Saúde da Mulher

Epidemiologia, Intervenções, Casos Clínicos e Políticas de Saúde

EDIÇÃO XX

Capítulo 8

A FITOTERAPIA COMO ESTRATÉGIA PARA TRATAMENTO E ALÍVIO DOS SINTOMAS NO CLIMATÉRIO

MARIA DO SOCORRO VIEIRA PEREIRA[1]
ALAN LIRA GUEDES[2]
BEATRIZ DE SOUSA SANTOS[2]
CAMILA LOPES FRANKLIN BEZERRA[2]
JÉSSICA VELOSO FERREIRA DE ALENCAR[2]
LEYLA FONSECA DA NÓBREGA[2]
LUAN DA COSTA RODRIGUES[2]
RAFAELA FERNANDES MIRANDA DE PAIVA[2]
SOPHIA HENRIQUES MOREIRA[2]

[1]Docente – Curso de Medicina do Centro Universitário de João Pessoa – PB - UNIPÊ.
[2]Discente – Curso de Medicina do Centro Universitário de João Pessoa – PB - UNIPÊ.

Palavras-Chave: *Fitoterapia; Plantas Medicinais; Climatério.*

DOI 10.59290/978-65-6029-176-8.8

EDITORA PASTEUR

INTRODUÇÃO

O climatério é considerado um evento natural, ocorrendo em função da falência ovariana podendo ou não apresentar sintomas denominados de síndrome climatérica. As queixas mais frequentes são: ondas de calor, sudorese, calafrios, cefaleia, tonturas, parestesia, palpitações, depressão, insônia, fadiga, perda de memória, alterações menstruais, secura vaginal, dispaurenia, síndrome uretral, pele seca e com pouca elasticidade, fragilidade e queda de cabelos (ZANETTI *et al*, 2011).

Os produtos fitoterápicos são frequentemente utilizados como alternativa à terapia farmacológica. Os sintomas da menopausa e os distúrbios ginecológicos - como a síndrome pré menstrual e a dismenorreia - são as indicações em que a terapia farmacológica pode apresentar eventos adversos graves, por isso muitas mulheres preferem usar produtos fitoterápicos para ajudar com esses sintomas (KENDA *et al*, 2021).

O objetivo deste estudo é investigar o uso da fitoterapia como estratégia para tratamento e alívio dos sintomas apresentados por mulheres durante o climatério.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa, de natureza aplicada, com abordagem qualitativa e caráter retrospectivo de estudos nacionais e internacionais. Foram realizadas buscas de produção literária científica para a compreensão do conhecimento sobre os usos de terapias complementares, particularmente a fitoterapia por mulheres na fase de climatério. Para a construção do estudo considerou-se as pesquisas indexadas, na base de dados SCIELO – *Scientific Eletronic Libray Online*, periódico CAPES, bases de dados *Medline*, IBECS, utilizando-se descritores: Fitoterapia, Plantas Medicinais, Climatério.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Uso das plantas medicinais e climatério

Enquanto a medicina complementar é o tratamento utilizado pelos pacientes em conjunto com os tratamentos convencionais, a medicina alternativa é a abordagem de tratamento utilizada em vez dos tratamentos convencionais (YORGANCI *et al*, 2021).

O uso de plantas medicinais baseia-se no acúmulo de informações por sucessivas gerações e constituiu a base para o tratamento de diversas doenças. Passou a ser oficialmente reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a partir de 1978, durante a Conferência Internacional sobre Atenção Primária à Saúde, pela Declaração de Alma-Ata (HARAGUCHI *et al*, 2020).

Planta medicinal é espécie vegetal, cultivada ou não, utilizada com propósitos terapêuticos. Já o fitoterápico é o produto obtido de matéria-prima ativa vegetal, exceto substâncias isoladas, com finalidade profilática, curativa ou paliativa, incluindo medicamento fitoterápico e produto tradicional fitoterápico, 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 (BRASIL, 2014).

