



**CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFTC
CURSO DE GRADUAÇÃO EM SAÚDE
UNIDADE DE ENSINO - REDE UNIFTC SALVADOR-BA**

**ANA CRISTINA ARGOLLO DE OLIVEIRA
PATRICIA CERQUEIRA DA SILVA SANTOS
SANDY BORGES FERNANDES DOS SANTOS
TACIANE DO CARMO DE JESUS**

**USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO ADJUVANTE DE
DISLIPIDEMIA EM ADULTOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**SALVADOR
2024**



ANA CRISTINA ARGOLLO DE OLIVEIRA

PATRICIA CERQUEIRA DA SILVA SANTOS

SANDY BORGES FERNANDES DOS SANTOS

TACIANE DO CARMO DE JESUS

USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO ADJUVANTE DE DISLIPIDEMIA EM ADULTOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado aos Cursos de Psicologia,
Nutrição e Farmácia, do Centro Universitário
UNIFTC como requisito parcial para obtenção
do título de Bacharel.

Orientadora: Prof^ª. Esp. Érica Tupiniquim
Freitas de Abreu.

SALVADOR

2024

USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO ADJUVANTE DE DISLIPIDEMIA EM ADULTOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Cristina Argollo de Oliveira ¹
Patricia Cerqueira da Silva Santos ²
Sandy Borges Fernandes dos Santos ³
Taciane de Castro Jesus ⁴
Érica Tupiniquim Freitas de Abreu ⁵

RESUMO

Introdução: A fitoterapia utiliza compostos bioativos de plantas consideradas medicinais. Essa prática pode ser utilizada como tratamento adjuvante em diversas condições de saúde, inclusive na dislipidemia. A dislipidemia é uma condição prevalente na população mundial e brasileira e é definida por concentrações anormais de lipoproteínas no sangue, podendo ocorrer por fatores genéticos ou ambientais.

Objetivo: Apresentar a possibilidade de uso de plantas medicinais como adjuvantes no tratamento da dislipidemia - complementar à medicina convencional. **Metodologia:**

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica integrativa. **Resultados e Discussões:** Apresentação das seis fases do processo de elaboração da revisão bibliográfica: elaboração da pergunta norteadora que foi sobre se é possível utilização de fitoterápicos como tratamento adjuvante em pacientes com dislipidemia, busca ou amostragem na literatura, coleta de artigos, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa. **Considerações**

Finais: Diante da necessidade de assegurar, pois sintetiza as pesquisas disponíveis sobre determinada temática e direciona a prática fundamentando-se em conhecimento científico.

Palavras chave: Fitoterapia. Dislipidemia. Doenças cardiovasculares. Integralidade em saúde.

¹ Discente do curso de Psicologia. Centro Universitário UniFTC de Salvador (UniFTC/BA), e-mail: argollo.oliveira@ftc.edu.br

²Discente do curso de Farmácia do Centro Universitário UniFTC de Salvador (UniFTC/BA), e-mail: cerqueira.santos6@ftc.edu.br

³ Discente do curso de Nutrição. Centro Universitário UniFTC de Salvador (UniFTC/BA), e-mail: sandy.santos2@ftc.edu.br

⁴ Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário UniFTC de Salvador (UniFTC/BA), e-mail: taciane.jesus@ftc.edu.br

⁵ Professora Orientadora. Centro Universitário UniFTC de Salvador (UniFTC/BA), Nutricionista, e-mail: eabreu.ssa@ftc.edu.br

HERBAL MEDICINES IN THE ADJUVANT TREATMENT OF DYSLIPIDEMIA IN ADULTS: AN INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT

Introduction: Phytotherapy can be used as an adjuvant treatment, through the use of medicinal plants to act on various health conditions, for example dyslipidemia. Dyslipidemia is defined as abnormal concentrations of lipoproteins in the blood, which may occur due to genetic or environmental factors. **Objective:** know the use of medicinal plants that can help conventional medicine in dyslipidemia treatment. **Method:** This is a study carried out through a literature review. **Results and Discussions:** Presentation of the six phases of the process of preparing the bibliographic review: elaboration of the guiding question that was about whether it is possible to use herbal medicines as an adjuvant treatment in patients with dyslipidemia, search or sampling in the literature, collection of articles, critical analysis of the included studies, discussion of results and presentation of the integrative review. **Final Considerations:** Given the need to ensure as it synthesizes the available research on a given topic and directs practice based on scientific knowledge.

Key-words: Herbal Medicines. Dyslipidemia. Cardiovascular diseases. Alternative Medicine.

1 INTRODUÇÃO

Os fitoterápicos são preparados com plantas medicinais (BIREME, 2023); isto é medicamentos obtidos a partir de plantas ou seus derivados, utilizados para prevenir, aliviar ou tratar doenças. Eles são compostos por substâncias ativas extraídas de plantas medicinais, e sua eficácia é reconhecida pela ciência através de estudos clínicos e farmacológicos.

O uso de fitoterápicos esta no rol das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) que são adotadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil, sendo uma prática que se destaca por valorizar a biodiversidade e o conhecimento tradicional, integrando-se ao cuidado da saúde.

Entretanto, insta salientar, que tanto os remédios caseiros, quanto os produtos fitoterápicos, agem no corpo devido a sua presença de substâncias químicas ativas, onde são extraídas das plantas durante o preparo que depende do tipo de substância que a planta contém.

