

PROPRIEDADES FITOTERÁPICAS DO MEL E SEUS BENEFÍCIOS PARA A POPULAÇÃO

Área de concentração em Saúde Coletiva

Kamilla Gualberto Ferreira¹; Allan Martins Ferreira ²; Ana Beatriz Alves Barbosa ³; Edmara da Nóbrega Xavier Martins ⁴; Patrício Borges Maracajá ⁵

¹ Enfermeira graduada pelas Faculdades Integradas de Patos, kamilla.gualberto@gmail.com

² Docente do Curso de Enfermagem das Faculdades Integradas de Patos, allanmartinsferreira@hotmail.com

³ Docente do Curso de Enfermagem das Faculdades Integradas de Patos, beatrixalves20@gmail.com

⁴ Docente do Curso de Enfermagem das Faculdades Integradas de Patos, mara_edmara@hotmail.com

⁵ Livre Docente, Coordenador do PPGSA (UFPG) Campus Pombal, patricio@ufpg.edu.br

INTRODUÇÃO: Nos últimos anos, tem-se buscado novos conhecimentos em relação às propriedades antioxidantes de alguns produtos naturais, entre eles o mel de abelha. Estudos apontam que os antioxidantes contribuem para a prevenção de doenças associadas ao envelhecimento e diminuição dos riscos de doenças cardiovasculares. Além de ter sido um dos primeiros alimentos do homem, o mel pode ser utilizado também como recurso medicinal, tendo sua ação terapêutica comprovada. Embora se caracterize por ser uma mistura com uma elevada concentração de açúcares, o mel apresenta uma composição complexa da qual fazem parte cerca de 180 componentes diferentes. É principalmente constituído por frutose e glicose, mas apresenta outros carboidratos, água e diversos constituintes nos quais se incluem compostos fenólicos e flavonóides, minerais, enzimas, aminoácidos e vitaminas (SERRA, 2016). A utilização do mel na cicatrização de feridas é amplamente referida na literatura, reduz rapidamente as infecções, edemas, dor e odor, ajudando no processo de cicatrização. Além das propriedades medicinais, é um ótimo alimento natural para crianças e pessoas debilitadas, dada a digestibilidade dos seus açúcares redutores. Como produto fitoterápico tradicional, pode atender várias demandas de saúde da população, possui atividade antibacteriana, facilitando a cicatrização de queimaduras, atuando como barreira viscosa, impedindo a entrada de substâncias e a perda de fluído para o meio externo (MAIA, 2012). Os consumidores vêm tornando-se cada vez mais conscientes da importância da alimentação para a saúde, buscando alimentos que além de saudáveis possam prevenir doenças. O mel se destaca como um destes alimentos por ser natural e possuir propriedades fitoterápicas. As propriedades medicinais do mel de abelha, assim como outros produtos da colméia, têm sido mencionadas, por suas variedades terapêuticas e nutricionais. Cabe ressaltar que o mel é um produto bastante conhecido e utilizado há anos por diversas civilizações (ESCOBAR; XAVIER, 2013). Neste contexto, observa-se que o Brasil possui um grande potencial apícola, em virtude de sua flora ser bastante diversificada, por sua extensão territorial e pela variabilidade climática existente, permitindo a produção de mel o ano todo, diferenciando-o de outros países. A apicultura tem se sobressaído devido apresentar benefícios sociais, econômicos e ecológicos. No Brasil, milhares de empregos são gerados nos serviços de manejo das abelhas, fabricação e comércio de equipamentos e beneficiamento de produtos. Entretanto, o apicultor destaca-se por entender o comportamento social das abelhas, sua biologia, técnicas de manejo e produção de mel, conferindo-o como membro potencial para a ampliação do mercado apícola. A presente pesquisa permitirá um aprofundamento no assunto abordado, onde poderá servir como fonte de informação para acadêmicos, profissionais e pesquisadores, assim como frente ao conhecimento dos apicultores em relação aos benefícios do mel. Essas informações determinarão grande relevância, uma vez que estas se mostrem importantes para a saúde coletiva. O estudo teve como objetivo descrever os benefícios do mel para a saúde da população, assim como, descrever suas principais propriedades fitoterápicas.

