

**CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA**

**GIOVANA LEITE DA SILVA<sup>1</sup> & SHEYLA CABRAL DOS SANTOS<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Graduando do curso de Farmácia do Centro Universitário Campo Limpo Paulista (Unifaccamp)

<sup>2</sup>Docente do curso de Farmácia do Centro Universitário Campo Limpo Paulista (Unifaccamp)

**FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE PESSOAS HIPERTENSAS**

**CAMPO LIMPO PAULISTA**

**2021**

## **RESUMO**

Identificar diferentes recursos terapêuticos derivados de fitoterápicos para o tratamento da hipertensão e analisar o uso deles, explicando diversas opções para o aproveitamento de elementos naturais e de fácil alcance para a população que na grande maioria dos casos depende de recursos governamentais para adquirir medicações focadas no tratamento da pressão alta.

**Palavras-chave:** Fitoterápicos, Hipertensão, Plantas Medicinais

## **ABSTRACT**

Identify different therapeutic resources derived from herbal medicines for the treatment of hypertension and analyze their use, explaining several options for the use of natural elements that are easy to reach for the population that, in most cases, depends on government resources to acquire treatment-focused medications of high blood pressure.

**Keywords:** Herbal Medicines, Hypertension, Medicinal Plants

## 1- INTRODUÇÃO

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), a hipertensão é hoje a principal causa de mortes no mundo, por estar associada ao desenvolvimento de diversas doenças, principalmente cardiovasculares. Esses fatores contribuem com a grande procura de medicamentos que auxiliam no controle e tratamento da doença. Observando a necessidade de proporcionar o alcance ao recurso terapêutico de forma natural, de baixo custo e acessível para a população, o presente estudo tem como propósito explicar diferentes tratamentos fitoterápicos para hipertensão e explorar os mitos e verdades que envolvem essa abordagem.

Atualmente a OMS (Organização Mundial da Saúde) tem incentivado as populações ao uso de terapia com plantas medicinais por seu baixo investimento, manutenção e acesso, já que pode ser cultivado na própria residência e com o intuito de promover alternativas de cuidado com a saúde, estes aprendem como cuidar e utilizar.

Uma das preocupações com relação ao uso de plantas medicinais e fitoterápicos advém do fato de que muitos usuários têm a falsa ideia de que tais produtos são isentos de efeitos tóxicos e/ ou colaterais por serem “naturais”. Com tal premissa, parte considerável dos usuários não revela aos prescritores sobre a utilização de produtos à base de plantas medicinais. Portanto, no caso de tratamentos individuais ou complementares para qualquer doença, após a pré-avaliação ou acompanhamento, o uso de fitoterápicos deve ser recomendado e prescrito por profissionais de saúde. Algumas pessoas utilizam fitoterápico sem prescrição de um profissional da saúde ou com monitoramento indefinido. Precisamente porque acreditam que se trata de um produto de origem natural que não causará danos. Se o paciente fizer uso de outro medicamento (como um medicamento sintético) ao mesmo tempo, a presença de interações medicamentosas afetará o tratamento do paciente, podendo até levar a mudanças significativas na qualidade de vida do paciente

Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo realizar um levantamento de dados sobre os fitoterápicos utilizados como anti-hipertensivos no tratamento da hipertensão arterial.

#### **4- METODOLOGIA**

O presente estudo consiste em uma pesquisa descritiva realizada através de um levantamento bibliográfico com abordagem explicativa, onde foram utilizados artigos encontrados nas bases de dados Scielo, Lilacs e Bireme. Foram selecionados diversos artigos, sendo todos publicados em periódicos nacionais, compreendidos entre os anos de 2007 e 2021. Os artigos foram encontrados utilizando os seguintes descritores: Fitoterápicos, Hipertensão, Pressão Alta. Além da pesquisa levantada nos artigos mencionados, diversos portais e sites foram consultados para melhor entendimento sobre o tema, bem como a consulta a profissionais da área e docentes da faculdade.