No caso dos chás medicinais, para uma planta aromática, o preparo é pela infusão, pois a substância se perde facilmente no calor. Em substâncias mais estáveis como (taninos, saponinas, polifenóis, flavonoides) decocção é o mais indicado, já para substâncias químicas instáveis (polissacarídeos / mucilagens da tansagem) melhor forma maceração a frio.

A dislipidemia constitui uma imperfeição do metabolismo das lipoproteínas, levando o indivíduo a concentrações elevadas de colesterol e triglicerídeos no organismo. Esse distúrbio pode gerar doenças cardiovasculares e a aterosclerose que é uma doença complexa, causada pelo acúmulo dessa gordura na parede dos vasos, e consequente uma inflamação, pelo fato da calcificação de lipídios.

Outros fatores, além da dislipidemia, como idade, sobrepeso, sedentarismo, ingestão excessiva de sal, alimentação rica em lipídios, menopausa, além de fatores genéticos influenciam na gênese da patologia (Dalmazo, 2019) e ainda contribuem no surgimento de doenças cardiovasculares e da aterosclerose.

Pacientes com dislipidemia apresentam baixa qualidade de vida e elevado estresse pela própria condição que pode estar agudizada pelo excesso de peso (que pode estar presente) gerando limitação física e aumento risco de morte, numa cadeia cíclica que acaba por acelerar a progressão da doença.

Além do tratamento via medicamentosa, importante ressaltar a garantia da saúde mental do paciente, combinando a prática de atividade física; alimentação saudável, podendo ainda combinar com práticas integrativas como yoga, meditação, fitoterapia para garantir não só a longevidade ao portador de dislipidemia que já está com doenças que surgiram com a agudização do quadro, como também qualidade de vida para esses pacientes.

O indivíduo com dislipidemia deve ser visto como um todo e deve receber acompanhamento multidisciplinar com equipe composta por médico cardiologista, bem como por psicólogo, nutricionista, farmacêutico, enfermeiro, fisioterapeuta e/ou profissional de educação física. Além da recomendação de tratamento medicamentoso podem ser utilizados métodos complementares como as práticas integrativas como a fitoterapia (SBC, 2018).

No Brasil a utilização de fitoterápicos é bastante controlada e se deu, em 2006, com a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), com o objetivo garantir à população brasileira acesso seguro e o uso racional de plantas medicinais e fitoterápicas, com pesquisas e artigos científicos, levantando dados do uso, avaliando a resposta terapêutica, prevenindo problemas relacionados ao uso, informando os riscos e benefícios da utilização do fármaco (BRASIL, 2006).

Algumas espécies nativas indicadas para tratamento da dislipidemia como o extrato de alho envelhecido (*Allium sativum*), a suplementação com óleo de linhaça (*Linum usitatissimum* L) e de compostos bioativos presentes nas plantas como a betaglucana da aveia, são capazes de reduzir, de forma significativa o colesterol.

Outrossim, o objetivo dessa pesquisa é apresentar a possibilidade de uso de plantas medicinais como adjuvantes no tratamento da dislipidemia - complementar à medicina convencional. A pesquisa justifica-se devido a prevalência de dislipidemia na população mundial e devido a rica flora brasileira, além do uso popular já disseminados de diversas plantas, predispõe o uso de fitoterápicos e compostos bioativos como forma terapêutica e adjuvante no tratamento de diversas condições de saúde, inclusive na dislipidemia. Os profissionais de saúde precisam conhecer a possibilidade do uso de fitoterápicos, bem como o uso seguro para estimular o orientar práticas e estilo de vida saudáveis.

2. METODOLOGIA

Este artigo trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa, transversal, com abordagem qualitativa e exploratória. Esta modalidade se propõe em buscar, analisar e sintetizar o conhecimento publicado, sobre um assunto em específico, de modo sistemático e ordenado, facilitando o aprofundamento sobre o tema proposto (Silva *et al.*, 2020).

A confecção desse estudo se deu no seguinte percurso metodológico: elaboração da questão norteadora da pesquisa, em seguida, deu-se a busca na literatura, seleção dos estudos, extração dos dados encontrados, síntese dos dados, avaliação da qualidade das evidências, finalizando com a redação e publicação dos resultados (Pimentel *et al.*, 2020).

Adotada a modalidade qualitativa para análise das relações entre fatos e os fenômenos relacionados à utilização de fitoterápicos na dislipidemia, além de sua utilização como tratamento adjuvante para casos de colesterol alto.

A realização deste estudo decorreu durante os meses de fevereiro a maio de 2024, a partir do levantamento bibliográfico nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da saúde (LILACS), SCIELO, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico.

Foram utilizados para a pesquisa a busca avançada com os descritores em saúde (DECS) e/ou palavras chaves: fitoterapia, plantas medicinais, dislipidemia, doenças cardiovasculares, integralidade em saúde, terapia farmacológica adjuvante. A busca avançada examinou a presença dos DECS no título, resumo, assunto ou na leitura do texto. Para maior relação da busca com o tema foi utilizado o operador booleano AND.

