

RISCOS ASSOCIADOS À AUTOMEDICAÇÃO DE FITOTERÁPICOS NO PROCESSO DE EMAGRECIMENTO

RISKS ASSOCIATED WITH SELF-MEDICATION OF HERBAL MEDICINES IN THE WEIGHT LOSS PROCESS

Isabela de Cordova Rebelo¹
Stephanie Magalhães Barbosa²
Cristiane Metzker Santana de Oliveira³

RESUMO: É notável a procura na atualidade por medicamentos que trazem o emagrecimento de forma natural, por isso muitos consumidores recorrem aos fitoterápicos sem levar em consideração o que o consumo destes produtos pode causar. Índices de danos nefro e hepatotóxicos, além da interação medicamentosa com diversos alopáticos, são grandes indícios de como a utilização destes medicamentos deve ser supervisionada e prescrita adequadamente, sem a automedicação. Neste contexto, este estudo objetiva alertar e discorrer sobre os riscos da automedicação dos fitoterápicos no processo de emagrecimento, enfatizando quais os efeitos dos principais fitoterápicos utilizados no processo de emagrecimento, com base em evidências científicas e em como eles impactam o organismo, assim como suas possíveis interações medicamentosas e como atingem o sistema corporal quando mal utilizados.

Palavras-chave: Automedicação. Fitoterápicos. Emagrecimento. Riscos.

2647

ABSTRACT: The current demand for medicines that bring weight loss in a natural way is remarkable, which is why many consumers resort to herbal medicines, without taking into account what the consumption of these products can cause. Rates of nephrotoxic and hepatotoxic damage, in addition to drug interactions with various allopathic drugs, are great indications of how the use of these drugs should be properly supervised and prescribed, without self-medication. In this context, this study aims to alert and discuss the risks of self-medication of herbal medicines in the weight loss process, emphasizing the effects of the main herbal medicines used in the weight loss process based on scientific evidence and how they impact the body, as well as their possible drug interactions and how they affect the body system when misused.

Keywords: Self-medication. Herbal medicines. Weight loss. Risks.

INTRODUÇÃO

A utilização de fitoterápicos nos tempos modernos, em que o magro virou padrão, tornou-se uma forma ligeira de associação à dieta para obtenção de resultados mais rápidos

¹Graduanda em Farmácia pela Universidade Salvador – UNIFACS.

²Graduanda em Farmácia pela Universidade Salvador – UNIFACS.

³Orientadora. Farmacêutica Mestre em Ciências Farmacêuticas.

no processo de emagrecimento. Entretanto, é equivocado dizer que o uso indiscriminado dessas substâncias não traz malefícios. A equivalência de um produto industrializado e medicamentoso com um rótulo que o aponta como natural, tornou-se um grande atrativo na inserção desses manipulados na rotina das pessoas. A facilidade no mundo atual em se obter informações, acarreta na automedicação dessas substâncias, que podem sim, serem tóxicas devido à sobredosagem e a forma incorreta de utilização (ANVISA, 2022).

Fitoterápico é o produto obtido exclusivamente de matéria prima ativa vegetal - compreende a planta medicinal ou a droga vegetal ou o derivado vegetal -, exceto substâncias isoladas, com finalidade profilática, curativa ou paliativa. Podendo ser simples, quando o ativo é proveniente de uma única espécie vegetal medicinal, ou composto, quando o ativo é proveniente de mais de uma espécie vegetal medicinal (FARMACOPEIA BRASILEIRA, 2022).

É importante a revisão constante das substâncias a serem utilizadas, vez que os fitoterápicos abrangem uma gama extensa de ativos com efeitos inúmeros que podem até mesmo ser prescritos sem ter a função desejada no emagrecimento, como falsas promessas de produtos naturais muito comuns que podem aumentar a produção endógena de testosterona, a exemplo da turkesterona e da maca peruana. Ambas as afirmações são um grande equívoco nesse ramo, estas substâncias possuem outros efeitos, mas não o desejado aumento hormonal (BELLOCHIO, 2016).