Foram também utilizadas observações pessoais do autor que atua nas farmácias das UBSs (Unidades Básica de Saúde) da cidade de Várzea Paulista, município do interior do estado de São Paulo. As observações baseiam-se no acompanhamento diário de aproximadamente 10 pacientes com idades entre 40-80 anos que em sua grande maioria são encaminhados para a farmácia popular com o intuito de adquirir medicamentos voltados ao tratamento da hipertensão.

## **5 RESULTADOS**

### **5.1 FITOTERÁPICOS E HIPERTENSÃO**

Observando a alta procura da população brasileira por medicamentos no geral, foi constatado que o uso de tratamentos alternativos derivados de plantas medicinais pode contribuir com a diminuição da procura por medicamentos desenvolvidos quimicamente em laboratórios farmacêuticos e proporcionar alternativas acessíveis para aqueles que muitas vezes dependem de recursos do governo do estado e municípios para acesso a diversos tipos de medicações. Em 2010, foi publicada a Portaria do Ministério da Saúde nº 886, que institui, no âmbito do Sistema Único de Saúde, a Farmácia Viva. Este programa no contexto da Política Nacional de Assistência Farmacêutica, realizará todas as etapas, desde o cultivo, a coleta, o processamento, o armazenamento de plantas medicinais, a manipulação e a dispensação de preparações magistrais e oficinas de plantas medicinais e fitoterápicos.

O foco da pesquisa exclusivamente no tratamento da hipertensão se deu pelo fato de que segundo a Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) 2019, a hipertensão afeta cerca de 38,1 milhões de brasileiros e segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), a hipertensão é hoje a principal causa de mortes no mundo, por estar associada ao desenvolvimento de doenças, principalmente cardiovasculares. Além disso, a alta demanda de pacientes em busca de medicamentos para tratamento da hipertensão nas principais unidades básicas de saúde do país despertou o interesse em estudar alternativas para o tratamento da comorbidade.

### **5.2 FITOTERAPIA**

A fitoterapia, resulta da junção dos nomes Phytion (planta) e Therapia (tratamento), que justifica sua função, a cura pelas plantas denominadas como medicinais. Estudos indicam que a fitoterapia é capaz de agir na prevenção e/ou cura de enfermidades. As primeiras indicações deste fato apareceram nos anos 3000 a. C, quando utilizavam para o bem-estar o Ginseng e a Cânfora.

A fitoterapia é de caráter popular, usada domesticamente para várias ocorrências clínicas, combinados com alopáticos ou não. Terapias à base de plantas medicinais são amplamente utilizadas principalmente pelos idosos.

A fitoterapia evoluiu e o conhecimento sobre o poder curativo das plantas não pode mais ser considerado apenas como tradição passada entre gerações familiares, mas como ciência que vem sendo estudada, aperfeiçoada e aplicada ao longo dos tempos (TOMAZZONI et al., 2006).

Os medicamentos fitoterápicos que delas advém são constituídos misturas complexas de substâncias bioativas que são denominados compostos secundários e podem ser responsáveis por ações polivalentes. Ao contrário do medicamento sintético, o fitoterápico não possui substância ativa isolada, o que dificulta a descoberta de informações acerca de sua ação farmacológica e biodisponibilidade (ALEXANDRE et al., 2008)

### **5.3 HIPERTENSÃO NO BRASIL**

A hipertensão arterial sistêmica (HAS), concebida como uma condição traçadora, pode contribuir para a avaliação da produção do cuidado nas diferentes doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). As DCNT são um dos principais problemas de saúde na atualidade, principalmente em países de baixa e média renda. No Brasil, elas vêm se tornando uma das principais prioridades para o sistema de saúde, pois representam a maior carga de morbimortalidade chegando a ser responsável por cerca de 72% do total de mortes<sup>8-10</sup>. Dentre as DCNT, a HAS é a causa mais prevalente, apresentando no Brasil, taxas de 21,4% entre as pessoas acima de 18 anos, segundo dados da pesquisa nacional de saúde realizada recentemente, o que representa cerca de 31 milhões de portadores. (TANAKA, et al. 2019)