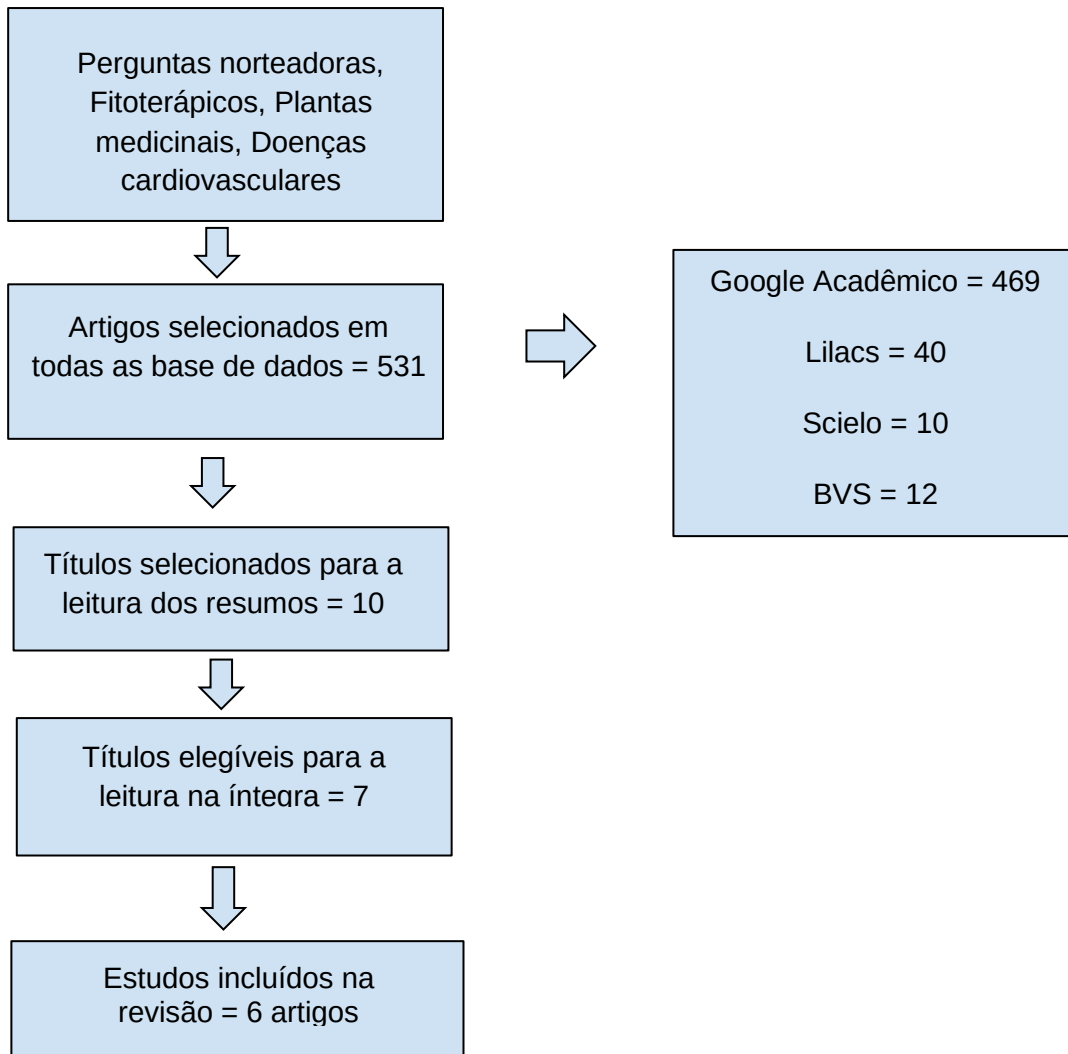
Os critérios de inclusão empregados para seleção dos estudos consistiram em pesquisas originais, textos completos, publicadas nos últimos dez anos (de 2014 até abril de 2024), disponíveis online, gratuitos, com acesso livre, disponíveis nos idiomas português, inglês e/ou espanhol e que abordassem o tema considerando todas as áreas de interesse referente ao uso da fitoterapia em tratamentos adjuvantes de dislipidemia.

Os critérios de exclusão foram artigos de revisão, publicados fora do recorte temporal estabelecido (data anterior a 2014), textos incompletos, pagos, em duplicata,

em idiomas diferentes dos propostos, artigos que retratavam o assunto de modo superficial ou fora do tema.

Desse modo, após a seleção inicial dos artigos procedeu-se a leitura dos títulos e resumos, seleção de artigos para leitura na íntegra e definir a amostra do trabalho, processo que pode ser evidenciado na Figura 1.

Figura 1 - Fluxograma adaptado de PRISMA sobre a seleção dos artigos.



Fonte: Elaboração própria, 2024.

3 RESULTADOS

Com o uso dos DECS e critérios de seleção e inclusão foram levantados 531 artigos científicos, levando em consideração o período de 2014 a 2024, bem como o título, foram primeiramente selecionados 10 artigos para leitura do resumo, 7 títulos foram elegíveis para leitura na íntegra. Foram selecionados para este estudo 6 artigos que foram lidos na íntegra e detalhados os principais achados, conforme consta no Quadro 1.

Quadro 1 – Distribuição da produção científica acerca do estudo.