Existem vários conceitos no que se refere à planta medicinal, a OMS define como sendo todo e qualquer vegetal que possui, em um ou mais órgãos, substâncias que podem ser utilizadas com fins terapêuticos ou que sejam precursores de fármacos semissintéticos (SANTOS *et al*, 2023)

O climatério é a última etapa da vida evolutiva da mulher entre o período fértil e o seu término. O processo climatérico em cada mulher apresenta manifestações diferentes em relação

à sua própria história, à sua saúde e à cultura a que pertence (GIRARDI, ZALZMAN, 2014). O climatério é um período caracterizado por um estado fisiológico de hipoestrogenismo progressivo; começa aproximadamente aos 40 anos e se estende até os 65 anos, marcando a transição da fase reprodutiva para o estado não reprodutivo (CRUZ, *et al*. 2017).

A menopausa é um episódio pontual durante o climatério e se caracteriza pela finalização permanente das menstruações após um período de 12 meses consecutivos. Ela pode ocorrer de forma espontânea (em torno de 45 a 50 anos de idade) ou em decorrência de intervenções médicas. Os sintomas mais comuns são: ondas de calor, sudorese, secura vaginal, dificuldades de excitação e orgasmo e alterações no funcionamento sexual. Contudo, a maneira como cada mulher vivencia este período não se limita às influências biológicas, pois um complexo conjunto de fatores contextuais e pessoais (hábitos de vida, história pessoal etc.) também está associado a essa experiência (CREMA, *et al*, 2017).

Regularização do uso de fitoterápicos no Brasil

A Organização Mundial da Saúde (OMS) através de suas normativas e recomendações reconhece o valor potencial da fitoterapia para a expansão dos serviços de saúde, encorajando seu uso nos programas de saúde pública. No contexto pátrio, a Portaria nº 971 de 2006 do Ministério da Saúde, aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS) incluindo o uso de plantas medicinais e fitoterápicos na Saúde Pública. O Ministério da Saúde publicou algumas resoluções da diretoria colegiada (RDC) sobre o tema da fitoterapia, dentre elas há a RDC número 18 de 2013, que dispõe sobre as boas práticas de processamento e armazenamento de plantas medicinais, preparação e dispensação de produtos magistrais e oficinais de plantas medicinais e fitoterápicos em farmácias vivas no âmbito do SUS, e a RDC número 26 de 2014, que dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos.

Formas de utilização das plantas medicinais pela população

Em geral, existem várias formas de utilização de uma planta. A RDC número 26 de 2014 conceitua algumas dessas formas, como pode ser visto a seguir. A forma de utilização de determinada planta vai depender do melhor método que se pode extrair os componentes que se almeja.

Droga vegetal é a planta medicinal, ou suas partes, que contenham as substâncias responsáveis pela ação terapêutica, após processos de coleta/colheita, estabilização, quando aplicável, e secagem, podendo estar na forma íntegra, rasurada, triturada ou pulverizada.

Chá medicinal é a droga vegetal com fins medicinais a ser preparada por meio de infusão, decocção ou maceração em água pelo consumidor.

Decocção é a preparação, destinada a ser feita pelo consumidor, que consiste na ebulição da droga vegetal em água potável por tempo determinado. Método indicado para partes de drogas vegetais com consistência rígida, tais como cascas, raízes, rizomas, caules, sementes e folhas coriáceas ou que contenham substâncias de interesse com baixa solubilidade em água.

Infusão é a preparação, destinada a ser feita pelo consumidor, que consiste em verter água potável fervente sobre a droga vegetal e, em seguida, tampar ou abafar o recipiente por um período de tempo determinado. Método indicado para partes de drogas vegetais de consistência menos rígida, tais como folhas, flores, inflorescências e frutos, ou com substâncias ati-

vas voláteis ou ainda com boa solubilidade em água.

Maceração com água é preparação, destinada a ser feita pelo consumidor, que consiste no contato da droga vegetal com água potável, a temperatura ambiente, por tempo determinado, específico para cada droga vegetal. Método indicado para drogas vegetais que possuam substâncias que se degradem com o aquecimento.

Aplicações da fitoterapia no climatério

Os fitoestrógenos, compostos naturais que se encontram nos alimentos com atividades semelhantes aos estrógenos, estão presentes em mais de 300 plantas, destacando-se como fontes de fitoestrógenos as sementes da soja (*Glycine max (L.) Merr*.), da linhaça (*Linum usitatissimum L*.), do girassol (*Helianthus annuus L.)*, entre outros (ZANETTI *et al*, 2011).

