

## A UTILIZAÇÃO DA FITOTERAPIA PARA O TRATAMENTO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL EM IDOSOS

Iara Luiza Medeiros<sup>1</sup>  
Aniele Larice Medeiros Félix<sup>2</sup>  
Bruna Barbosa Maia da Silva<sup>3</sup>  
Camila Soares de Araújo<sup>4</sup>  
Mariana Valéria Medeiros<sup>5</sup>

### INTRODUÇÃO

A população mundial tem experimentado uma transição demográfica e epidemiológica muito marcante, a qual se caracteriza pelo envelhecimento progressivo da população, assim como também pelo aumento da incidência e prevalência das doenças crônicas não transmissíveis. Isto é, o contingente de idosos tem aumentado de forma significativa a cada ano, assim como também a ocorrência de patologias como a Hipertensão Arterial Sistêmica, por exemplo (SILVA; HAHN, 2011).

Sabemos que, no que se refere à saúde, ainda existe a predominância das terapêuticas tradicionais que são pautadas no uso de medicamentos sintéticos, porém, cada vez mais as chamadas terapias alternativas vem ganhando mais espaço entre as pessoas, e entre os idosos não tem sido diferente.

De acordo com Gelatti et al (2015), os efeitos negativos das terapias farmacológicas tradicionais, isto é, a presença de efeitos adversos, interações medicamentosas, entre outros, constituem a principal razão das pessoas estarem cada vez mais buscando opções de tratamentos alternativos.

Uma das opções de terapias alternativas mais utilizadas na atualidade é fitoterapia. Esta, conforme citado por Balbinot; Velasquez e Dusman (2013) consiste na utilização de plantas, consideradas medicinais, com a finalidades terapêuticas, isto é, prevenir ou tratar alguma patologia.

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, [iaramedeiros.luiza@gmail.com](mailto:iaramedeiros.luiza@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduanda pelo Curso de Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [anilarice@hotmail.com](mailto:anilarice@hotmail.com);

<sup>3</sup> Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [bruninhamajia5151@gmail.com](mailto:bruninhamajia5151@gmail.com);

<sup>4</sup> Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, [soarezcams@gmail.com](mailto:soarezcams@gmail.com);

<sup>5</sup> Enfermeira, Graduada pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), residente do Programa de Enfermagem em Nefrologia do Instituto de Medicina Integral Professor Fernando Figueira - IMIP, [marianavaleria.m@gmail.com](mailto:marianavaleria.m@gmail.com)

A planta medicinal é conceituada como uma espécie vegetal, cultivada ou não, que possui como objetivo sua utilização terapêutica. O uso destas ervas é algo bastante difundido entre a população, sendo amplamente utilizada, principalmente, em virtude de seu fácil acesso e baixo custo, facilitando de forma importante o acesso para boa parte da população, como, por exemplo, os idosos. Além disso, a crença de que a fitoterapia, ao contrário dos medicamentos tradicionais, não possui efeitos colaterais negativos para a saúde, encoraja estas pessoas quanto ao seu uso (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014).

É importante destacar ainda que, hoje, dispomos de políticas públicas que buscam o incentivo a utilização correta da fitoterapia: a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, elaborada pelo Ministério da Saúde. Esta possui como intenção a implementação o uso das terapias complementares no Sistema Único de Saúde (SUS) e promover o incentivo a pesquisas com plantas medicinais (FEIJÓ et. al., 2012).

O Ministério da Saúde também criou a Relação Nacional de Plantas de Interesse ao SUS (RENISUS) em 2009, apresentando uma lista com 71 tipos de plantas medicinais indicadas para uso terapêutico da população (BRASIL, 2012).

O uso da fitoterapia deve ser estimulado da maneira correta: com orientação profissional, de modo que as pessoas sejam esclarecidas acerca dos riscos e benefícios, uma vez que, assim como qualquer outra terapêutica, o uso das plantas medicinais também pode causar efeitos prejudiciais à saúde, ao contrário do que a maioria dos idosos imagina. Portanto, é de fundamental importância a difusão de conhecimentos acerca desta temática, de modo que os profissionais de saúde possam ter acesso a estas informações e tornem-se capacitados a orientar os idosos que fazem uso desta terapêutica.