Autor(es)/Ano	Tipo de Estudo	Metodologia	Objetivos	Principais Resultados	Conclusões
NASCIMENTO et al. 2022	Uso do fitoterápico <i>Allium sativum</i> L (alho) como tratamento adjuvante em adultos com dislipidemia	Estudo descritivo, transversal de abordagem quantitativa.	A possibilidade do uso do fitoterápico alho para tratamento de dislipidemia	O alho possui alicina com efeitos significativos por possuir propriedades de redutor lipídico.	O alho pode ser utilizado na prevenção no tratamento
ROSA et al 2019	Práticas integrativas na promoção da saúde em doenças crônicas.	Revisão de literatura qualitativa	A possibilidade do uso de plantas medicinais no tratamento de doenças crônicas e dislipidemia	Noz moscada, Cavalinha, Sete Sangrias, foram plantas citadas e podem contribuir para reduzir o índice lipídico	A noz moscada pode contribuir no tratamento de dislipidemia

COSTA et al, 2020	Coleta de dados conduzida na cidade de Feira de Santana - BA para avaliação do uso de fitoterápicos e plantas medicinais na redução de peso, analisando prescrição nutricional.	Estudo Observacional Transversal	Analisar o perfil das prescrições nutricionais que incluem fitoterápicos e plantas medicinais na redução de peso e eficácia e segurança no uso dessa terapia adjuvante.	A utilização de fitoterápicos e plantas medicinais como por exemplo noz moscada, chá verde e gengibre demonstraram ser eficazes na redução de peso corporal, sugerindo que essa abordagem pode ser uma alternativa válida em processos de perda de peso.	As terapias complementares a exemplo da fitoterapia e plantas medicinais podem ser uma alternativa eficaz e segura para auxiliar na redução de peso corporal.
NUNES e SANTOS, 2023	Atuação farmacêutica na utilização de fitoterápicos e plantas medicinais no tratamento de doenças crônicas	Revisão narrativa de literatura	O uso da fitoterapia e das plantas medicinais como tratamento complementar.	O <i>Allium Sativum</i> ou alho vem sendo bastante utilizado a muito tempo combinado com alguns antibióticos não somente em ambientes hospitalares	O alho tem um grande poder medicamentoso por suas propriedades antimicrobianas e imunomoduladoras

CORDEIRO, 2022	Plantas medicinais e fitoterápicos no tratamento de distúrbios no perfil lipídico	Revisão literária	A busca de novas opções terapêuticas de baixa toxicidade no tratamento da dislipidemia	Ilex paraguariensis (erva-mate), Camellia sinensis (chá verde) e zingiber officinale (gingibre) foram as espécies encontradas aqui no Brasil segundo esse estudo, com baixa toxicidade e que podem ser usadas na dislipidemia.	A alcachofra e a berberina, o cominho preto, o gengibre e a erva-mate são plantas medicinais e fitoterápicos que proporcionam redução nos níveis séricos de CT, TG e melhoram perfil lipídico e podem ser opções viáveis ao uso de estatinas sem causar efeitos colaterais.
ROYO, 2015	Caracterização laboratorial da classificação das dislipidemias e uso de fitoterápicos	Artigo de revisão	Avaliar a eficácia de compostos fitoterápicos em portadores de dislipidemia.	Destacou-se o uso do maracujá, do abacate e da berinjela como tratamento alternativo	Apesar de indicado a berinjela não tem comprovações científicas suficientes e não pode ser recomendada isoladamente

Fonte: Elaboração própria, 2024.

O estudo de Santos et al. (2019) realizou uma revisão integrativa da literatura sobre a utilização das práticas integrativas e complementares (PICs) reconhecidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) como cuidado em doenças crônicas. Um aspecto relevante identificado neste estudo foi a constatação de que as PICs ainda são pouco utilizadas em pacientes com doenças crônicas. Embora a legislação disponha de uma diversidade de PICs reconhecidas pelo SUS, sua aplicação no tratamento e prevenção de doenças crônicas ainda é limitada. Para que essas práticas sejam efetivamente integradas ao cuidado de pacientes com doenças crônicas, é essencial a realização de capacitações com os profissionais de saúde.

Já Nunes e Santos (2023) abordam o papel do profissional farmacêutico diante das práticas integrativas e complementares em saúde. Essas práticas, conhecidas como PICs, visam estimular os mecanismos de prevenção e recuperação da saúde do corpo, utilizando tecnologias eficazes e seguras. Tal estudo revelou que os farmacêuticos desempenham um papel fundamental na integração das práticas integrativas e complementares no contexto clínico; como também enfatiza que o farmacêutico não apenas fornece orientação e suporte terapêutico, mas também participa ativamente de várias etapas do processo, desde a seleção de medicamentos fitoterápicos até o acompanhamento do paciente. Essa abordagem holística permite ao farmacêutico avaliar as interações entre terapias convencionais e integrativas, contribuindo para um cuidado mais abrangente e personalizado ao paciente.

