



PRÁTICAS DA FITOTERAPIA E PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS ENTRE OS IDOSOS E SEUS BENEFÍCIOS E MALEFÍCIOS À SAÚDE - UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Jaqueline Nascimento dos Santos ¹
Jefferson da Silva Soares ²
Erica Maria Belmiro dos Santos ³
Rafaella Queiroga Souto ⁴

RESUMO

A fitoterapia, também conhecida como a terapia das plantas, é um tratamento onde se utilizam plantas medicinais e fitoterápicos para fins terapêuticos. Possui base no conhecimento popular sobre as propriedades das plantas medicinais e os efeitos das suas substâncias ativas no organismo humano. O uso de plantas medicinais é uma prática milenar que remonta aos primórdios da civilização e são utilizadas com a finalidade de tratamento, prevenção e cura de diversas doenças. No Brasil, desde 2006, a Fitoterapia contempla uma das 29 Práticas Integrativas Complementares (PIC's) oferecidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Por ser o uso das plantas medicinais bastante utilizado na população, com seus conhecimentos sendo passados de geração em geração, porém o conhecimento sobre as toxicidades das plantas medicinais e seus efeitos adversos no organismo ainda não são bem disseminados. Deste modo, objetivou-se investigar quais são as plantas medicinais e fitoterápicos mais utilizadas pela população idosa e associar seus benefícios à saúde, comprovados cientificamente, com possíveis efeitos colaterais e riscos de interações medicamentosas e agravos à saúde. Trata-se de uma revisão integrativa onde foram selecionados artigos científicos localizados nas bases de dados: ScieLo, PubMed, Lilac, Scopus e Google acadêmico. Dentro da perspectiva da utilização da prática da Fitoterapia pela pessoa idosa, o resultado apresentado apontou um uso relevante e significativo das ervas medicinais por essa população, destacando-se as ervas como: boldo, canela, alho e camomila, tais plantas além de benefícios à saúde, apresentam possíveis risco de toxicidade, interação medicamentosa, e potencialização de sintomas pré-existentes no usuário, como por exemplo, taquicardia. Conclui-se a importância de os profissionais de saúde orientarem a população idosa sobre o uso adequado da Fitoterapia como Prática Integrativa Complementar, enfatizando os riscos de efeitos adversos à saúde a fim de evitar agravos e proporcionar benefícios à saúde contribuindo na melhora da qualidade de vida.

Palavras-chave: Fitoterapia, Plantas Medicinais, Efeitos Adversos, Idoso, Práticas Integrativas Complementares.

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br

A fitoterapia, também conhecida como a terapia das plantas, é um tratamento onde se utilizam plantas medicinais e fitoterápicos para fins terapêuticos. Possui base no conhecimento popular sobre as propriedades das plantas medicinais e os efeitos das suas substâncias ativas no organismo humano (UFJF, 2010).

O uso de plantas medicinais é uma prática milenar que remonta aos primórdios da civilização e são utilizadas com a finalidade de tratamento, prevenção e cura de diversas doenças. No Brasil, desde 2006, a Fitoterapia contempla uma das 29 Práticas Integrativas Complementares (PIC) oferecidas pelo Sistema Único de Saúde – SUS (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006).

O uso das plantas medicinais é bastante utilizado na população, com seus conhecimentos sendo passados de geração em geração, porém o conhecimento sobre as toxicidades das plantas medicinais e seus efeitos adversos no organismo ainda não são bem disseminados (MINISTERIO DA SAÚDE, 2012).

Estudos apontam que podem ocorrer interação medicamentosa entre os princípios ativos das ervas medicinais com a farmacoterapia. O que ocasiona potencialização de substâncias ou o inverso, a inibição de alguma substância, de uma forma ou de outra essa interação acarreta num efeito adverso ao desejado, podendo resultar em danos à saúde. (FRANCA et al., 2021).

A literatura traz que é comum as pessoas idosas o consumo de chás medicinais, a inclusive preferência de uso aos chás e pela fitoterapia do que pela a farmacoterapia. No entanto, nem todas as ervas são recomendadas a livre escolha, é necessário observar quais os benéficos da erva e também os seus efeitos colaterais e analisar se a erva é indicada ou não para tal caso específico (PEREIRA et al., 2016).