Além disso, outro importante ponto é a preocupação acerca da produção destes formulados. Não é incomum que parte destes medicamentos não passem no controle de qualidade, e outros possam conter em sua formulação substâncias anorexígenas e benzodiazepínicos, que são substâncias de uso controlado (AURICCHIO, 1991).

Neste contexto, o consumidor tem efeitos rápidos e muito satisfatórios que independem da “natureza” da fórmula, sendo enganados pela premissa de estar consumindo algo inteiramente natural. Os fitoterápicos são sim uma boa alternativa de utilização neste processo de perda de peso em via dos estudos de que auxiliam na prevenção da obesidade e no processo de emagrecimento por seus efeitos aceleradores de metabolismo, regulador de apetite, além de terem auxílio no respaldo dos efeitos antioxidantes, diuréticos e lipolíticos. Mas é importante ressaltar que os fitoterápicos não funcionam de forma tão rápida e abrupta, e tampouco oferecem bons resultados se consumidos desordenadamente e sem acompanhamento indicado. Por isso, é necessário atentar-se à origem adequada das formulações prescritas (ANVISA, 2022).

O ponto econômico também não é de descarte, a comercialização destes produtos e o consumo irracional sem acompanhamento pode ser um problema no bolso do consumidor, uma vez que o mesmo pode estar consumindo uma fórmula por modismo sem saber seu real efeito sistêmico e acabar pagando bem caro por tal.

O efeito tóxico dos fitoterápicos é constantemente ignorado, mas estes podem gerar no corpo, efeitos hepato e nefrotóxicos que levam ao comprometimento do bom funcionamento do sistema corporal. Neste contexto, o presente estudo tem o intuito de alertar sobre os riscos da automedicação de fitoterápicos no auxílio do emagrecimento (SILVA, 2005).

METODOLOGIA

Este artigo foi pautado na revisão bibliográfica de materiais resgatados por fontes de artigos acadêmicos, livros e publicações autorais, trazendo um compilado de informações das plataformas Google Scholar, Pubmed, Scielo e BIREME, e foi realizada através dos descritores: riscos fitoterápicos, fitoterápicos interação medicamentosa, fitoterápicos emagrecimento, maca peruana ativos, ativos fitoterápicos, princípio ativo fitoterápicos, toxicidade medicamentos, toxicidade fitoterápicos, alopáticos emagrecimento, herbal medicine toxicity, neurotoxicity herbal medicines, effects of herbal medicines, interaction of herbal medicines, obesity and herbal medicines. Utilizando de artigos originais e de revisão, com semelhança no tema e complemento das informações.

2649

Desenvolvimento

1. Principais plantas utilizadas na associação com o emagrecimento:

Com base nos materiais literários, algumas plantas destacaram-se quanto a seu uso para perda de gordura e peso, Plantas que possuem efeito termogênico, ou que reduzem a absorção da glicose, inibidores de apetite e modificadores da absorção de carboidratos, são potentes aliados no processo.

Além disso, muitas outras substâncias também podem ser adquiridas, porém somente por meio de manipulação, com seu extrato para uso, a exemplo da faseolamina. Abaixo, no Quadro 1, foi feito um compilado de fitoterápicos estudados e seus respectivos usos:

Quadro 1 – Fitoterápicos estudados e seus usos

| Nomenclatura científica | Nomenclatura usual | Autores e ano | Princípio ativo | Dose recomendada | Ação terapêutica |
|---------------------------|--|--|--|---|---|
| <i>Camellia sinensis</i> | Chá verde | Gomes, J,S.,2016, Kalluf; 2008 | Flavonóides, Epigallocatequina >40% | Até 1000 mg/dia | Potente termogênico e lipolítico, anti inflamatório |
| <i>Lepidium meyenii</i> | Maca peruana | Rodrigo et al., 2011 Troya-Santos et al., 2017 | Macaridina, macamidas, glucosinolatos e alcalóides | 400 a 1000mg/dia | Diminuem a velocidade de absorção da glicose |
| <i>Paullinia cupana</i> | Guaraná | Nicoletti e Cargnin, 2012 | Cafeína, teobromina | 2 a 5g/dia | Vasodilatador e diurético |
| <i>Phaseolus vulgaris</i> | Faseolamina (extrato do feijão branco) | CELLENO, L. et al, 2007 | Glicoproteína faseolamina, saponinas, lectinas Ácido fítico. | 1g 2x/dia 30 minutos antes das refeições | Inibidor da alfa amilase, emagrecimento. |
| <i>Panax ginseng</i> | Ginseng | KIEFER, DAVID ; PANTUSO, TRACI, Panax Ginseng, American Family Physician, v. 68, n. 8, p. 1539-154 | ginsenosídeos | 100 a 200mg /dia | inibe a angiogênese, levando a perda de peso. |
| <i>Garcinia cambogia</i> | Garcínia | Gomes, J,S. 2016 | Ácido hidroxicítrico | e 1g, 3x/dia na primeira semana e, 500mg, 3x/dia, 30 minutos a 1 hora antes das refeições | Bloqueio/diminuição da lipogênese por inibição da enzima adenosina trifosfatase citrato-liase |
| <i>Cordia salicifolia</i> | Cordia, Pholia magra | Kalluf; 2008 | Cafeína, ácido alantóico, alantoína, potássio | Até 500mg, 3x/dia | Diurético e lipolítico, ajudando a diminuir a gordura localizada e celulite. |

Fonte: Elaborado pelas autoras

2 . Toxicidade

Tendo como respaldo as mesmas plantas do quadro anterior, estará exemplificado no Quadro 2 abaixo, os seus respectivos efeitos toxicológicos no organismo:

Quadro 2 – Efeitos toxicológicos no organismo

| Nomenclatura científica | Nomenclatura usual | Autores e ano | Toxicidade |
|---------------------------|--|--|---|
| <i>Camellia sinensis</i> | Chá verde | Gomes, J,S.,2016, Kalluf; 2008 | Ansiedade, inquietação, nervosismo, taquicardia |
| <i>Lepidium meyenii</i> | Maca peruana | Rodrigo et al., 2011 Troya-Santos et al., 2017, Costa 2011 | Baixa toxicidade. |
| <i>Paullinia cupana</i> | Guaraná | Mello, 2010 | Dependência física e psíquica devido a presença de teobromina, teofilina e guaranina, ansiedade |
| <i>Phaseolus vulgaris</i> | Faseolamina (extrato do feijão branco) | CELLENO, L. et al | hiperplasia do pâncreas, Náuseas/vômitos; diarreia; dor estomacal; má absorção intestinal, hipertrofia/ |
| <i>Panax ginseng</i> | Ginseng | KIEFER, DAVID ; PANTUSO, TRACI, Panax Ginseng, American Family Physician, v. 68, n. 8, p. 1539-154 | O ginseng pode causar diarreia, náuseas, insônia, euforia, dores de cabeça, hipotensão, hipertensão, mastalgia e metrorragia. |
| <i>Garcinia cambogia</i> | Garcínia | Gomes, J,S. 2016 Figueira; 2014 Balbino EE; Dias MF (2016) | Efeitos adversos a nível testicular provocados pelo ácido hidroxícitrico, cefaléias, Hepatotoxicidade |
| <i>Cordia salicifolia</i> | Cordia, Pholia magra | Martins et al. 2005 Meirelles. A.F; | Não apresentou efeito de toxicidade em ratos, porém foi relatado caso de hepatite aguda do tipo hepatocelular in vivo. |

2651

Fonte: Elaborado pelas autoras

Com base no quadro acima, é possível visualizar diversos riscos na automedicação dos medicamentos naturais, pois eles podem trazer sérias consequências no ato simples de consumi-los sem orientação. A desinformação acerca destes medicamentos comuns pode exercer no corpo o comprometimento das funções renais, hepáticas e entre outras.

Rocha (2017) aponta os riscos associados por exemplo a uma simples infusão incorreta da planta *Camellia sinensis*, explicitando que sua toxicidade é dose dependente.