Cordeiro (2022) apresenta investigação do potencial das plantas medicinais e fitoterápicos no tratamento de distúrbios do perfil lipídico, especificamente as dislipidemias. Os resultados da revisão indicaram que várias espécies medicinais e suas preparações foram descritas na literatura como potenciais influenciadoras no tratamento das dislipidemias. Entre as espécies mais comuns no Brasil, destacam-se *Ilex paraguariensis* (erva-mate), *Camellia sinensis* (chá verde) e *Zingiber officinale* (gengibre), que foram associadas à redução do colesterol total e dos triglicerídeos, bem como ao aumento do HDL - considerado colesterol "bom". A análise aponta para a importância de mais pesquisas experimentais bem controladas para fornecer informações mais precisas sobre o uso dessas plantas medicinais e fitoterápicos na população brasileira. Ainda que as evidências sugeridas sejam promissoras, é fundamental um embasamento científico sólido para validar sua eficácia e segurança no tratamento das dislipidemias.

Por fim, Nascimento et al. (2022) investigou a utilização do alho (*Allium sativum*) na Atenção Primária à Saúde (APS) por usuários atendidos em uma Unidade de Saúde da Família (USF) e revelou que a comunidade faz uso do alho como medida terapêutica no manejo de diversas condições de saúde, como gripe, tosse, hipertensão arterial, para auxiliar a imunidade, tratamento de colesterol elevado e para ajudar na diabetes mellitus. O alho foi utilizado de várias formas, incluindo chás, consumo in natura, em forma de lambedor, engarrafada e na forma de óleo essencial, e foi relatado trazer benefícios e resolução para essas afecções.

4. DISCUSSÃO

De acordo com os resultados obtidos e conclusões do estudo de revisão bibliográfica integrativa sobre o uso de fitoterápicos como tratamento adjuvante em pacientes com dislipidemia, algumas observações e discussões podem ser feitas.

As indispensáveis descobertas presentes no estudo apontam uma diversidade de plantas medicinais com potencial para auxiliar no tratamento da dislipidemia, como alho, linhaça, aveia, chá verde, gengibre entre outros. Essas plantas demonstraram efeitos positivos na redução de níveis de colesterol total, triglicerídeos, LDL ("mau" colesterol), além de aumentar o HDL ("bom" colesterol), oferecendo uma compreensão favorável para complementar o tratamento tradicional.

É importante ressaltar que os resultados desse estudo estão em concordância com outras pesquisas revisadas na literatura. Isto é, no estudo de Cordeiro (2022) foi identificado o potencial das plantas medicinais no tratamento de dislipidemias, salientando que mais pesquisas experimentais precisavam ser feitas para assim confirmar sua segurança e veracidade. O alinhamento entre diversas pesquisas potencializa os índices evidentes e transmite firmeza nos resultados encontrados.

Por outro lado, um estudo de Santos et al. (2015) tem como objetivo avaliar a eficácia de compostos fitoterápicos, especificamente a farinha da casca de maracujá, extrato de berinjela e farinha de abacate, no tratamento de portadores de dislipidemias. A pesquisa destaca que as plantas medicinais e os medicamentos fitoterápicos são frequentemente utilizados como uma alternativa terapêutica, especialmente por pessoas que estão em tratamento de doenças crônicas, juntamente com outros medicamentos. Os resultados do estudo sugerem que a combinação desses

compostos fitoterápicos com drogas farmacêuticas pré-existentes pode resultar em redução dos níveis de colesterol total, HDL e LDL. No entanto, é importante ressaltar que a eficácia desses fitoterápicos pode variar entre os indivíduos e que outros estudos podem ter conclusões divergentes.

A análise dos efeitos da medicina herbal no tratamento da dislipidemia foi realizada por Silva et al. (2022) teve como objetivo. Os resultados do estudo indicaram várias plantas medicinais que mostraram eficácia na redução dos marcadores da dislipidemia. O *Allium sativum* L. (alho) mostrou-se eficaz na redução do colesterol total (CT) e da lipoproteína de baixa densidade (LDL-c), além de apresentar ação antitrombótica e inibição da agregação plaquetária. O *Linum usitatissimum* L. (linhaça), seja consumido em forma de semente, pó, biscoito ou óleo, demonstrou benefícios na redução dos níveis de CT, LDL-c, lipoproteína de alta densidade (HDL-c) e triglicerídeos (TG), atribuídos ao seu conteúdo de fibras ômega-3. A *Avena sativa* (aveia) também apresentou resultados positivos na redução dos níveis de TG, LDL-c e não-HDL-c devido ao seu alto teor de fibras do tipo beta-glucana.

A *Garcinia Cambogia* (tamarindo de malabar), é recomendada na forma farmacêutica de cápsulas recomendada nas dosagens de 500 mg duas vezes ao dia, durante 30 dias, indicado popularmente como moderador de apetite e na redução de gordura. Ensaios clínicos demonstraram que a dose acima citada se mostra segura podendo ser administrada até 1500 mg dia (Damasceno et al., 2018).

Estudos recentes revelam que o seu ativo principal, o ácido hidroxicítrico que é um inibidor competitivo, age bloqueando a enzima extra mitocondrial citrato-liase podendo ser o responsável pela ação hipolipemiante, seu mecanismo de ação também inclui a síntese de lipídios, que por esse motivo aumenta a formação no número de cetonas proporcionando a sensação de saciedade, as benzofenonas estão relacionadas com a capacidade de reduzir os níveis de colesterol (VERBIEN et al., 2018; ROSA et al., 2016).

Apesar disso, vale ressaltar que existem algumas limitações dessas descobertas que deveriam ser levadas em consideração. Um aspecto importante é a falta de padrões nos estudos revisados, entre eles a diferença na dosagem, formulações e métodos avaliativos dos resultados. Essa ausência implica na dificuldade para analisar e comparar os estudos causando a generalização dos resultados.