Justifica-se a produção desse estudo diante do interesse para responder a seguinte questão norteadora; quais são as interações medicamentosas que podem ocorrer ao utilizar as medidas terapêuticas alopáticas simultaneamente com a prática da Fitoterapia e quais agravos à saúde isso ocasionar? Diante de tamanha complexidade e relevância do tema acerca do uso consciente da prática de Fitoterapia e da importância de se evitar danos à saúde decorrente de

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br



possíveis intoxicações causadas pelas plantas medicinais, é que objetivou-se investigar quais são as plantas medicinais e fitoterápicos mais utilizadas pela população idosa e associar seus benefícios à saúde, comprovados cientificamente, com possíveis efeitos colaterais e riscos de interações medicamentosas e agravos à saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura onde foram selecionados artigos científicos localizados nas principais bases de dados científicos para análise e discussões dos resultados. Segundo Souza *et al*, uma Revisão Integrativa é caracterizada por ser um estudo detalhado de busca e análises de dados publicados na literatura, e para sua construção é necessário seguir a seis etapas; delimitação do tema e questão norteadora; busca sobre a temática nas bases de dados e critérios de inclusão e exclusão; categorização dos estudos e seleção dos dados a serem extraídos dos estudos; interpretação e discussão dos resultados encontrados; apresentação da revisão (SOUZA *et al.*, 2010).

Para a construção desse estudo foram selecionadas como base de dados científicos tais bases: Scientific Eletronic Library Online (ScieLo), Publicações Médicas (PubMed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Scopus e Google Acadêmico. Foram utilizadas a técnica booleana de Descritores em Ciências da Saúde (DeCs); População Idosa; and Interação Medicamentosa; and Ervas Medicinais; and Toxicidade.

Foram inclusos na busca, artigos no idioma Português e que tenham sido publicados no intervalo de 2016 a 2022. E foram excluídos os artigos que não responderam à questão norteadora e estudos duplicados.

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br

Nas bases de dados; ScieLo e Lilacs foram encontrados 13 artigos em ambas, que após utilizar os critérios exclusão, restaram apenas 1 estudo para cada base de dados citadas. Em relação as bases de dados Pubmed e Scopus não foram identificados artigos com tais descritores no espaço tempo de 2016 a 2022. Enquanto que no Google Acadêmico foram selecionados para a construção desse estudo 8 artigos. Somando um total de 10 artigos.

Tabela 1. Apresentação e descrição dos estudos selecionados

Periódico	Metodologia	Título do Artigo	Resultado Apresentado
ScieLo	Revisão Integrativa	Uso de Plantas Medicinais na Atenção Primária a Saúde	O estudo aponta a insuficiência intelectual por partes dos profissionais de saúde acerca das Práticas Integrativas Complementares à Saúde, mais precisamente sobre o uso das Plantas Medicinais, enfatizando a importância de aquisição desse conhecimento para a implementação eficaz da prática da Fitoterapia.
Lilacs	Revisão Integrativa	Toxicidade dos Fitoterápicos de interesse do SUS	Apresenta estudos que aponta as 10 principais Plantas Medicinais utilizada pela população e seu teor de toxicidade.
Google Acadêmico	Relato de Experiência	Uso de Plantas Medicinais Relatado pelos Idosos em um projeto de Extensão	Traz o relato de 5 pessoas idosas, com idade entre 65 a 80 anos. Que afirmaram utilizar plantas medicinais para fins terapêuticos com medicamentos alopáticos sem ter o conhecimento dos riscos de possíveis interações medicamentosas.
Google Acadêmico	Revisão Sistemática de Meta-Análise	Análise do Perfil de Interação Medicamentosa de Plantas Medicinais com os Medicamentos Mais Utilizado Por Idosos Hipertensos	Apresenta evidências de que a população idosa faz uso de plantas medicinais sem a prescrição de um profissional de saúde enfatizando a importância dos usuários saberem a forma correta de utilizá-las para evitar efeitos adversos a saúde. Apontam as plantas medicinais; <i>Crataegus oxyacantha</i> , <i>Ginkgo biloba</i> e