Este trabalho teve como objetivo, explorar, por meio de revisão de literatura a utilização de algumas plantas medicinais pela população idosa para o tratamento da hipertensão arterial, destacando também os riscos acerca do uso inadequado da fitoterapia. Dessa forma, procurou-se identificar quais as plantas mais usadas por esse público para tratar tal morbidade.

## **METODOLOGIA**

O estudo em pauta trata-se de uma revisão integrativa de literatura, realizada entre abril e maio de 2019 por meio da busca de publicações nas bases de dados SCIELO, LILACS, BIREME, Portal de Periódicos da CAPES e BVS. Para a localização dos artigos, foram utilizados os descritores: plantas medicinais, idosos, hipertensão e tratamento. Foram

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

www.cieh.com.br

selecionadas publicações dos últimos treze anos, em virtude da dificuldade de localizar estudos mais recentes, redigidos em português, de acesso gratuito e publicados em periódico de reconhecido valor científico.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Após à consulta às bases de dados foi localizado um total de 16 artigos, no entanto, após a análise do material, foram excluídos 5 artigos. Sendo assim, a amostra final foi composta por um total de 11 publicações.

No contexto do uso da fitoterapia, Ângelo e Ribeiro (2014) destacam que o uso de plantas medicinais constitui uma das práticas mais antigas conhecidas pela humanidade, sendo algo popular em diversas culturas e repassado através da geração por meio da tradição oral. Com o passar do tempo, houve um certo declínio no uso desse tipo de terapêutica por parte da população, em especial após a ascensão das tecnologias farmacêuticas e dos medicamentos sintéticos. Porém, Macedo, Oshiiwa e Guarido (2007) destacam que, mesmo assim, o uso das plantas medicinais ainda ocupa lugar de destaque, uma vez que estima-se que cerca de 80% da população mundial seja adepta da fitoterapia, especialmente em virtude de seu fácil acesso e baixo custo.

Em nosso país não é diferente: existe um alto consumo de plantas medicinais, porém sua utilização baseia-se principalmente em conhecimentos populares, levando a crença de que estas ervas não possuem malefícios à saúde humana (CAETANO et al, 2015).

A fitoterapia é utilizada, especialmente, com a finalidade de tratar as mais diversas patologias, sejam estas crônicas ou agudas. Dentro deste cenário podemos destacar a sua larga utilização para o tratamento da hipertensão arterial, especialmente entre a população idosa (NUNES; BERNARDINO; MARTINS, 2015).

Oliveira Júnior et al (2012) destacam em seu estudo o perfil da população usuária da fitoterapia em nosso país, sendo esta, composta, principalmente por idosos, do sexo feminino, na faixa etária dos 60 anos, com baixa instrução, isto é, poucos anos de estudo e de baixa renda, que adquirem as ervas por meio da compra em feiras livres ou por meio de cultivo próprio.

Dessa forma, podemos afirmar que, de forma geral, as pessoas que mais utilizam a fitoterapia são aquelas que possuem pouco acesso a serviços especializados de saúde em virtude de sua condição socioeconômica mais limitada. Sendo assim, essas pessoas veem as plantas medicinais como uma alternativa mais acessível e resolutiva.

Já em relação às espécies mais utilizadas para o tratamento da hipertensão, as mais citadas foram: *Sechium edule* (chuchu), seguido pela *Mentha pulegium* (hortelã-da-folha-miúda), *Lippia alba* (erva cidreira), o *Cymbopogon citratus* (capim santo) e a *Melissa officinalis* (erva cidreira) (NUNES; BERNARDINO; MARTINS, 2015).