No Brasil são mais de 38 milhões de brasileiros, com 18 anos ou mais, diagnosticados com a doença, de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde (2019). Embora haja uma tendência global ascendente das taxas de HAS, esse aumento não ocorre de forma uniforme entre as economias. Países de média e baixa renda têm apresentado um crescimento mais expressivo (31,5%) do que os países de renda alta (28,5%). O aumento na prevalência de HAS reflete diferentes aspectos da condição de

vida da população. O envelhecimento populacional, somado à adoção de estilos de vida não saudáveis, com a priorização de alimentos ultra processados, consumo de álcool, tabagismo e falta de atividades físicas, têm contribuído para esta elevação. Outros aspectos como o conhecimento, o controle e o tratamento da HAS também são altamente sensíveis aos atributos individuais e socioeconômicos. (JULIÃO, et al, 2021)

Os adultos com hipertensão apresentam atualmente o maior número de casos de óbitos no país, sendo também responsáveis pela alta frequência de internações, causando elevados custos médicos e socioeconômicos, sendo assim considerado um dos mais importantes problemas de saúde pública (BRANDÃO et al., 2012). As primeiras medidas a serem adotadas por pacientes com histórico de alteração da pressão arterial são os tratamentos não farmacológicos ou ações de mudança no estilo de vida, à exceção de casos em que haja hipertensão grave e/ou comprometimento de órgãos alvos (NICOLETI et al., 2010).

#### **5.4 FITOTERÁPICOS PARA HIPERTENSÃO**

A planta medicinal é conceituada como uma espécie vegetal, cultivada ou não, que possui como objetivo sua utilização terapêutica. O uso destas ervas é algo bastante difundido entre a população, sendo amplamente utilizada, principalmente, em virtude de seu fácil acesso e baixo custo, facilitando de forma importante o acesso para boa parte da população, como, por exemplo, os idosos. Além disso, a crença de que a fitoterapia, ao contrário dos medicamentos tradicionais, não possui efeitos colaterais negativos para a saúde, encoraja estas pessoas quanto ao seu uso (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014).

A fitoterapia é utilizada, especialmente, com a finalidade de tratar as mais diversas patologias, sejam estas crônicas ou agudas. Dentro deste cenário podemos destacar a sua larga utilização para o tratamento da hipertensão arterial, especialmente entre a população idosa (NUNES; BERNARDINO; MARTINS, 2015).

Porém, é importante destacar que, muitos dos pacientes observados nos artigos estudados utilizam a fitoterapia de forma indiscriminada e sem orientação, visto que, a maioria da população crê que esta terapia, por ser considerada natural, está isenta de malefícios, fazendo com que seja, para muitos a primeira alternativa escolhida. No entanto, sabe-se que, mesmo as plantas medicinais e fitoterápicos apresentam riscos



quando utilizados, uma vez que estas não estão isentas de causar intoxicações e/ou interações com outras substâncias/medicamentos utilizadas pelo indivíduo, a depender da espécie e da parte específica da planta que será utilizada (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014). Com tal premissa, parte considerável dos usuários não revela aos prescritores sobre a utilização de produtos à base de plantas medicinais. Por isso, a utilização da fitoterapia deve ser recomendada e prescrita por profissional da saúde após avaliação prévia ou acompanhamento para o uso terapêutico isolado ou complementar junto a outra medicação no tratamento de alguma enfermidade.

