

## POTENCIAL DA FITOTERAPIA COMO TRATAMENTO ALTERNATIVO PARA HIPERTENSÃO EM IDOSOS

Raíla de Carvalho Bento<sup>1</sup>  
Matheus Oliveira de Araújo<sup>2</sup>  
Jayana Gabrielle Sobral Ferreira<sup>3</sup>  
Laura Miranda Furtado<sup>4</sup>  
Carlíane Rebeca Coelho da Silva<sup>5</sup>

### INTRODUÇÃO

O mundo hoje passa por um fenômeno conhecido como envelhecimento populacional contínuo, com perspectiva ainda maior de idosos futuramente (KANSO, 2013). Sabe-se que nessa faixa etária é comum o aparecimento de doenças crônicas que provocam mal-estar a esta população (ALVES *et al*, 2007). Temos por exemplo a hipertensão arterial que agrava a situação do indivíduo, obrigando-o a frequentar unidades de saúde periodicamente, uma vez que acarreta perda funcional em seu organismo.

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica, que aumenta a pressão arterial em níveis elevados, fazendo com que o coração precise de um maior esforço para fazer a distribuição do sangue pelo corpo. Segundo o Ministério da Saúde, com o aumento da idade a tendência é o agravamento da doença, por isso é visto com maior frequência em pessoas em idade avançada. Infelizmente, HAS não tem cura, apenas o controle por meio de tratamentos especializados e/ou alternativos.

Na medicina convencional é comum o uso de indutores do sono e anti-hipertensivos em pacientes idosos que sofrem de insônia e hipertensão. No entanto, como os benzodiazepínicos e outros sedativo-hipnóticos estão regularmente associados a efeitos

---

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

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [matheua.oliveira.a@gmail.com](mailto:matheua.oliveira.a@gmail.com);

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [jayanagsf@gmail.com](mailto:jayanagsf@gmail.com)

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

<sup>5</sup> Professora orientadora: Doutora em Biotecnologia, Universidade Federal Rural de Pernambuco, [carlianerebeca@gmail.com](mailto:carlianerebeca@gmail.com).

adversos, incluindo efeitos anticolinérgicos e aumento dos riscos de quedas e fraturas de quadril em idosos, é preciso um tratamento mais seguro e eficaz afim de evitar o excesso de medicamentos que podem causar tais reações adversas (KNOW et al., 2018).

Os efeitos negativos que a terapia medicamentosa convencional causa nos usuários gera uma busca por tratamentos alternativos, e um deles é o tratamento não medicamentoso ou mesmo mudanças nos hábitos de vida. A fitoterapia que está entre as opções de tratamentos alternativos mais usados hoje define-se como o uso de plantas medicinais usadas na prevenção, tratamento ou cura de algumas doenças, sendo que esse uso ocorre de forma caseira, sem manipulação laboratorial (FIGUEIREDO; GURGEL; GURGEL JUNIOR, 2014). O uso da fitoterapia como item complementar e alternativo a medicina alopática tem aumentado com o tempo. A ponto de ser indicada pelo Ministério da Saúde brasileiro prioritariamente na atenção básica, a fim de prevenir doenças ou solucionar possíveis casos com esse tipo de tratamento.

Com intuito de remediar o quadro de pacientes diagnosticados com HAS, a fitoterapia é conhecida e usada entre a população idosa brasileira (GAMA; SILVA, 2006). A sua adequação por idosos se dá por alternativa viável visando às condições financeiras deste público, ou o seguimento de tradição de seus antecedentes, tornando a aplicação gradativamente relevante (SANTOS, 2013). Assim a fitoterapia auxilia positivamente, desde que com orientação correta de um profissional.

O uso de medicamentos no tratamento da HAS em idosos pode gerar complicações das mais variadas, pois afetam o desempenho fisiológico e cognitivo dos indivíduos. Nesse sentido o objetivo principal deste trabalho foi identificar o potencial uso da fitoterapia como uma ferramenta complementar e alternativa para o tratamento da hipertensão em idosos. Possibilitando o uso de princípios ativos *in natura* com menor potencial deletério para os usuários desses tratamentos.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, exploratória que selecionou artigos localizados nas bases de dados NCBI, Scielo, PubMed e Google Acadêmico. Verificando a

utilização de plantas medicinais com o objetivo de diminuir a hipertensão em idosos, além de aprofundar de forma qualitativa os conhecimentos envolvendo essa temática.

