

OS BENEFÍCOS DA FITOTERAPIA NA SAÚDE DO HOMEM

ANA GABRIELE NOVO LOPES¹; EDINANDO SANTANA BATISTA¹; LETÍCIA HAGATA ANTUNES¹; MYLENA OLIVEIRA DIAS GONÇALVES¹; VLADIMIR ARAUJO DA SILVA²

Resumo

Objetivo: Descrever os benefícios da Fitoterapia na saúde do homem. **Método:** Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica. **Resultados:** A Fitoterapia é o estudo das plantas medicinais (flores, raízes, folhas, caule, frutos) e suas aplicações para a prevenção e tratamento de doenças. O seu uso deve ser cauteloso, para evitar efeitos colaterais. **Conclusão:** A Fitoterapia pode ser uma excelente opção no tratamento e prevenção de doenças, de baixo custo e acessibilidade à população brasileira.

Palavras chave: Fitoterapia. Promoção da saúde. Terapias complementares.

Abstract

Objective: To describe the benefits of phytotherapy in human health. **Method:** This is a bibliographic review study. **Results:** Phytotherapy is the study of medicinal plants (flowers, roots, leaves, stems, fruits) and their applications for the prevention and treatment of diseases. Use caution to avoid side effects. **Conclusion:** Phytotherapy can be an excellent option in the treatment and prevention of diseases, of low cost and accessibility to the Brazilian population.

Key words: Phytotherapy. Health promotion. Complementary therapies.

Introdução

Ao longo do processo evolutivo, o homem foi aprendendo a selecionar plantas para a sua alimentação e para o alívio de seus males e doenças. O resultado desse processo é que muitos povos passaram a dominar o conhecimento do uso de plantas e ervas medicinais. Esse conhecimento adquirido foi repassado de geração

¹ Discentes do Curso de Graduação em Enfermagem da Faculdade de Apucarana – FAP.

² Docente e Coordenador do Curso de Enfermagem da FAP. Membro do Grupo de Pesquisa Educação, Assistência e Pesquisa em Cuidados Paliativos – FAP/CNPq.

para geração, construindo-se uma cultura. O “chazinho” antes de dormir é um dos exemplos clássicos.

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), 80% da população mundial depende das práticas tradicionais no que se refere à Atenção Primária à Saúde, e 80-85% dessa parcela utiliza plantas ou preparações a base de vegetais, merecendo o Brasil, destaque para os programas envolvendo fitoterapia desenvolvidos na Atenção Básica da Rede Pública de Saúde de muitos Municípios e Estados.

Desde março de 2004, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), estabeleceu regulamentação para garantir a qualidade de medicamentos fitoterápicos para o consumidor, e dentre os muitos itens de fiscalização está o critério obrigatório de comprovação de eficácia e segurança, e o fitoterápico não deve ter em sua composição substâncias ativas isoladas, ainda que sejam de origem vegetal. Com efeito, os produtos à base de plantas medicinais são seguros para a saúde, quando utilizados corretamente. Eles são testados para a confirmação da eficácia e dos riscos de seu uso, e também para garantir a qualidade do insumo. Cabe à ANVISA e às Vigilâncias Sanitárias Municipais e Estaduais o controle desses medicamentos.

Em maio de 2006, o Ministério da Saúde (MS) aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS); desencadeando o desenvolvimento de novas políticas, programas e ações em todas as esferas governamentais, entre elas as que contemplam o uso de plantas medicinais e a Fitoterapia no SUS.

Objetivo

Descrever os benefícios da fitoterapia para a saúde do homem.

Método

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica.

Resultados

O termo Fitoterapia deriva do grego *Phyton*, que significa “planta”, e *Therapeia*, que vem do verbo *therapeuo* e significa “tratar, cuidar”. Logo, Fitoterapia é o uso de plantas medicinais que são utilizadas para a prevenção e tratamento de doenças. Trata-se de uma terapêutica que se utiliza de plantas medicinais (flores, raízes, folhas, caule, frutos) como matérias-primas, que através de seus princípios ativos produzem efeitos farmacológicos, medicinais, cosméticos, alimentícios e coadjuvantes técnicos usados nas preparações farmacêuticas, que resultam em fitoterápicos em suas diversas formas, tais como cápsulas, extratos, pomadas, tinturas e cremes, com a finalidade de auxiliar no tratamento de doenças, manutenção e recuperação da saúde.