O Brasil tem uma rica história de uso das plantas medicinais no tratamento dos problemas de saúde da população, uso este construído com base na experiência popular, sendo transmitido através de gerações. As propriedades calmantes e anti-hipertensivas de determinadas plantas favorecem o uso destas pela população no controle da hipertensão, tais como a colônia (*Alpinia zerumbet* – Pers), que contém princípios ativos que têm ação anti-hipertensiva e que parecem inibir o influxo de cálcio através canais do cálcio operados por voltagem e por receptores; erva-cidreira (*Melissa officinalis* L.), que tem sua eficácia comprovada por ser um poderoso calmante e antiespasmódico suave, apresentando também atividade analgésica, com baixa toxicidade; capim-limão (*Cymbopogon citratus* (DC) Stapf), que possui ação anti-hipertensiva e diurética; maracujá (*Passiflora* sp.) que possui ação depressora do sistema nervoso central e relaxante muscular, o que provavelmente resulta em uma diminuição da Hipertensão Arterial Sistêmica, quando seu aumento for causado por alterações do sistema nervoso, como ansiedade e nervosismo.

#### **5.4.1 *Alpinia zerumbet* – Pers. (Colônia)**

Espécie muito encontrada no nordeste do Brasil, *Alpinia zerumbet* (Pers.) B.L. Burtt & R.M. Sm é conhecida popularmente como colônia. Na medicina popular é utilizada como anti-hipertensiva, diurética e febrífuga. Segundo Teixeira (2011) sua ação anti-hipertensiva está relacionada a presença de flavonoides e a uma ação vasodilatadora pela liberação de óxido nítrico estimulado pela bradicinina, através dos receptores beta<sub>2</sub>.

De acordo com o Ministério da Saúde (2014), as formas mais comuns de utilização popular são por infusão e decocção, porém a população também faz uso das espécies

através do OE e de tintura. Geralmente o modo de uso é interno por via oral, porém no caso de tintura, o uso é externo, por via tópica. A posologia não foi informada na maioria das referências pesquisadas, entretanto em um dos artigos o estudo foi baseado na administração do preparado três vezes ao dia.

#### **5.4.2 Erva-cidreira (*Melissa officinalis* L.)**

Planta originária da região que circunda o Mediterrâneo e a Ásia, *Melissa officinalis* L., conhecida popularmente como erva-cidreira, é uma planta da família *Lamiaceae*, arbustiva, que pode atingir de 20 a 80 cm de altura. Os caules, ramificados a partir da base, formam touceiras. As folhas são verde-intensas na parte superior e verde-claras na parte inferior. As flores, quando surgem, são brancas ou amareladas, podendo tornar-se rosadas com o passar do tempo. Toda a planta emana um odor semelhante ao do limão, que se torna mais intenso na planta seca.

A forma mais comum de consumo é por Infusão ou maceração. 3 gramas de erva, em 100 mL de água fervente, por 10 minutos. Consumo pode ser feito de 2 a 3 vezes ao dia (SILVA, et al., 2021).

#### **5.4.3 *Sechium edule* (chuchu)**

O gênero *Sechium* é composto de plantas que produzem flores e frutos carnosos. O nome "chuchu" refere-se tanto ao vegetal quanto ao fruto. O caule é rastejante com gavinhas. Cada fruto contém uma única semente de 2 a 5 cm de comprimento, alongada, com alta capacidade de germinar no interior do fruto. O fruto é colhido antes do alargamento da semente. O fruto é uma baga (carnudo, sem núcleo), tem a aparência de uma grande pera, mede de 7 a 20 cm. É consumido cru ou cozido.

Segundo dados do Ministério da Saúde (2016) as folhas e frutos têm propriedades diurética, cardiovascular e anti-inflamatório. O uso da infusão feito a partir das folhas é indicado para tratamento da hipertensão e para dissolver cálculos renais.

#### **5.4.4 Maracujá (*Passiflora* sp.)**

*Passiflora* é um gênero botânico de cerca de 500 espécies de plantas, pertencente à família *Passifloraceae*. São, em sua maioria, trepadeiras; algumas são arbustos, e

algumas poucas espécies são herbáceas e são mais conhecidas pelo seu fruto, o maracujá.