A pesquisa literária foi executada no segundo semestre de 2019 sendo concentrada nas plataformas de pesquisas bibliográficas científicas e biológicas utilizando os seguintes descritores: “phytotherapy hypertension elderly”, havendo tradução dos artigos para o português quando necessário. A utilização dos descritores isoladamente ou em conjunto foi empregada para aprimorar as pesquisas garantindo a inclusão dos artigos considerados de referência sobre a temática proposta. Foram excluídos da pesquisa trabalhos que não atendiam aos critérios de buscas, bem como aqueles que divergiam do objetivo proposto neste trabalho.

Assim foram selecionados artigos que apresentaram dados condizentes com os objetivos propostos e informações textuais completas. As análises iniciais dos conteúdos identificados se basearam numa leitura detalhada dos artigos, resultando em uma seleção de quais atenderiam a necessidade de entendimento do potencial da fitoterapia aplicado na hipertensão. Por fim, as informações pertinentes foram agrupadas de maneira sistematizada para discussão sobre o tema, neste artigo foram selecionados e compilados um total de 25 artigos e textos governamentais em português/inglês para um melhor rendimento do assunto e do conhecimento pretendido.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Após a consulta nas bases de dados onde localizou-se os artigos, os resultados demonstram que a hipertensão possui estágios específicos: a hipertensão do estágio 1 é definida como “pressão arterial sistólica entre 130 e 139 mmHg ou pressão arterial diastólica entre 80 e 89 mmHg” em uma diretriz de prática clínica recente do Colégio Americano de Cardiologia/American Heart Association, ou seja, o estado da pressão arterial de  $\geq 130 / 80$  mmHg é definido como hipertensão. A prevalência de hipertensão em idosos tem sido extensivamente estudada, hoje os casos de idosos hipertensos varia de 40% a 75% de acordo com o país, região, ano e raça, esses dados têm um crescente aumento com o tempo (KNOW *et al.*, 2018). No Brasil, segundo dados do ministério da saúde os mais afetados pela hipertensão possuem mais de 65 anos, o que compõe cerca de 60,9% dessa população e 49,5% na faixa etária de 55 a 64 anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

O desbalanceamento metabólico pode surgir de um conjunto de variações sutis no organismo do idoso e causar transtornos maiores. Em um estudo recente de larga escala, afirma que a hipertensão não controlada foi associada ao aumento dos riscos de mortalidade pelas doenças em geral e principalmente por doenças cardiovasculares. Isto mostra a influência deletéria que a hipertensão pode acarretar de modo global no indivíduo. Os tratamentos da hipertensão geralmente envolvem anti-hipertensivos e modificações no estilo de vida, incluindo perda de peso, dieta com abordagens dietéticas para parar a hipertensão, redução de sódio e aumento da atividade física (KNOW *et al.*, 2018). E a partir dessas mudanças no estilo de vida, acredita-se que proporciona bons resultados sem que aja uma intervenção medicamentosa maior do que necessário, a qual em excesso, invés de beneficiar acabará prejudicando o paciente.

Os resultados obtidos mostram que existe um grande número de pesquisas enfatizando o potencial de certas plantas no controle da HAS. Atualmente a medicina cita algumas espécies que são mais usadas, entre elas estão o chuchu, capim-santo e erva-cidreira (NUNES; BERNARDINO; MARTINS, 2015). Estas plantas são uma representação das possíveis aplicações da fitoterapia que podem influenciar de modo benéfico à saúde dos idosos que as utilizam (HUANG *et al.*, 2019), Sendo uma alternativa para ajudar no tratamento da hipertensão no estágio inicial ou como tratamento auxiliar.

O uso de cada planta ocorre de modo individual por opção do paciente visto que a parte usada de cada uma pode ser da raiz até a folha e flor. O uso da fitoterapia por vezes ensinada culturalmente por parentes, vizinhos ou amigos requer uma atenção dobrada por profissionais, pois das pessoas que indicam o uso muitas são leigas quanto a posologia, preparo, interações e com isso deixam de informar os usuários. Uma vez desinformados não haverá uso adequado da fitoterapia. Essas informações devem vir de um profissional da área da saúde para o aconselhamento, afim de evitar prejuízos e utilizar recursos eficazes e acessíveis com maior frequência e segurança (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014). Assim proporcionando uma melhor utilização da fitoterapia no tratamento alternativo em hipertensivos, evitando riscos por meio de um ponto de vista profissional e seguro.

Lamentavelmente, a população ainda crê no mito de que por ser uma terapia baseada em plantas não há efeitos que possam ser maléficis, acreditando somente no potencial de proporcionar benefícios aos usuários, fator que desencadeia o uso indiscriminado e

descontrolado da fitoterapia, não levando em conta o risco de interação do tipo, planta com planta, planta com medicamentos e planta com alimentos (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014). Conseqüentemente, pode gerar mais danos, com o risco de trazer efeitos colaterais, agravação da doença e no caso mais grave à morte. Por isso vê-se a necessidade de uma intervenção profissional no tratamento fitoterápico, para que esses riscos sejam amenizados.

