



FITOTERAPIA: os riscos do uso de plantas medicinais

Letícia da S. RODRIGUES¹Matheus L. de O. ALVES²;

RESUMO

Fitoterápicos são plantas medicinais que passaram pelo processo de industrialização. O uso desses medicamentos tem crescido nas últimas décadas, mas muitas pessoas não sabem que eles podem ter efeitos adversos, da mesma maneira que medicamentos sintéticos. O conceito de “natural” contribuiu para o aumento do uso de plantas medicinais, mas é importante destacar que muitos produtos fitoterápicos não passam pela regulamentação rigorosa da ANVISA. O objetivo do trabalho é destacar os riscos intrínsecos associados aos fitoterápicos e enfatizar a importância de uma abordagem responsável e orientada ao escolher esses medicamentos. É fundamental que os fitoterápicos sejam embasados em pesquisas científicas robustas, sejam incorporados à prática clínica com orientação médica e estejam sujeitos a um uso consciente e conforme as doses recomendadas.

Palavras-chave:

Educação em saúde; Segurança; Etnobotânica; Conscientização.

1. INTRODUÇÃO

As plantas medicinais vêm sendo utilizadas desde antiguidade. Um conhecimento passado de geração para geração. No Brasil os índios, europeus e africanos foram os responsáveis por difundir esse saber. A partir deste conhecimento sobre as plantas medicinais, foram criados os fitoterápicos. Assim, um fitoterápico é uma planta medicinal que passou pelo processo de industrialização.

Nos países em desenvolvimento, entre eles o Brasil, assim como em países desenvolvidos, a partir da segunda metade dos anos 70 e década de 80, verificou-se o crescimento das “medicinas alternativas” e, entre elas, a fitoterapia (Alves & Silva., 2002). O que muitas pessoas não sabem é que os fitoterápicos, assim como os medicamentos sintéticos, podem fazer mal.

O surgimento do conceito de “natural” em muito contribuiu para o aumento do uso das plantas medicinais nas últimas décadas. Para muitas pessoas esse conceito significa a “ausência de produtos químicos”, que são aqueles que podem causar algum dano ou, de outra forma, representam perigo (MENGUE, et al., 2001).

Um dos principais desafios associados à utilização de medicamentos considerados naturais é a preocupante questão da automedicação, sobredosagem e uso prolongado. Essas práticas podem acarretar uma série de efeitos adversos, incluindo reações alérgicas, intoxicações, náuseas, edemas e

¹Licencianda em Ciências Biológicas, IFSULDEMINAS – *Campus* Machado.
E-mail:leticia.l.rodrigues@alunos.ifsuldeminas.edu.br.

²Licenciando em Ciências Biológicas, IFSULDEMINAS – *Campus* Machado. E-mail:matheusluidy197@gmail.com.

até mesmo óbito. Além da questão da segurança, é importante destacar que muitos produtos fitoterápicos não passam pela regulamentação rigorosa da ANVISA.

O objetivo deste trabalho é destacar os riscos intrínsecos associados ao uso dos fitoterápicos através de uma revisão bibliográfica qualitativa analisando artigos que abordaram os efeitos colaterais dos medicamentos naturais. É fundamental reconhecer que a escolha de tais medicamentos requer uma abordagem responsável e orientada. A fim de garantir a segurança e eficácia, é imperativo que a utilização dos fitoterápicos seja embasada em pesquisas robustas e que eles sejam incorporados à prática clínica com orientação médica quanto ao uso consciente e dosagens adequadas e recomendadas,

3. MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo se configura como uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa, sendo sua abordagem focada na análise aprofundada de artigos científicos publicados em periódicos renomados. Para a coleta de informações, foram selecionadas fontes de alta credibilidade, incluindo a revista "Physis Saúde Coletiva" da base de dados Scielo, o "Journal of Applied Pharmaceutical Sciences", a Biblioteca Virtual da Saúde e os registros do Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde.