O Maracujá (*Passiflora alata*) age como depressor suave do sistema nervoso central, resultando em ação sedativa, tranquilizante e antiespasmódica da musculatura lisa. O seu uso diminui por instantes a pressão arterial e ativa a respiração. Segundo dados do Ministério da Saúde (2015) pesquisas feitas com a *Passiflora incarnata* (espécie nativa da América do Norte), onde foi administrado, por via oral, extrato da planta a ratos, verificou-se efeito sedativo, porém sem alteração da atividade elétrica do sistema nervoso central; em outros estudos com esta planta administrada por via oral e intraperitoneal, observou-se prolongamento do tempo de sono, redução da atividade locomotora, e promoveu uma redução dos efeitos convulsivantes provocados pelo pentilenotetrazol. As principais partes usadas são as folhas (principais princípios ativos), fruta e flores. No tratamento da hipertensão associadas ao estresse, pode auxiliar como diurético, sedativo e tranquilizante. Para o uso das folhas, o FFFB (Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira) indica para pessoas acima de 12 anos: tomar 150 mL do infuso, 10 a 15 minutos após o preparo, duas a quatro vezes ao dia. Para o preparo do infuso, seguir a metodologia descrita no FFFB.

## 5.5 RESULTADOS DA PESQUISA

Após estudo de diversos artigos citados no decorrer deste trabalho e acompanhamento com diversos pacientes que realizam acompanhamento médico e fazem uso de medicamentos sintéticos associados ao uso de fitoterápicos, foi possível observar que os recursos naturais ajudam no controle da hipertensão, porém ainda não podem ser usados como única fonte de tratamento da doença. Existem diversos estudos em andamento buscando informações concretas para difundir o conhecimento do assunto entre especialistas para maior efetividade.

Em relação aos pacientes usuários da terapia fitoterápica, foi possível observar que a grande maioria deles são pessoas de baixa renda com idades entre 40 a 80 anos. A maioria já possuía breve conhecimento sobre o assunto, que foi passado de geração a geração, e uma pequena parte soube do tratamento por acompanhamento médico. Já em relação às espécies mais utilizadas para o tratamento da hipertensão, as mais citadas foram: *Sechium edule* (chuchu), seguido pela *Melissa officinalis* (erva cidreira), *Alpinia zerumbet* – Pers. (Colônia) e Maracujá (*Passiflora sp.*). O uso das espécies é variado desde infusão até tintura, produzido por farmácias de manipulação ou pela coleta das espécies cultivadas na própria residência dos pacientes.

Ainda vale ressaltar que muitos dos pacientes informaram que fazem uso da fitoterapia sem acompanhamento de um especialista e acreditam que, por se tratar de um tratamento natural, não existe nenhuma contraindicação. O uso deve ser sempre recomendado por um médico, que saberá qual medicamento sintético será associado ao tratamento para maior efetividade.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A utilização de recursos fitoterápicos ainda é um campo muito aberto para ser explorado pela ciência no Brasil e no mundo. Observando-se a situação socioeconômica da população brasileira, que em sua grande maioria depende de auxílio do governo para aquisição de medicamentos, entende-se que um estudo aprofundado no desenvolvimento de tratamentos não apenas para a hipertensão, mas sim, para diversas doenças utilizando recursos naturais é um campo que vale a pena ser explorado no Brasil, por ser um país com uma das floras mais ricas do mundo.

Foi possível adquirir muito conhecimento a partir das pesquisas realizadas nos diversos artigos mencionados, além de ter uma maior proximidade com os pacientes observados no decorrer do desenvolvimento do trabalho e compreender de perto a real necessidade de um acompanhamento adequado no uso de fitoterápicos.

Conclui-se que a utilização da fitoterapia na atenção primária à saúde pode representar mais do que uma redução de custos, pois implica na aceitação do conhecimento do outro, do usuário. Implica vínculo e respeito pelos valores culturais e pelas condições de vida. Pode ser o resultado de uma parceria que rompe a divisão entre os sistemas de saúde formal e informal.