E mais, é de extrema importância o reconhecimento de que a utilização de fitoterápicos no tratamento complementar precisa de uma abordagem individualista que cada paciente tem suas características e necessidades específicas. É crucial que no acompanhamento os profissionais envolvidos sejam qualificados para garantir que o mesmo seja eficaz.(CORDEIRO, 2022).

Os resultados trazidos neste estudo mostram uma busca crescente por alternativas naturais aos medicamentos convencionais. Entre os fitoterápicos mais estudados e utilizados estão o alho (*Allium sativum*) com propriedades terapêuticas significativas, mas também apresenta pontos de divergência e requer precauções quanto à dosagem e interações medicamentosas.

Estudos demonstram que o alho possui propriedades antioxidantes, antimicrobianas, e cardioprotetoras, sendo eficaz na redução da pressão arterial, colesterol, e na prevenção de doenças cardiovasculares. Além disso, possui compostos sulfurados como a alicina, que contribuem para seu efeito terapêutico. (CORDEIRO, 2022).

O uso de plantas medicinais no tratamento da dislipidemia é motivado por várias razões, incluindo a busca por terapias naturais, a redução de efeitos colaterais associados a medicamentos sintéticos, e o histórico de uso tradicional de plantas com efeitos benéficos sobre o perfil lipídico como o alho.

Muitas plantas medicinais contêm compostos bioativos, como flavonoides, saponinas, polifenóis e fitoesteróis, que podem ajudar a regular os níveis de colesterol e triglicerídeos no sangue. Esses compostos podem atuar de várias formas, incluindo a inibição da absorção de colesterol no intestino e a promoção da excreção de ácidos biliares.

Sem falar que alguns medicamentos sintéticos usados para tratar a dislipidemia, como as estatinas, podem causar efeitos colaterais significativos, incluindo dores musculares e problemas hepáticos e as plantas medicinais são frequentemente vistas como alternativas mais seguras e com menos efeitos adversos. Em muitas regiões, especialmente em áreas rurais ou países em desenvolvimento, plantas medicinais são mais acessíveis e econômicas em comparação com medicamentos convencionais.

Diversas plantas medicinais, como o alho, têm um longo histórico de uso na medicina tradicional para tratar distúrbios lipídicos.

A abordagem integrativa na medicina considera o uso de tratamentos convencionais em conjunto com terapias complementares, como o uso de plantas medicinais. Isso pode proporcionar um tratamento mais holístico e personalizado para os pacientes com dislipidemia.

Cumprir destacar que muitas plantas medicinais podem ser incorporadas na dieta diária como parte de um estilo de vida saudável, promovendo não apenas a redução dos níveis de lipídios, mas também a saúde geral. Como exemplo do Alho (*Allium sativum*), conhecido por suas propriedades hipolipemiantes, ajudando a reduzir os níveis de colesterol LDL e aumentar o HDL e a linhaça rica em omega 3, fibras e lignanas, eficaz na redução dos níveis de colesterol total e triglicerídeos.

Apesar dos benefícios, há divergência na utilização, no que tange a eficácia e segurança dos fitoterápicos. Alguns estudos apontam que a variabilidade na composição química das plantas, devido a fatores ambientais e de cultivo, pode influenciar a eficácia terapêutica. Além disso, há uma falta de padronização na dosagem e na formulação dos fitoterápicos, o que pode levar a resultados inconsistentes. Ademais, o uso de fitoterápicos varia significativamente entre regiões devido às diferenças culturais, disponibilidade de plantas e políticas públicas. Recentemente, o governo brasileiro começou a investir na regulamentação e no incentivo ao uso da fitoterapia no Sistema Único de Saúde (SUS), com o objetivo de oferecer opções terapêuticas mais acessíveis e naturais para a população. A ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) regulamenta o uso de fitoterápicos, e o Ministério da Saúde incorpora alguns fitoterápicos na RENAME (Relação Nacional de Medicamentos).(RDC, 49/2016).

As políticas públicas brasileiras têm um impacto significativo no uso de fitoterápicos, com a finalidade de promover o acesso seguro e regulamentado através do Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF) e o Comitê Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos que tem a finalidade de “garantir à população a população brasileira o acesso seguro e o uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos, promovendo o uso sustentável da biodiversidade, o desenvolvimento da cadeia produtiva e da indústria nacional”. (BRASIL, 2006).

A Resolução - RDC nº 14 de 2010 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos no Brasil. Essa regulamentação estabelece os critérios e requisitos técnicos para a obtenção do

registro de medicamentos fitoterápicos, garantindo a qualidade, segurança e eficácia desses produtos. (RDC, 14/2010)

O Brasil tem avançado bastante na busca do uso de fitoterápicos mais efetivos, até por ser uma alternativa menos custosa para população, com criação de uma série de órgãos de fiscalização para viabilizar o uso de plantas medicinais e fitoterápicos com qualidade e segurança para população.

As plantas medicinais são utilizadas por várias razões, incluindo tradições culturais, ainda por possuir menor custo comparado aos medicamentos convencionais, e a percepção de que são mais seguras por serem "naturais", desde que acompanhadas por órgãos que garantam a qualidade do produto que vai desde o cultivo até a chegada ao consumo. (FIGUEREDO, 2014).