Farias et al (2016) mencionam em seu estudo a ação hipotensora das plantas acima mencionadas, destacando que o chuchu (*Sechium edule*), em especial sua casca e sua polpa exercem ação hipotensora, uma vez que provocam o vasorrelaxamento, fato comprovado também com o uso do extrato hiroalcoólico obtido de suas raízes. Assim como o chuchu, o capim santo (*Cymbopogon citratus*) também possui ação anti-hipertensão, espasmolítica, calmante e diurética, no entanto, alguns estudos relatam que o uso oral do decocto produzido a partir de suas folhas possui apenas efeito diurético. Ainda em relação a essa planta, acredita-se que os efeitos que a mesma proporciona, inclusive sua ação hipotensora, se deva a presença da substância denominada citral em seu óleo essencial. Já a erva cidreira (*Lippia alba*) possui um efeito que é comparado ao bloqueio do cálcio no sistema cardiovascular, produzindo, assim, o relaxamento dos vasos e, conseqüentemente, redução dos níveis da pressão arterial.

Acredita-se que, o efeito hipotensor produzido pelas ervas acima mencionadas, assim como também no caso de outras, como, por exemplo: *Melissa officinalis* L. (*Labiatae*) e *Matricaria chamomilla* L. (*Asteraceae*), seja decorrente dos efeitos calmantes que estas proporcionam, uma vez que estados ansiosos e/ou de estresse produzem alterações na frequência cardíaca, no fluxo sanguíneo e na contração e relaxamento dos vasos, e, conseqüentemente, também na pressão arterial. E, assim como referido, as plantas citadas promovem o relaxamento dos vasos sanguíneos, promovendo melhora nos sintomas acima referidos por meio do efeito calmante produzido (FARIAS et al, 2016).

Com relação à forma de preparo, Ribeiro et al (2014) referem a decocção, o chá e a infusão como os meios mais utilizados. É interessante ressaltar que, a depender da parte da planta a ser utilizada, o método de preparo sofre variação.

Porém, é importante destacar que, a maioria das pessoas utiliza a fitoterapia de forma indiscriminada e sem orientação, visto que, a maioria da população crê que esta terapia, por ser considerada natural, está isenta de malefícios, fazendo com que seja, para muitos a primeira alternativa escolhida. No entanto, sabe-se que, mesmo as plantas medicinais e fitoterápicos apresentam riscos quando utilizados, uma vez que estas não estão isentas de causar intoxicações e/ou interações com outras substâncias/medicamentos utilizadas pelo

indivíduo, a depender da espécie e da parte específica da planta que será utilizada (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014). Assim, Lopes et al (2010) destacam em sua pesquisa a importância de uma orientação profissional adequada a estas pessoas, uma vez que, por meio destas, os possíveis malefícios podem ser evitados ou minimizados.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A utilização de plantas medicinais é uma das práticas mais antigas da humanidade, sendo bastante difundida pela tradição oral de geração para geração. A fitoterapia, em virtude de sua acessibilidade é muito utilizada por indivíduos com baixa instrução e menos favorecidos socioeconomicamente, especialmente idosos portadores de patologias crônicas, como a hipertensão arterial sistêmica.

A larga utilização das plantas medicinais tem, cada vez mais, atraído a atenção da ciência, fazendo com que os pesquisadores invistam mais em pesquisas a seu respeito, assim como também tem estimulado o governo a criar políticas públicas voltadas à estimulação da utilização correta destas ervas.

Porém, infelizmente, o que ainda se observa é que, a maioria das pessoas utiliza a fitoterapia de forma indiscriminada, baseada unicamente no conhecimento empírico e na crença de que, por se tratar de uma terapia natural não possui malefícios. É importante que os profissionais de saúde busquem mais orientar estas pessoas acerca dos riscos existentes no uso incorreto dessa terapia alternativa, uma vez que, assim como os medicamentos sintéticos, também é capaz de provocar interações, intoxicações e efeitos adversos que podem prejudicar a saúde deste idoso de forma importante.