A necessidade de mais pesquisas nesse campo é alarmante e de extrema importância para aumentar o conhecimento sobre o tratamento para a população em geral e nos profissionais, para saber mais sobre as plantas medicinais a qual serão utilizadas, buscando conhecer os seus componentes ativos que atuam no organismo do idoso, a fim de que não ocorram efeitos indesejáveis (ALVES *et al*, 2007). Sendo assim, com a capacitação dos profissionais haverá uma equipe de saúde habilitada e pronta para orientar e tirar qualquer dúvida que o usuário tenha. Como há exemplo sobre interações, dosagem, mitos ou verdades sobre a fitoterapia, reações adversas, benefícios entre outras questões importantes a serem discutidas de forma a garantir a segurança do paciente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, o estudo vigente apresenta ótimos resultados com o tratamento fitoterápico em idosos hipertensos, principalmente por ter um menor custo e ter menos reações adversas, que outros medicamentos sintéticos trazem, mas vale salientar que a fitoterapia também deve ser prescrita e acompanhada por profissionais de saúde com os conhecimentos necessários.

O uso da fitoterapia como tratamento alternativo para hipertensão em idosos é um ramo proeminente para os avanços em saúde contribuindo com a prevenção, proteção e promoção da mesma. Buscando o entendimento dos efeitos e contra indicações cientificamente comprovados dessa classe de compostos, pesquisando princípios ativos a partir da compreensão sobre a fitoterapia e sempre capacitando os profissionais da área. Análises mais aprofundadas sobre cada fitoterápico só gerará garantia benéfica para a população, e conseqüentemente para o sistema de saúde.

## REFERÊNCIAS

ALVES, *et al.* A influência das doenças crônicas na capacidade funcional dos idosos do Município de São Paulo, Brasil. **Cadernos de Saúde**, Belo Horizonte, Fev. 2013.

ANGELO, T.; RIBEIRO, C. C. Utilização de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos por idosos. **Ciência e Desenvolvimento**, v. 7, n.1, 2014.

FIGUEREDO, C. A.; GURGEL, I. G. D.; GURGEL JUNIOR, G. D. A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 24, n. 2, Abr. 2014.

HUANG, Y. *et al.* Herbal medicine (Zhengan Xifeng Decoction) for essential hypertension protocol for a systematic review and meta-analysis. **Medicine**, v. 98, n. 6, 2019.

KANSO, S. Processo de envelhecimento populacional - um panorama mundial. **VI Workshop de Análise Ergonômica do Trabalho; III Encontro Mineiro de Estudos em Ergonomia; VIII Simpósio do Programa Tutorial em Economia Doméstica**. Belo Horizonte; 2013.

KWON, Chan-Young *et al.* Oriental herbal medicine for insomnia in the elderly with hypertension: A systematic review protocol. **Medicine**, v. 97, n. 36, 2018.

KOHLMANN JR., Osvaldo *et al.* III Consenso Brasileiro de Hipertensão Arterial. **Arq Bras Endocrinol Metab**, São Paulo, v. 43, n. 4, p. 257-286, Aug. 1999.

LOPES, G. A. D. *et al.* Plantas medicinais: indicação popular de uso no tratamento de hipertensão arterial sistêmica (HAS). **Ciência em Extensão**, v. 6, n.2, p.145, 2010.

MINISTERIO DA SAÚDE. **Hipertensão é diagnosticada em 24,7% da população, segundo a pesquisa Vigitel**. Brasil. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/45446-no-brasil-388-pessoas-morrem-por-dia-por-hipertensao>. Acesso em: mar. 2020.

MINISTERIO DA SAÚDE. **Hipertensão (pressão alta): o que é, causas, sintomas, diagnóstico, tratamento e prevenção**. Brasil. Disponível em: <https://saude.gov.br/saude-de-a-z/hipertensao>. Acesso em: Dez. 2019.

NUNES, M. G. S; BERNARDINO, A. O.; MARTINS, R. D. Uso de plantas medicinais por pessoas com hipertensão. **Ver. Rene**, v.16, n.6, p.775-781, Nov-Dez 2015.

PENSE SUS. **Atenção Básica**. Disponível em: <https://pensesus.fiocruz.br/atencao-basica>. Acesso: Nov. 2019

SANTOS, A. M. A. *et al.* **Fitoterapia popular: passado e presente**. **Espacios**, v. 34, n. 11, Dez. 2013.

SHOUK, R. *et al.* Mecanismos subjacentes aos efeitos anti-hipertensivos dos bioativos do alho. **Nutr. Res.**, v.24, n. 2, Fev. 2014.