No entanto, existe a necessidade de mais estudos, pois apesar dos resultados promissores observados, ainda há a necessidade de mais pesquisas clínicas bem controladas para avaliar a eficácia a longo prazo e a interação com outras terapias convencionais.

Para garantir o uso seguro dos fitoterápicos, é essencial seguir orientações de dosagem adequada e estar ciente das possíveis interações medicamentosas.

Por exemplo, o alho pode interagir com anticoagulantes, potencializando seu efeito e aumentando o risco de sangramento. A linhaça pode afetar a absorção de alguns medicamentos devido ao seu alto conteúdo de fibras. Os profissionais de saúde desempenham um papel crucial na orientação e prescrição correta de fitoterápicos. Devem estar bem informados sobre as propriedades, dosagens seguras, e potenciais interações dos fitoterápicos. A educação dos pacientes sobre a importância de buscar orientação profissional é vital para evitar agravos à saúde. (CORDEIRO, 2022).

Os resultados obtidos no estudo sugerem que doses de 600 a 1200 mg de alho em pó ou extrato padronizado de alicina (substância presente no alho) são eficazes e seguras para o controle de lipídios no sangue. No entanto, o alho pode aumentar o risco de sangramento quando usado concomitantemente com anticoagulantes ou antiplaquetários, como a varfarina e a aspirina. Também pode potencializar o efeito de medicamentos para a pressão arterial.

Por isso a importância da supervisão do uso de plantas medicinais por um profissional de saúde, sendo essencial que eles informem aos pacientes sobre os

benefícios e riscos do uso de fitoterápicos, incluindo a importância de seguir dosagens recomendadas e verifiquem o histórico de saúde dos pacientes para identificar possíveis interações medicamentosas ou condições que possam ser afetadas pelo uso de fitoterápicos. Importante os pacientes buscar orientação profissional antes de iniciar qualquer tratamento fitoterápico, especialmente se já estiverem em uso de outros medicamentos.

É importante ressaltar que os resultados deste estudo trouxeram que os fitoterápicos apresentam potencial como uma abordagem terapêutica adjuvante no tratamento da dislipidemia, demonstrando em alguns estudos uma capacidade de auxiliar na redução dos níveis de lipídios no sangue e auxílio no controle de peso inclusive. (COSTA, 2020)

Destaca, ainda, que os fitoterápicos utilizados neste contexto mostraram-se seguros e bem tolerados, com poucos relatos de efeitos colaterais graves. No entanto, é fundamental considerar que existem possíveis interações com outros medicamentos que o paciente esteja utilizando, principalmente o alho. (CORDEIRO, 2022).

Os fitoterápicos podem ser uma opção a ser considerada dentro de um plano de tratamento abrangente e multidisciplinar com alimentação balanceada, atividade física e terapia para verificar o que leva o indivíduo fazer o consumo excessivo de comidas ricas em lipídios ou comida em excesso, se é algo de hábito alimentar ou de compulsões compensatórias precisando de uma regulação a nível psicológico.

Insta salientar que devido à complexidade da dislipidemia e aos potenciais riscos envolvidos, é fundamental o acompanhamento médico durante o tratamento, já que eles são capazes de avaliar a condição do paciente, monitorar os níveis de lipídios no sangue e verificar a eficácia do tratamento adjuvante com fitoterápicos. Além disso, podem orientar sobre possíveis interações medicamentosas e ajustar a dose ou terapia conforme necessário. O acompanhamento médico é essencial para garantir a segurança e eficácia do tratamento com fitoterápicos em pacientes com dislipidemia.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados desta revisão indicam que os fitoterápicos podem ser benéficos como tratamentos adjuvantes para diversas condições de saúde. No entanto, a qualidade dos estudos varia, e há uma necessidade de mais pesquisas rigorosas para

confirmar esses achados. Além disso, a segurança e as interações medicamentosas são preocupações importantes que devem ser consideradas.

Os fitoterápicos apresentam um potencial promissor como tratamentos adjuvantes em adultos com dislipidemia, mas é essencial que seu uso seja baseado em evidências científicas mais robustas. A necessidade de uma orientação profissional adequada são fatores cruciais para garantir o uso seguro e eficaz desses tratamentos naturais. A educação contínua e a conscientização dos profissionais de saúde e pacientes são essenciais para maximizar os benefícios dos fitoterápicos e minimizar os riscos associados.

REFERÊNCIAS

Arquivos Brasileiros de Cardiologia. ABC Cardiol. Sociedade Brasileira de Cardiologia - SBC; **Qualidade de vida em pacientes com doença aterosclerótica coronariana grave e estável**, p. 691-697. dezembro 2010.

BIREME/OPAS/OMS. Portal Rede de Desenvolvedores das Redes BVS e Associadas. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/aterosclerose-e-arteriosclerose/>. Acesso em: outubro de 2023.