3. Interação medicamentosa fitoterápico x alopático

Além da toxicidade, é possível que os fitoterápicos causem efeitos adversos se utilizados com alguns medicamentos alopáticos, portanto, é ideal a verificação da possível interação medicamentosa caso esteja em tratamento. Estão expressos abaixo, interações alopáticos e fitoterápicos conforme baseado no artigo, caso hajam registros bibliográficos.

3.1 *Camellia sinensis*

Kalluf (2015) cita a necessidade de observação da consumação do chá verde com o ferro, pois o chá poderia impedir a sua absorção, gerando um caso de anemia ferropriva. Além disso, Marques (2020) cita a interação medicamentosa entre a *camellia sinensis* e medicamentos para o aparelho cardiovascular, que apresenta medicamentos como: digoxina, amiodarona, losartan, propranolol, atorvastatina, rosuvastatina e a sinvastatina

3.2 *Lepidium meyenii*

Sem registros bibliográficos de interação medicamentosa.

3.3 *Paullinia cupana*

Potencia a ação de analgésicos e, quando administrado com anticoagulantes, poderá inibir a agregação de plaquetas aumentando o risco de sangramento (NICOLETTI, 2007).

3.4 *Phaseolus vulgaris*

Não há evidências científicas de interação medicamentosa.

3.5 *Panax ginseng*

Baseado em relatos clínicos, o ginseng poderá alterar a pressão sanguínea ou a efetividade de medicamentos cardíacos, incluindo bloqueadores de canais de cálcio. Teoricamente, o ginseng poderá interferir no metabolismo de drogas que usam o sistema enzimático hepático P450 e a consequência será a elevação da concentração destas drogas no sangue podendo aumentar o efeito ou intensificar reações adversas sérias (NICOLETTI, 2007).

3.6 *Garcinia cambogia*

O consumo exacerbado deve ser observado de medicamentos metabolizados no fígado, visto que existe correlação entre o ácido hidroxicítrico e a toxicidade hepática. (HISSAME, 2010)

3.7 *Cordia salicifolia*

Não apresentou interações significativas quanto ao uso de medicamentos juntamente com a sua administração.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no proposto do artigo foi possível concluir que é preciso utilizar com cautela os fitoterápicos associados ao emagrecimento, pois alguns podem ter riscos que superam seus benefícios. Embora a toxicidade e/ou interação medicamentosa de alguns fitoterápicos como a *Cordia salicifolia* e *Phaseolus vulgaris* não apresentem indícios de interações medicamentosas, se faz necessário a sua observação constante sobre seus usos, uma vez que não estão isentos de causar danos, que ainda podem não estar devidamente comprovados.

2653

Portanto, ao consumidor, é necessário o alerta de que, fitoterápicos são medicamentos como quaisquer outros, e precisam de controle de qualidade, eficácia e danos revisados antes de sua consumação. Sendo necessário recorrer ao acompanhamento devido, como o farmacêutico e médico, para que possa ter resultados benéficos que os fitoterápicos trazem sem seus malefícios associados a não moderação.

REFERÊNCIAS

AURICCHIO, Mariangela Tirico; BATISTIC, Mônica Arcon; MARKMAN, Blanca E. Ortega. Detecção de anorexígenos e benzodiazepínicos em formulações" naturais" empregadas em regimes de emagrecimento. **Revista do Instituto Adolfo Lutz**, v. 51, n. 1-2, p. 105-10, 1991.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA (Brasil). Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa. **Orientações sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais**. Cartilha de orientações sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais, 2022.

BRASILEIRA, Farmacopeia. **Formulário de Fitoterápicos Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA (Brasil)**. 2ª Edição.

BELLOCCHIO, Anna Laura; JÚNIOR, Geraldo Thedei. **Efeito da Turkesterona no metabolismo de ratos obesos.** 2016.

FIGUEIRA, Cláudia Filipa Pato. **Toxicidade associada a plantas medicinais no emagrecimento.** 2014. Tese de Doutorado.

GOMES, Jéssica Schmitz. **O uso irracional de medicamentos fitoterápicos no emagrecimento: uma revisão de literatura.** 2016.