## REFERÊNCIAS

Farias D.M., Ferreira P., Oliveira V.J.S., N.M Brito. Uso de plantas medicinais e fitoterápicos como forma complementar no controle da hipertensão arterial. **Jor. Bio. Phar. Agr**, 2016, n. 13, p. (1-13). Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbpm/a/MMRL3NrmMkcnPWWC67XXGgz/?lang=pt>> Acesso em: 16 de outubro de 2021.

JULIÃO, N. A. et al. Tendências na prevalência de hipertensão arterial sistêmica e na utilização de serviços de saúde no Brasil ao longo de uma década (2008-2019). **Scielo**, Rio de Janeiro, n.9, p. 1-15. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/L4sGZw5MYny3vjWDnCvLbxs/?lang=pt>>. Acesso em: 01 de novembro de 2021.

MONOGRAFIA DAS ESPÉCIES: *Alpinia speciosa* E *Alpinia zerumbet* (Galanga). **Ministério da Saúde**, Brasília, n.1, p 28. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/25/Vers--o-cp-Alpinia.pdf>>. Acesso em 04 de novembro de 2021.

MONOGRAFIA DA ESPÉCIE: *Passiflora alata* (maracujá-doce). **Ministério da Saúde**, Brasília, n.1, p. 20-41. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2016/fevereiro/05/Monografia-Passiflora-alata.pdf>>. Acesso em 04 de novembro de 2021.

Nunes M.G.S., Bernardino A.O., Martins R.D. Uso de plantas medicinais por pessoas com hipertensão. **Rev Rene**, 2015, n.1, p. (1-7). Disponível em: <<http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/2855>>. Acesso em 04 de novembro de 2021.

Oliveira, J & Araújo T. Plantas medicinais: usos e crenças de idosos portadores de hipertensão arterial / Medicinal plants: uses and beliefs of elderly carriers of arterial hypertension / Las plantas medicinales: usos y fes de ancianos portadores de hipertensión arterial. **Rev. eletrônica enferm.**, 2007. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/fen/article/view/7138>> Acesso em 10 de outubro de 2021.

SILVA, Dayane. RODRIGUES, Karolayne. RODRIGUES, Severina. Avanços e novas descobertas sobre o uso de erva cidreira (*Lippia alba*) para inovação terapêutica na última década (2010-2020). **Portal Regional da BVS**, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1147502>. Acesso em 19 de maio de 2021.

USO DE MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS REQUER CUIDADOS. **Conselho Regional de Farmácia do Piauí**, 2013. Disponível em: <<https://crfpi.org/uso-de-medicamentos-fitoterapicos-requer-cuidados/>> Acesso em: 20 de maio de 2021.

TANAKA, O. Y. et al. Hipertensão arterial como condição traçadora para avaliação do acesso na atenção à saúde. **SciELO**, Rio de Janeiro, n.3, p. 1-30. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/g43mjys99595CFBTqWSrt6B/?lang=pt>> Acesso em: 04 de novembro de 2021.

TEIXEIRA, Katrine. Plantas Medicinais que Podem Causar Alteração na Pressão Arterial e Interação com Anti-hipertensivos. **Repositório Unesc**, Crisciúma, p.20. Disponível em: <<http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/618/1/Katrine%20Teixeira.pdf>>. Acesso em 04 de novembro de 2021.

Tomazzoni, M. I. et al. Fitoterapia Popular: A Busca Instrumental Enquanto Prática Terapêutica. **SciELO**, Florianópolis, n.1 p. 1-13. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tce/a/YmDTSJkvRQFB5f7q9YQnL4s/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em 17 de outubro de 2021.

Alexandre, R. F. et al. Interações Entre Fármacos e Medicamentos Fitoterápicos à Base de Ginkgo ou Ginseng. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, São Paulo, n.1, p. 5-12.

Disponível

em:

<<https://www.scielo.br/j/rbfar/a/sXZy5GPnJMpChbMBJfyrJmm/?lang=pt>>. Acesso em 12 de outubro de 2021.