BRASIL. **Resolução n. 510, de 7 de abril de 2016**. Brasília, 2016. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-510-de-7-de-abril-de-2016-22917558> Acesso em: 17 abril. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Fitoterápicos e homeopáticos na RENAME**. Ministério da Saúde, Brasília, 04 jan. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/ptbr/composicao/sctie/daf/pnpmf/orientacao-ao-prescritor/fitoterapicos-e-homeopaticosna-rename>. Acesso em: 16 abril. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **RESOLUÇÃO-RDC Nº 14, DE 31 DE MARÇO DE 2010**. Brasília, 2010. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2010/rdc0014_31_03_2010.html Acesso em: 17 maio 2024

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolo clínico e diretrizes terapêuticas da dislipidemia: prevenção de eventos cardiovasculares e pancreatite**. Brasília, 18 ago 2020. Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/protocolos/publicacoes_ms/pcdt_dislipidemia_prevencaoeventoscvascularessepancreatite_isbn_18-08-2020.pdf. Acesso em: 16 abril 2024.

CORDEIRO, Vivian Manoela. **Plantas Medicinais e Fitoterápicos no Tratamento de Distúrbios do Perfil Lipídico**. TCC apresentado ao Curso de Saúde Coletiva da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória. Vitória de Santo Antão, Pernambuco, p. 1-37, 2022.

FEIO, Claudine Maria Alves; SOUZA, Dilma Do Socorro Moraes de; SANTOS, Adam Sávio Ferreira Dos. RIBEIRO, Caio Fernando Lima; SANCHES, Lucas Alberto Antunes; PACHECO, João Victor. **Dislipidemia e Hipertensão Arterial. Uma Relação Nefasta. Revista Brasileira de Hipertensão**, Belém, Pará, Vol 27, p. 64-67, agosto 2020.

FELTEN, Rafaela Dutra; MAGNUS, Karen; SANTOS, Lidianne dos; SOUZA, Alessandra Hubner de. **Interações Medicamentosas Associadas a Fitoterápicos Fornecidos pelo Sistema Único de Saúde**, Revista Inova Saúde, Criciúma, vol. 4, n. 1, jul. 2015.

FIGUEIRA, Marcela de Souza; FERREIRA, Victória Elizabeth Pinheiro; MADEIRA, Enayle Rayane Silva; MATOS, Jamille de Araujo; et al. **Uso de Fitoterápicos no Tratamento da Dislipidemia: Um Estudo de Revisão**. Research Society and Development. Vargem Grande Paulista - SP, v.11, n. 3, p. 1-13, 2022.

FIGUEREDO, Climério Avelino.; GURGEL, Idê Gomes Dantas; GURGEL JUNIOR, Garibaldi Dantas. **A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios**. Physis Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro-, v. 24, p. 381-400, 2014.

MANSO, Maria Elisa Gonzalez; GOES, Leonardo. **Práticas Integrativas e Saúde Suplementar: Experiências de um Grupo de Pessoas Moradoras nas Cidades de Rio de Janeiro e São Paulo**. In: ANAIS DO 8º CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS EM SAÚDE - VOL. 1, 2019, João Pessoa. Anais eletrônicos. Campinas, Galoá, 2019. Disponível em: <<https://proceedings.science/80-cbcs/shs/trabalhos/praticas-integrativas-e-saude-suplementar-experiencias-de-um-grupo-de-pessoas-mo?lang=pt-br>>. Acesso em: 24 Abr. 2024.

NUNES, Weldieni Martins Pereira Nunes; SANTOS, Janio Sousa. **Atuação Farmacêutica em práticas integrativas: Uma revisão**. Research Society and Development. Vargem Grande Paulista - SP, v.12, n. 8, p. 1-9.

RIOS JUNIOR, Victor Carneiro; SANTOS, Walter Oliveira; LIMA, Gabriel Magalhães; CHESTER, Sarah Araujo; RODRIGUES, Natália Coelho. GREGORIO, Mikaelle Lopes; FRANCO, Camila de Oliveira; ARAUJO, Marcos Vinícios Marinho Gonçalves; SILVA, Matheus de Vasconcelos; SILVA, Taissa Braga da. **Influência dos fatores psíquicos e emocionais negativos no surgimento de doenças cardiovasculares: uma revisão de literatura**. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 13, n. 5, p. 7461, 22 maio 2021.

SANTOS, Hanna Veloso; FONSECA, Junio Marcos; FREITAS, Ronilson Ferreira; ROYO, Vanessa de Andrade. **Caracterização Laboratorial das Dislipidemias e o Uso de Fitoterápicos**. Revista Multitexto. Montes Claros-MG, v. 3, n. 01, p. 21-28, 2015.

SANTOS, Margarete Veronica Jesse dos; ROSA, Cleonice Gonçalves da; SANTOS, Pâmela Silva dos; RAUSCH, Paulo César; BELLINATTI; Natalia Veronez da Cunha. **Práticas integrativas na promoção à saúde em doenças crônicas: uma revisão**

de literatura. Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde da UNIARP. Santa Catarina, v. 9, p. 41-56, 2019.

SILVA, Rayzza Marcelly Jesus Da. REIS, Carliane Cardoso Dos; CARDOSO, Matheus Lopes; MATOS, Jamille de Araujo; MADEIRA, Enayle Rayane Silva; FERREIRA, Victória Elizabeth Pinheiro; FIGUEIRA, Marcela de Souza. **Uso de fitoterápicos no tratamento da dislipidemia: um estudo de revisão.** Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento , [S. l.] , v. 3, pág. e22311326395, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i3.26395. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/26395>. Acesso em: 22 maio. 2024.