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br

			Pausinystalia iohimbe e suas interações com medicamentos anti-hipertensivos.
Google Acadêmico	Estudo Exploratório Descritivo	Plantas Medicinais na Atenção Primária de saúde: Riscos, Toxicidade e Potencial para Interação Medicamentosa	Apresenta um resultado de 120 espécies de plantas medicinais no quais 39,17% possuem substâncias que podem causar efeitos adversos a saúde, 19% apresentam riscos de toxicidades e 35,83% apontam possíveis interações medicamentosas.
Google Acadêmico	Revisão Integrativa	Principais Interações Entre Plantas Medicinais e Medicamentos	Apresenta principais Plantas Medicinais e suas interações com medicamentos alopáticos, a destacar a Camomila e o Alho que associados ao uso de medicamentos Anticoagulantes potencializam o risco de hemorragias.
Google Acadêmico	Revisão Integrativa	Uso de Plantas Medicinais e Potencial Risco de Interação Medicamentosa em Idosos no Brasil	Traz em seu estudo, principais Plantas Medicinais utilizadas por pessoas Idosas e suas interações medicamentosas. Destaca-se entre as interações medicamentosas o risco de hemorragia, hipoglicemia e potencialização de efeitos sedativos.
Google Acadêmico	Revisão Bibliográfica	Hepatotoxicidade De Plantas Medicinais E Produtos Herbais	Destaca em seu estudo as Plantas Medicinais tais quais; Cáscara Sagrada, Chá Verde e Confrei além de outras, com alto risco de provocar toxicidade ao fígado,
Google Acadêmico	Revisão Sistemática	Possíveis Interações Medicamentosas de Fitoterápicos e Plantas Medicinais Incluídas na Relação Nacional de medicamentos Essenciais do SUS	Evidencia em seu estudo as Interações Medicamentos juntamente com o uso associado as Plantas Medicinais e apresenta as principais interações medicamentos e os possíveis riscos à saúde.
Google Acadêmico	Revisão Integrativa	A Utilização De Plantas Medicinais e Fitoterápicos Como Terapia Alternativa e Seus Riscos à Saúde	Aponta a Importância de dominar o conhecimento acerca das Plantas Medicinais e suas implicações tanto pelos usuários quanto pelos profissionais de saúde. Destacando os riscos à saúde que a falta desse saber pode ocasionar.

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br

Dentro da perspectiva da utilização da prática da Fitoterapia pela pessoa idosa, os resultados apresentados apontam que há um uso relevante e significativo das ervas medicinais por essa população, destacando-se as plantas medicinais mais utilizadas entre os idosos tais quais; Alho, Boldo, Canela, Camomila, Erva-Doce, Cáscara Sagrada, Alcachofra, Pata de Vaca, Ginkgo Biloba, e Babosa (KIRCHNER. *et al.*, 2022). Tais plantas além de oferecer benefícios à saúde, apresentam possíveis risco de toxicidade, interação medicamentosa, e potencialização de sintomas pré-existentes no usuário (SILVA. *et al.*, 2020). A planta medicinal, Chá Verde, como por exemplo, é conhecida por ter substância termogênicas, tal qual a cafeína, que provoca aceleração dos batimentos cardíacos – Taquicardia. Podendo causar hipertensão arterial (CARNEIRO, 2016)

Dentre as classes de medicamentos que mais apresentam interações medicamentosa com as plantas medicinais estão: os anti-hipertensivos, os anticoagulantes, os barbitúricos, os ansiolíticos, os hipoglicemiantes e os diuréticos (KIRCHNER. *et al.*, 2022).

Tabela 2: Principais Plantas Medicinais e suas Implicações

Planta Medicinal / Fitoterápico	Classe do Medicamento	Efeitos da Interação Medicamentosa
Valeriana / Camomila / Erva-Doce / Chuchu / Erva Cidreira	Barbitúricos e Ansiolíticos	Depressão do Sistema Nervoso / Potencialização do Sono
Alcachofra / beterraba / chuchu / Cavalinha	Diuréticos	Hipovolemia / Hipocalemia
Eucalipto / Espinafre / Amoreira	Hipoglicemiantes	Hipoglicemia
Chá Verde / Alho / Camomila / Castanha da Índia / Guaco	Anticoagulantes	Hemorragias
Carqueja / Chá Verde / Chapéu de Ouro / Erva Mate / Hortelã	Anti-hipertensivos	Hipotensão

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br



Diante desses resultados, e enfatizando que é significativa a quantidade de pessoas idosas que utilizam Plantas Medicinais como medidas terapêuticas por conta própria, digo, sem consultar um profissional de saúde e em alguns casos, associados com medicamento alopáticos, se faz necessário discutir acerca da prevenção dos riscos e agravos à saúde que podem ocorrer devido a interação medicamentosa e ao uso das plantas medicinais sem os conhecimentos necessários para o manuseio eficaz e seguro.

