

# Boswellia serrata e Inibição Específica da 5-Lipooxigenase 5-LOX Aprofundamento 13

Por Cristiano Ricardo · Publicado em 10/03/2026

Artigo e aula magistral do Prof. Cristiano Ricardo sobre boswellia serrata: inibição específica da 5-lipooxigenase (5-lox) na fitoterapia clínica baseada em evidências.

Versão online e eventuais atualizações:

<https://cristianoricardo.com/post/boswellia-serrata-inibicao-especifica-da-5-lipooxigenase-5-lox-2026-03-10>

---

A resina de Boswellia serrata (olíbano) atua em uma via inflamatória complementar aos anti-inflamatórios tradicionais.

## O papel do AKBA (Ácido 3-O-acetil-11-ceto-beta-boswélico)

Inibidor potente e seletivo da enzima 5-lipoxigenase (5-LOX), bloqueando a síntese de leucotrienos inflamatórios responsáveis pela dor e destruição da matriz da cartilagem.

## Ação sinérgica com Cúrcuma

A combinação de Boswellia serrata padronizada com Curcuma longa em cápsulas é uma das formulações magistrais anti-inflamatórias mais potentes da fitoterapia moderna.

## Dica acadêmica do Professor

Não causa irritação ou lesões na mucosa do estômago, sendo segura para uso articular contínuo.

Lições de Fitoterapia & Farmacognosia — Prof. Cristiano Ricardo  
Educação Farmacêutica · Publicação de 10/03/2026 às 00:18.