**Palavras-chave:** Fitoterapia; Plantas Medicinais; Hipertensão Arterial Sistêmica; Saúde do Idoso.

## REFERÊNCIAS

ÂNGELO, T.; RIBEIRO, C. C. Utilização de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos por idosos. **C&D – Revista Eletrônica da Fainor**, Vitória da Conquista, v. 7, n. 1, p. 18-31, 2014. Disponível em: <<http://srv02.fainor.com.br/revista/index.php/memorias/article/view/246>> Acesso em: 20 abr. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Práticas integrativas e complementares: plantas medicinais e fitoterapia na**

**Atenção Básica/Ministério da Saúde.** Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica.– Brasília : Ministério da Saúde, 2012.

CAETANO, N. L. B. et al. Plantas medicinais utilizadas pela população do município de Lagarto – SE, Brasil – ênfase em pacientes oncológicos. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v. 17, n. 4, p. 748-756, 2015. Disponível em: < [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-05722015000500748&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-05722015000500748&script=sci_abstract&tlng=pt)> Acesso em: 22 abr. 2019.

FEIJÓ, A. M. et al. Plantas medicinais utilizadas por idosos com diagnóstico de *Diabetes mellitus* no tratamento dos sintomas da doença. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Botucatu, v. 14, n. 1, p. 50-56, 2012. Disponível em: < [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-05722012000100008&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-05722012000100008&script=sci_abstract&tlng=pt)> Acesso em: 02 maio 2019.

GELATTI, G. T. et al. Estudo exploratório do uso de plantas medicinais para o controle de fatores de risco cardiometabólico em mulheres pós-menopausa. **Rev Cienc Farm Básica Apl**, [online], v. 36, n. 3, p. 467-476, 2015. Disponível em: < <https://pdfs.semanticscholar.org/94df/54160e9f2301c51dee61b38be0ff71484ccb.pdf>> Acesso em: 20 abr. 2019.

LOPES, G. A. D. et al. Plantas medicinais: indicação popular de uso no tratamento de hipertensão arterial sistêmica (HAS). **Rev. Ciênc. Ext.**, [online], v. 6, n. 2, p. 143-155, 2010. Disponível em: < [http://ojs.unesp.br/index.php/revista\\_proex/article/view/377](http://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/377)> Acesso em: 02 maio 2019.

MACEDO, A. F.; OSHIIVA, M.; GUARIDO, C. F. Ocorrência do uso de plantas medicinais por moradores de um bairro do município de Marília – SP. **Rev Cienc Farm Básica Apl**, [online], v.28, n. 1, p. 123-128, 2007. Disponível em: < [http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/Cien\\_Farm/article/viewFile/354/339](http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/Cien_Farm/article/viewFile/354/339)> Acesso em: 22 abr. 2019.

NUNES, M. G. S.; BERBARDINO, A. O.; MARTINS, R. D. Uso de plantas medicinais por pessoas com hipertensão. **Rev Rene**, [online], v. 16, n. 6, p. 775-781, 2015. Disponível em: < [http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/14741/1/2015\\_art\\_mgsnunes.pdf](http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/14741/1/2015_art_mgsnunes.pdf)> Acesso em: 24 abr. 2019.

OLIVEIRA JÚNIOR, R. G. et al. Plantas medicinais utilizadas por um grupo de idosos do município de Petrolina, Pernambuco. **Revista Eletrônica de farmácia**, [online], v. 9, n. 3, p. 16-28, 2012. Disponível em: < <https://revistas.ufg.br/REF/article/view/20491>> Acesso em: 20 abr. 2019.

RIBEIRO, D. A. et al. Potencial terapêutico e uso de plantas medicinais em uma área de caatinga no estado do Ceará, nordeste do Brasil. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v. 16, n. 4, p. 912-930, 2014. Disponível em: < [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-05722014000400018&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-05722014000400018&script=sci_abstract&tlng=pt)> Acesso em: 02 maio 2019.

SILVA, B. Q.; HAHN, S. R. Uso de plantas medicinais por indivíduos com hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus ou dislipidemias. **R. Bras. Farm. Hosp. Serv. Saúde**, São Paulo, v. 2, n. 3, p. 36-40, 2011. Disponível em: < <http://www.sbrafh.org.br/rbfhss/public/artigos/RBFHSSV2N3%20artigo07.pdf>> Acesso em: 24 abr. 2019.