GONÇALES, Renata. Aliados do emagrecimento. In: **Revista 105 - Plantas Medicinai s e Fitoterápicos.** Disponível em: <<http://www.crfsp.org.br/revista/227-revista-105/3210-revista-105-plantas-medicinai s-e-fitoterapicos.html>>. Acesso em: 21 nov. 2022

HARA, Celina Hissana; MAHLKE, Janaína Dorneles. **Interações medicamentosas entre fármacos e fitoterápicos à base de chá verde ou garcínia cambogia,** 2010. Disponível em: <<http://www.sbpcnet.org.br/livro/boavista/resumos/1449.htm#:~:text=Aparentemente%20o%20existe%20correla%C3%A7%C3%A3o%20entre%20o,constituem%20fatores%20preocupant es%20da%20automedica%C3%A7%C3%A3o>>. Acesso em: 21 nov. 2022

KALLUF, L. **Fitoterapia funcional: dos princípios ativos a prescrição de medicamentos fitoterápicos.** São Paulo: Valéria Paschoal, 2008.

LIBERATO, Nádia Soares; SANDES, Aline Benamor; GÓES, Silvia Rafaela Mascarenhas Freaza. **Comparação entre as propriedades funcionais da maca peruana (Lepidium meyenii) descritas na literatura científica e as disseminadas na mídia.**

2654

MARQUES, Joana Marta Martins Pereira. **Interações entre plantas medicinais e medicamentos cardiovasculares.** 2020. Tese de Doutorado.

MELLO, João Roberto Braga de; MELLO, Fernanda B. de; LANGELOH, Augusto. Toxicidade pré-clínica de fitoterápico com Anemopaegma mirandum, Cola nitida, Passiflora alata, Paullinia cupana, Ptychopetalum olacoides e tiamina. **Latin American Journal of Pharmacy**, v. 29, n. 1, p. 57-63, 2010.

NICOLETTI, Maria A. et al. Fitoterápicos-principais interações medicamentosas. **São Paulo: Associação Nacional de Farmacêuticos Magistrais-Brasil**, v. 1, 2012.

NICOLETTI, Maria A. et al. Principais interações no uso de medicamentos fitoterápicos. **Infarma**, v. 19, n. 1/2, p. 32-40, 2007.

OLIVEIRA, Jonaina Costa de. **Abordagem farmacológica e terapêutica da Lepidium meyenii Walp.(MACA): uma revisão de literatura.** 2011.

ROCHA, Luelma Savana Soares et al. Análise da toxicidade de infusões de chás de emagrecimento através do teste Allium cepa. **Revista Biotecnologia & Ciência**, v. 6, n. 1, p. 55-62, 2017.

SANTANA, Ariane Pinheiro de Jesus; RODRIGUES, Juliana Lima Gomes. Riscos e benefícios dos fitoterápicos para o emagrecimento. **Revista Artigos. Com**, v. 35, p. e10399-e10399, 2022.

SILVA, MARCP et al. Efficiency of combined methotrexate/chloroquine therapy in adjuvant-induced arthritis. **Fundamental & clinical pharmacology**, v. 19, n. 4, p. 479-489, 2005.

SOUZA, A. Toxicidade Hepática de Chás, Ervas e Fitoterápicos. **PEM—Sociedade Brasileira de Hepatologia**, p. 3-5, 2011.

TEIXEIRA, João Batista Picinini; DOS SANTOS, José Vinícius; UFJF, TNC. **Fitoterápicos e interações medicamentosas**. 2011.

TUROLLA, Monica Silva dos Reis; NASCIMENTO, Elizabeth de Souza. Informações toxicológicas de alguns fitoterápicos utilizados no Brasil. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas**, v. 42, p. 289-306, 2006.

VERRENGIA, Elizabeth Cristina; KINOSHITA, Samara Alessandra Torquete; AMADEI, Janete Lane. Medicamentos fitoterápicos no tratamento da obesidade. **Uniciências**, v. 17, n. 1, 2013.