Até a metade do Século XX, o Brasil era essencialmente rural e usava amplamente a flora medicinal, tanto nativa quanto introduzida. Hoje a medicina popular do país é reflexo das uniões étnicas entre os diferentes imigrantes e os inúmeros povos autóctones que difundiram o conhecimento das ervas locais e de seus usos, transmitidos e aprimorados de geração em geração. Os fatores que mantiveram essas práticas foram: fácil acesso a esse recurso, altos custos do tratamento convencional, dificuldade de acesso a serviços médicos e crença no poder das plantas. Os sentidos atribuídos foram: prevenção e tratamento de agravos, resgate da memória e de vivências, fator integrativo com a natureza e agregativo entre membros da comunidade.

A Fitoterapia é considerada uma cultura, conhecida e praticada pelas antigas civilizações, e atualmente vem ganhando cada vez mais popularidade em todo o mundo. No entanto, deve-se ter cautela no seu uso, ter conhecimento da sua origem, de que forma deve ser manipulada, haja vista que um produto natural também tem efeitos colaterais, e que as plantas de origem também têm substâncias tóxicas, podendo induzir reações alérgicas, contaminação por agrotóxicos e metais pesados.

Aproximadamente 26% das espécies com indicação de toxicidade ou contra-indicação de uso são consideradas na literatura como abortivas e/ou não recomendadas no período da gestação ou lactação. Algumas provocam reação alérgica e/ou sensibilização dérmica, hepatotoxicidade aguda, degeneração do sistema nervoso, alucinações e convulsões, ação depressora do sistema nervoso central e formação de tumores malignos. Desta forma, todo fitoterápico, assim como

os medicamentos convencionais devem ser utilizados sob a orientação de um especialista.

Nos últimos tempos, multiplicaram-se na imprensa as informações sobre as vantagens das plantas medicinais e dos fitoterápicos, em detrimento dos medicamentos convencionais, estimulando a oferta desses produtos em casas comerciais e farmácias especializadas em ervas. Paralelamente, foi ocorrendo uma substituição dos medicamentos convencionais por medicamentos fitoterápicos e produtos de origem natural, em todo o mundo. Em países como o Brasil, esses aspectos revestem-se de singular importância por vários motivos. Um deles é a riqueza de nossa flora, com mais de 100.000 espécies, onde apenas 8% das espécies vegetais foram estudadas em busca de compostos bioativos.

Ressalta-se que o SUS oferta à população, com recursos da União, Estados e Municípios, doze medicamentos fitoterápicos. Eles constam na Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (Rename) e são indicados, por exemplo, para uso ginecológico, tratamento de queimaduras, auxiliares terapêuticos de gastrite e úlcera, além de medicamentos com indicação para artrite e osteoartrite. Vale lembrar que a utilização de fitoterápicos e plantas medicinais valoriza a cultura e o conhecimento tradicional e popular, fortalece o desenvolvimento da cadeia produtiva e é uma opção terapêutica aos usuários do SUS.

Conclusão:

A Fitoterapia pode ser uma excelente opção no tratamento e prevenção de doenças, de baixo custo e acessibilidade à população, considerando a rica biodiversidade de plantas medicinais encontradas no Brasil. É preciso investir em pesquisas para ampliar o número de plantas medicinais que possam ser usadas nesse contexto.

Referências:

AMARIZ, Marlene. **Fitoterapia**. Disponível em: <https://www.infoescola.com/medicina-alternativa/fitoterapia/>. Acesso em 26 set. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plantas medicinais e fitoterápicos no SUS**. Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/acoes-e-programas/programa-nacional->

[de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-ppnmpf/plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus](#). Acesso em 26 set. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. **A fitoterapia no SUS e o programa de pesquisa de plantas medicinais da central de medicamentos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 148 p.

FERREIRA, Vitor F.; PINTO, Angelo C. A fitoterapia no mundo atual. **Química Nova**, São Paulo , v. 33, n. 9, p. 1829, 2010 .

FITOTERAPIA & TERAPIAS COMPLEMENTARES. **O que é fitoterapia**. Disponível em: <http://fitoterapia.com.br/o-que-e-fitoterapia>. Acesso em 26 set. 2018.

FREIRE, Cynthia de Jesus et al . Fitoterapia em pediatria: a produção de saberes e práticas na Atenção Básica. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília , v. 71, supl. 1, p. 637-645, 2018.

PORTAL EDUCAÇÃO. Fitoterapia das plantas medicinais. Disponível em: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/medicina/fitoterapia-das-plantas-medicinais/48134>. Acesso em 26 set. 2018.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUÍZ DE FORA. **Fitoterapia**. Disponível em: <http://www.ufjf.br/proplamed/atividades/fitoterapia/>. Acesso em 26 set. 2018.