso em: 12 nov. 2025.
- SWAROOP, A. et al. Efficacy of a Novel Fenugreek Seed Extract (Trigonella foenum-graecum, Furocyst) in Polycystic Ovary Syndrome (PCOS). *International Journal of Medical Sciences*, v. 12, n. 10, p. 825–831, 2015. DOI: 10.7150/ijms.1302. Disponível em: <https://doi.org/10.7150/ijms.1302>. Acesso em: 12 nov. 2025.

Literatura técnica

Feno-Grego

**SIGA-NOS NAS
REDES SOCIAIS**



Irial  **Mag**

+55 11 4671-9200 | 0800 940 3210
contato@irialmag.com.br

www.irialmag.com.br