Alternativas naturais baseadas em evidências são suplementos ricos em fitoestrógenos derivados de certas ervas, incluindo soja, trevo vermelho, lúpulo, alcaçuz, ruibarbo e linhaça. Esses produtos botânicos fracamente estrogênicos podem imitar os efeitos dos estrogênios endógenos perdidos durante a menopausa, o que pode contribuir significativamente para o alívio dos sintomas vasomotores. Para complementar este efeito benéfico, a combinação de fitoestrógenos com outros vegetais com um perfil selecionado de atividades biológicas poderia ser considerada como uma abordagem mais eficaz para mitigar outras alterações associadas à sintomatologia climática (LÓPEZ-RÍOS *et al*, 20 21).

Em um estudo realizado na China, utilizando a decocção de plantas medicinais tradicionalmente empregadas para o tratamento de sintomas associados à menopausa, sendo estas *Curculigo orchioides*, *Epimedium brevicornum*, *Melissa officinalis*, *Angelica sinensis*, *Phellodendron chinense*, *Anemarrhena asphodeloides* e *Schisandrae Chinensis*, foi verificado que o tratamento durante seis semanas é capaz de inibir significativamente a excreção de suor em um modelo animal de menopausa. Além disto, a decocção destas plantas reduziu acentuadamente o número de células secretoras nas glândulas sudoríparas plantares, aumentou os níveis séricos de E2, as atividades de superóxido dismutase e reduziu acentuadamente os níveis séricos do hormônio folículo-estimulante, hormônio luteinizante e da peroxidação lipídica. Outro estudo verificou a eficácia e segurança do estigma de *Crocus sativus* (açafrão) no tratamento do transtorno depressivo maior, associado a ondas de calor na pós-menopausa, e demonstrou que o tratamento durante seis semanas com a planta é capaz de reduzir significativamente os calorões e alguns escores de depressão. Outra planta que vem sendo utilizada na medicina tradicional para tratamento dos sintomas associados à menopausa é a *Millettia macrophylla*. Em um estudo que envolveu a administração durante três dias do extrato metanólico e da fração fenólica da planta na dose de 10 mg/Kg em um modelo animal de menopausa, foi evidenciado que a fração fenólica possui maior atividade sobre o peso do útero, nível de proteína uterina, altura da camada epitelial uterina e da vagina, além de reduzir a duração média e a frequência de ondas de calor induzidas pela ovariectomia nos animais (SILVA, *et al*, 2020).

A *Morus nigra L., Moraceae*, é uma espécie vegetal que tem sua origem na Ásia, frutificando com maior intensidade e abundância sobretudo na Ásia Menor e estando plenamente aclimatizada no Brasil. Na medicina popular as folhas da amoreira-preta têm sido indicadas para mulheres durante a menopausa. Há estudos que visam comprovação da ação em receptores estrogênicos. Os frutos de *Morus* contém compostos fenólicos que apresentaram amplo espe-

ctro de atividade bioquímica, tais como propriedades antioxidantes, antimutagênicas e anticarcinogênicas bem como a capacidade de modificar a expressão gênica (PADILHA, 2010).

Entre as plantas com mais evidência temos a soja (*Glycine max*) que possibilita a isoflavona-de-soja, muito importante para reposição estrogênica no climatério, sendo oferecida no SUS como medicamento fitoterápico. Outra planta oferecida no SUS como medicamento para sintomas ginecológicos é a aroeira (*Schinus terebinthifolius*), que é utilizada para o tratamento de infecções ginecológicas. Existem várias outras plantas com potencial terapêutico na literatura científica, como por exemplo o trevo vermelho (*Trifolium pratense*), que apresenta resultados para a redução da frequência e intensidade dos fogachos, assim como o gingseng (*Panax ginseng*) que é indicado para a melhora da função sexual e qualidade de vida pós-menopáusica. Já a valeriana (*Valeriana officinalis*) apresenta bons resultados no tratamento da insônia (SILVA & PORTELLA, 2022).