MATERIAIS E MÉTODOS: Trata-se de uma revisão bibliográfica, realizada através do site de indexação científica Scielo (Scientific Electronic Library Online) e Google Acadêmico, realizada no período de Fevereiro a Março de 2017. Utilizou-se como população, dez artigos, aos quais, constituiu-se uma amostra com seis artigos, que foram selecionados através dos descritores: Mel, Saúde e Cuidados de enfermagem, entre os anos de 2006 a 2017. Os dados foram analisados a luz da literatura pertinente ao tema.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: O Brasil é o 6º (sexto) maior produtor de mel, entretanto, ainda existe um grande potencial apícola (flora e clima) não explorado e grande possibilidade de se maximizar a produção, incrementando o agronegócio apícola (MELO, SILVA, QUEIROZ, 2016). O mel de abelha possui uma excelente qualidade nutricional (vitaminas, minerais, valor energético elevado) e propriedades medicinais (ação antioxidante e antisséptica) (FERREIRA, 2006). O uso de fitoterápicos (medicamentos a base de plantas medicinais) vem se expandindo mundialmente, tornando seu mercado promissor e comprovando que a utilização das plantas medicinais está cada dia mais popular (PONTE et al., 2003). Desde os tempos mais antigos, as propriedades terapêuticas do mel têm sido exploradas. Na época Mesopotâmia, em meados de 2.300 anos a.C por exemplo, as feridas eram lavadas com água ou leite e recebiam curativo de mel ou resina e cobertura de cascas, folhas ou lã (MARQUES et al., 2015). A propólis e o mel são usados, em muitos, países, para o tratamento de infecções das vias aéreas. Em modelos *in vitro*, extratos de própolis inibiram a agregação plaquetária e a síntese de eicosanoides, sugerindo propriedades anti-inflamatórias (TAVARES et al., 2006 *apud* KHAYYAL et al., 1993; PAULINO et al., 2003). Os méis são importantes em comunidades tradicionais, recomendados para o tratamento de diabetes, bronquite, micose oral, dores de garganta, tosse, gripe, catarata, impotência; são utilizados ainda como vermífugos e considerados um antídoto contra mordidas de cobra e cães raivosos (MODRO et al., 2009 *apud* COSTA NETO; PACHECO, 2004; SANTOS FITA et al., 2006). Estudos revelam a eficácia do mel no tratamento de feridas, seja ele na forma *in natura*, quanto aquele processado e esterilizado (industrializado). Atua no processo de reparo do tecido lesado e no tratamento da infecção, fato este que tem sido visto de maneira positiva, haja vista que seu uso pode significar uma diminuição significativa nos custos do tratamento (MARQUES et al., 2015). Silva et al., (2008) evidenciam que a composição do mel faz com que seja um produto com atividade antimicrobiana, promotor da cicatrização de ferimentos, antioxidante, prebiótico, além de ser uma boa fonte de energia, atuando não apenas como adoçante, mas também promovendo saúde ao organismo humano.

CONCLUSÕES: O mel vem obtendo inúmeros efeitos benéficos em várias condições patológicas. Popularmente também se atribui propriedades laxativa, antianêmica, diurética, mas que ainda está se desenvolvendo estudos comprobatórios. A atividade farmacológica do mel é amplamente conhecida e comprovada, principalmente, antibacteriana, anti-inflamatória e cicatrizante (FERREIRA, 2006). Tendo em vista que Brasil tem uma grande área para produção de mel e a facilidade da acessibilidade no mercado, o seu uso fitoterápico vem sendo transmitido de geração em geração, por isso faz-se necessário que a população conheça de forma precisa suas propriedades fitoterápicas, seus benefícios, eficiência e atividades farmacológicas, com isso, distinguindo seus mitos e verdades, contribuindo para que o mesmo possa ser utilizado de forma correta.

Palavras-Chave: Cuidados de enfermagem. Mel. Saúde

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. ESCOBAR, A. L. S.; XAVIER, F. B. Propriedades fitoterápicas do mel de abelhas. **Revista Uningá**. n.37, p.159-172, jul./set. Maringá: 2013.
2. MAIA, M. **Os antibióticos do mel**. Vila Real. 2012.
3. MARQUES, A. D. B. et al. O uso do mel no tratamento de feridas de difícil cicatrização: revisão sistemática. **Revista Prevenção de Infecção e Saúde**, v. 1, n. 4, p. 42-51, 2015. Disponível em: <www.ojs.ufpi.br/index.php/nupcis/article/download/4382/pdf> Acesso em: 08 de abril de 2017.
4. MELO, C. M. T; SILVA, V, S; QUEIROZ, C. R. A. A. Características físico-químicas do mel comercializado na região de Uberlândia. **Ambiência Guarapuava (PR)** v.12 n.2 p. 739 - 763 Maio/Ago. 2016. Disponível em: <<http://200.201.10.18/index.php/ambiencia/article/view/3021/pdf>> Acesso em: 07 de abril de 2017.
5. FERREIRA, C. M. O. Estudo químico, físico-químico e farmacológico dos carboidratos presentes no fitoterápico (Xarope Melxi). [Dissertação] Recife – PE, 2006. Disponível em: <<http://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/1996>> Acesso em: 07 de abril de 2017.
6. MODRO, A. F. H. et al. Knowledge of the inhabitants of the Mid-Araguaia region, Mato Grosso State, about the usefulness of bee (Hymenoptera, Apidae) products/Conhecimento dos moradores do medio Araguaia, Estado do Mato Grosso, sobre a utilidade de produtos de abelhas (Hymenoptera, Apidae). **Acta Scientiarum. Biological Sciences**, v. 31, n. 4, p. 421-425, 2009. Disponível em: <<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciBiolSci/article/view/4518>> Acesso em: 07 de abril de 2017.
7. PONTE, F. L. R.. Toxicidade pré-clínica de fitoterápicos à base de mel de abelha, própolis e extratos de Mikania glomerata, Eucalyptus globulus ou da associação Zingiber officinale e Allium sativum em roedores. 2003. Disponível em: <<http://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/1863>> Acesso em: 07 de abril de 2017.
8. TAVARES, J. P. et al. Estudo de toxicologia clínica de um fitoterápico a base de associações de plantas, mel e própolis. **Rev Bras Farmacogn**, v. 16, n. 3, p. 350-356, 2006. Disponível em: <www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2006000300012> Acesso em: 07 de abril de 2017.
9. SERRA, M. C. de C. **As propriedades antioxidantes do mel**. Centro de Estudos de Engenharia Química. Instituto Superior de Engenharia de Lisboa. Portugal: 2016. Disponível em: <http://lousamel.pt/files/noticias/pdf/38_pdf_propriedades_anti_oxidantes_do_mel.pdf> Acesso em: 08 de abril de 2017.
10. SILVA, R. A. et al. Composição e propriedades terapêuticas do mel de abelha. **Alimentos e Nutrição**, 2008. Disponível em: <<http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewArticle/120>> Acesso em: 07 de abril de 2017.