Ressaltando a importância de os profissionais de saúde possuírem conhecimentos aprofundados sobre a Fitoterapia para que através de ações de Educação em Saúde, possam orientar devidamente a população sobre o uso consciente e devido das Plantas Medicinais, para fins de se evitar agravos à saúde e a população poder fazer uso da prática da fitoterapia de maneira segura onde possam usufruir tranquilamente de todos os benefícios que traz essa terapia milenar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a prática da Fitoterapia é uma prática comum na população idosa e que esse público sabe pouco sobre os riscos a saúde que podem ocorrer caso faça uso indevido de Ervas Medicinais, pois, acreditam que por ser planta, algo da natureza, apenas apresentam benefícios e poucos conhecem sobre o poder de toxicidade das plantas e suas interações com outras substâncias, daí, a importância de os profissionais de saúde orientarem a população idosa sobre o uso adequado da Fitoterapia como Prática Integrativa Complementar, enfatizando os riscos de efeitos adversos à saúde a fim de evitar agravos e proporcionar benefícios à saúde contribuindo na melhora da qualidade de vida.

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br

ALVEZ, M. A. *et al.* A Utilização de plantas medicinais e fitoterápicos como terapia alternativa e seus riscos à saúde. **Cadernos Camilliani**, São Camilo - ES, ano 1, v. 16, p. 1020 - 1035, 1 mar. 2019.

CARNEIRO, A. L. C.; COMARELLA, L. Principais Interações Entre Plantas Medicinais e Medicamentos. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 9, n. 5, 2016.

FRANCA, M. A. *et al.* O uso da Fitoterapia e suas implicações. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba -, v. 4, n. 5, 2021.

FERNANDES, C. P. M. *et al.* Toxicidade Dos Fitoterápicos de Interesse do SUS: Uma Revisão. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina - PR, v. 37, ed. 1, p. 83 -96, 23 nov. 2015.

GONÇALVES, R. N. *et al.* Plantas Medicinais Na Atenção Primária à Saúde: Riscos, Toxicidade e Potencial Para Interação Medicamentosa. **Revista de APS**, [S. l.], 2022.

KIRCHNER, G.A *et al.* Possíveis interações medicamentosas de fitoterápicos e plantas medicinais incluídas na relação nacional de medicamentos essenciais do SUS: revisão sistemática. **Rev Fitos**. Rio de Janeiro. 2022; 16(1): 93-119. e-ISSN 2446.4775.

MENEZES, A. F. *et al.* Uso de Plantas Medicinais Relatado Pelos Idosos de Um Projeto de Extensão: Relato de Experiência. **Anais do 9º Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão - SIEPE**, [s. l.], 23 nov. 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. A Fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisas de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos. **Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos**. Brasília - DF: [s. n.], 2006.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Práticas Integrativas e Complementares: Plantas Medicinais e Fitoterapia na Atenção Básica. **Secretaria de Atenção à Saúde**. Brasília - DF: [s. n.], 2012.

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br



PATRÍCIO, K. P. *et al.* O Uso de Plantas Medicinais Na Atenção Primária à Saúde: Revisão Integrativa. **Ciência e Saúde Coletiva**, [s. l.], 11 set. 2020.

PEREIRA, A. R. A. *et al.* Uso Tradicional de Plantas Medicinais Por Idosos. **Rev Rene**, maio-jun, 2016.

PINHEIRO, J. A. D. S. *et al.* Hepatotoxicidade de Plantas Medicinais e Produtos Herbais. **Rev. Ref. Saúde- FESGO**, [S. l.], v. 3, n 1, p. 132 - 137, 6 abr. 2020.

SILVA, C. J. F. *et al.* Uso de Plantas Medicinais e Potencial Risco de Interação Medicamentosa Em Idosos No Brasil: Uma Revisão Integrativa. **Revista Interfaces**, [S. l.], v. 9, n 1, 10 set. 2020.

SILVA, H. R. *et al.* Análise do Perfil de Interação Medicamentosa de Plantas Medicinas Com os Medicamentos Mais Utilizado Por Idosos Hipertensos. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 4, 22 abr. 2021.

SOUZA, M. T. *et al.* Revisão integrativa: o que é? E como fazer? **Einstein**, [s. l.], 8 jun. 2010.

UFJF - UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA. Programa de Plantas Medicinais e Terapias Não-convencionai. **Fitoterapia**. 2010. Disponível em: <https://www.ufjf.br/proplamed/atividades/fitoterapia/>. Acesso em: 1 jul. 2022.

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, jnds@academico.ufpb.br

² Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal Paraíba – UFPB, jefferson.soares2@academico.ufpb.br

³ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, erica.belmiro.santos@gmail.com

⁴ Doutora pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, rqs@academico.ufpb.br