CONCLUSÃO

O climatério é um momento da vida da mulher que pressupõe mudanças tanto a nível biológico quanto a nível psicológico. Na atualidade, a ONU e o governo brasileiro investem no valor potencial da fitoterapia para a expansão dos serviços de saúde, encorajando seu uso nos programas de saúde pública. Neste contexto, a utilização de fitoterápicos visa atender as necessidades pessoais e socioeconômicas das pacientes, além de objetivar cumprir sua função medicinal trazendo uma melhor qualidade de vida. O uso das plantas medicinais representam um recurso importante para o tratamento e alívio dos sintomas no climatério validados cientificamente, no entanto é necessário o desenvolvimento de mais pesquisas científicas relacionadas a fitoterapia no climatério, oportunizando profissionais de saúde, para a prescrição de fitoterápicos e instigar a comunidade acadêmica a investigar a eficácia, qualidade e segurança na utilização de preparações fitoterápicas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CREMA, I. L.;TILIO, R. D.; CAMPOS, M. T. DE A. Repercussões da Menopausa para a Sexualidade de Idosas: Revisão Integrativa da Literatura. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 37, n. 3, p. 753–769, jul. 2017. https://doi.org/10.1590/1982-3703003422016.

CRUZ, E. F.; NINA, V. J. DA S.; FIGUERÊDO, E. D. Climacteric Symptoms and Sexual Dysfunction: Association between the Blatt-Kupperman Index and the Female Sexual Function Index. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v. 39, n. 2, p. 66–71, fev. 2017. https://doi.org/10.1055/s-0037-1598603.

GIRARDI, G.; ZALZMAN, D. Maternity during the climateric. Vertex (Buenos Aires, Argentina), v. 25, n. 117, 2014. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25545085/.

HARAGUCHI, L. M. M. *et al*. Impact of the Training of Professionals from São Paulo Public Health System in Phytotherapy Practice. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 44, n. 1, p. e016, 2020. https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190190.ING

KENDA, M. *et al*. Herbal products used in menopause and for gynecological disorders. Molecules (Basel, Switzerland), v. 26, n. 24, p. 7421, 2021. https://doi.org/10.3390/molecules26247421

LÓPEZ-RÍOS, L. *et al*. Influence of a new botanical combination on quality of life in menopausal Spanish women: Results of a randomized, placebo-controlled pilot study. PloS one, v. 16, n. 7, p. e0255015, 2021. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255015.

PADILHA, M. M. *et al*. Estudo farmacobotânico das folhas de amoreira-preta, Morus nigra L., Moraceae. Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 20, n. 4, p. 621–626, ago. 2010. https://doi.org/10.1590/S0102-695X2010000400024.

SANTOS, T. G. D. *et al*. Análise etnofarmacológica de plantas medicinais em uma comunidade quilombola: ênfase em doenças crônicas. Cogitare Enfermagem, v. 28, p. e88742, 2023. https://doi.org/10.1590/ce.v28i0.88742.

YORGANCI, A. *et al*. Complementary and Alternative Medicine Attitudes of Gynecologic Patients: Experience in a Tertiary Clinic. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v. 43, n. 11, p. 853–861, nov. 2021. https://doi.org/10.1055/s-0041-1739462.

ZANETTI, V., *et al*. Prevalência do uso da fitoterapia para alívio de sintomas apresentados em pacientes climatéricas. Revista da Associação Catarinense de Medicina, n.1, v. 40, 2011. Artigo presente em: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-663088. Acesso em 06 de setembro de 2024. https://www.acm.org.br/revista/pdf/artigos/840.pdf.

SILVA, I.; PORTELLA, C. PLANTAS MEDICINAIS PARA SINTOMAS DO CLIMATÉRIO. Disponível em: <https://sites.usp.br/menopausando/terapias/plantasclimaterio/>. Acesso em: 6 set. 2024.

SILVA, B; SIOCHETTA, T.M; BERLEZI, E.M. Plantas medicinais utilizadas para o tratamento de distúrbios associados à menopausa. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/02/1358991/33914-texto-do-artigo-134466-1-10-20200619.pdf>. Acesso em: 6 set. 2024.

BRASIL, RDC nº 18, de 03 de abril de 2013. Dispõe sobre as boas práticas de processamento e armazenamento de plantas medicinais, preparação e dispensação de produtos magistrais e oficinais de plantas medicinais e fitoterápicos em farmácias vivas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário oficial da República Federativa do Brasil. Brasília, DF, 03 abr. 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/rdc0026_13_05_2014.pdf

BRASIL, RDC nº 26, de 13 de maio de 2014. Regulamenta o registro de Medicamentos Fitoterápicos (MF) e o registro e a notificação de Produtos Tradicionais Fitoterápicos (PTF). Diário oficial da República Federativa do Brasil. Brasília, DF, 13 mai. 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/rdc0026_13_05_2014.pdf