No processo de seleção, foram estabelecidos critérios específicos nos quais foram considerados relevantes aqueles estudos que abordaram de maneira satisfatória os possíveis efeitos colaterais e adversos associados ao uso de fitoterápicos. Os artigos selecionados deveriam conter análises detalhadas desses efeitos, fornecendo informações substanciais para compreender a extensão dos riscos envolvidos. Portanto, através da análise crítica e aprofundada dos artigos selecionados, este trabalho busca oferecer uma compreensão abrangente dos possíveis efeitos colaterais e adversos associados ao uso de fitoterápicos.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentro dos dados analisados foi possível observar que a população em geral acredita que o uso de fitoterápicos não acarreta efeitos colaterais por serem considerados naturais. Contudo o mecanismo de ação dos medicamentos, que os fazem ser eficazes contra doenças, não tem divisória, tanto o natural quanto o sintético são processos químicos nos quais a única diferença observada seja a sua concentração do princípio ativo com os sintéticos contém maior concentração o que pode acarretar mais efeitos colaterais que os fitoterápicos, que possuem concentração menor. Contudo, mesmo em concentração menor deve-se ser analisado e estudado e principalmente passar pela vigilância da ANVISA para averiguar se não há nenhum risco no uso isolado ou com outros

medicamentos. É importante que a população esteja ciente do uso adequado dos fitoterápicos para que possam aproveitar seus benefícios sem colocar a saúde em risco.

5. CONCLUSÃO

Ao longo deste estudo, evidenciou-se que os fitoterápicos são amplamente adotados na terapia popular, devido à sua reputação de serem substâncias que não acarretam danos ao organismo. Apesar dessa perspectiva em relação ao uso de medicamentos fitoterápicos, é inegável que existem questões a serem problematizadas. O uso excessivo desses produtos pode desencadear desequilíbrios no organismo, o que reforça a importância de sua utilização com moderação.

Consequentemente, surge a necessidade premente de conscientizar a população sobre a adoção criteriosa de fitoterápicos, visando a maximização dos benefícios intrínsecos aos vegetais. Além disso, é imprescindível fomentar a conscientização entre os profissionais de saúde, capacitando-os para oferecer orientações embasadas e informadas sobre o uso de fitoterápicos. Isso garantirá que as pessoas recebam direcionamentos confiáveis ao integrar esses produtos em suas práticas de autocuidado.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos o coordenador do curso de licenciatura em ciências biológicas do campus Machado, Cloves Gomes de Carvalho Filho pelo suporte e orientação durante a escrita do trabalho.

REFERÊNCIAS

ALVES, DL, SILVA CR. Fitohormônios: abordagem natural da terapia hormonal. São Paulo: Atheneu; 2002.

Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa. (2022). Anvisa lança cartilha de fitoterápicos e plantas medicinais. Recuperado da Anvisa.

Bruning, M. C. R., Mosegui, G. B. G., & Vianna, C. M. D. M. (2012). A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu - Paraná: a visão dos profissionais de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(10), 2675-2685. Disponível em: [SciELO Brasil](#).

DO NASCIMENTO, Anna Elizabeth Xavier; DOS SANTOS SALES, Lucas Martins; GOMES, Ezymer. RISCOS ASSOCIADOS AO USO DE FITOTERÁPICOS.

MENGUE, S. S; MENTZ, L.A.; SHENKEL, E.P. Uso de plantas medicinais na gravidez. **Revista Brasileira Farmacognosia**. v.11, p. 21-35, 2001.

Mundo Educação. (2023). Fitoterápicos. Disponível em: <https://mundoeducacao.uol.com.br/saude-bem-estar/fitoterapicos.htm>. Acesso em: 31 de agosto de 2023

PEDROSO, Reginaldo dos Santos; ANDRADE, Géssica; PIRES, Regina Helena. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 31, 2021.

Tomazzoni, M. I., Negrelle, R. R. B., & Centa, M. L. (2006). Fitoterapia popular: a busca instrumental enquanto prática

terapêutica. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 15(1), 115-121. Disponível em: [SciELO Brasil](#).