

ARTIGO ORIGINAL

Prevalência do uso da fitoterapia para alívio de sintomas apresentados em pacientes climatéricas
Prevalence of the phytotherapy use for symptoms relief present in climacterics patients

Vanilla Citadini Zanette¹, Angela Erna Rossato², Vanilde Citadini-Zanette³, Fabiana Barp Crema Bernardi⁴

Resumo

Introdução: O climatério é considerado um evento natural, ocorrendo em função da falência ovariana podendo ou não apresentar sintomas denominados de síndrome climatérica. **Objetivo:** Conhecer a prevalência do uso da fitoterapia para alívio de sintomas apresentados em pacientes climatéricas cadastradas na Unidade de Saúde São Defende, município de Criciúma, Santa Catarina. **Métodos:** Foi realizado um estudo transversal, no período de janeiro a agosto de 2008 por meio de questionário contendo questões abertas e fechadas em pacientes climatéricas entre 40 e 60 anos, cadastradas na referida Unidade de Saúde. Os dados obtidos pelos questionários quanto ao uso de plantas medicinais e/ou fitoterápicos foram submetidos ao programa Epi-Info versão 6.04d para a análise das variáveis quantitativas e qualitativas e utilizado o programa Excel for Windows para elaboração de gráficos e tabelas. Para verificar a associação entre as variáveis independentes e desfecho, foram feitas análises bivariadas utilizando o teste do χ^2 ao nível de significância de 5%. **Resultados:** Das 51 mulheres que responderam o questionário, 40 (78%) fazem uso de plantas medicinais e/ou de fitoterápicos, destas 75% relataram que o resultado obtido com esta terapêutica foi satisfatório. Das 40 mulheres questionadas 19 (47,5%) fazem uso de fitoterápicos com ou sem prescrição médica. **Conclusões:** As plantas medicinais e os fitoterá-

picos assumem relevância, por atender as necessidades pessoais e socioeconômicas das pacientes, bem como as integram no convívio social, dando-lhes como retorno melhor qualidade de vida, o que evidencia a necessidade de mais pesquisas conclusivas sobre o tema.

Descritores:

1. Síndrome climatérica;
2. Plantas medicinais;
3. Fitoterapia.

Abstract

Introduction: The climacteric is considered a natural occurrence which occurs due to the ovarian failure able or not able to present symptoms called climacteric syndrome. **Objective:** To know the prevalence of the phytotherapy use to relieve the symptoms present in climacteric patients registered at Unidade de Saúde São Defende, Criciúma municipality, Santa Catarina. **Methods:** It was carried out a transversal study, from January to August in 2008, through questionnaires open and closed questions, in climacteric patients between 40 and 60 years old registered at the Unidade de Saúde referred before. The data obtained through such questionnaires in relation to the use of medicinal plants and/or phytotherapy were submitted to the Epi-Info program 6.04d version for the analyses of the quantitative and qualitative variables and the Excel for Windows program was used to have the graphics and tables developed. To verify the association between the independent variables and the outcome, bivariate analyses were done through the chi-square test in a level of significance of 5%. **Results:** 40 (78%) out of 51 women who answered the questionnaires make use of medicinal plants and/or phytotherapy, among these ones 75% reported that they had a satisfactory result. And 47,5% (19 women) make use of phytotherapy with

1. Médica do Posto de Saúde do Balneário Rincão Norte, Içara (SC), Brasil.
2. Farmacêutica. Professora Titular da disciplina de Fitoterápicos do Curso de Farmácia da Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC - Criciúma (SC), Brasil.
3. Bióloga. Curadora do Herbário e Professora Titular da disciplina de Farmacobotânica do Curso de Farmácia da Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC - Criciúma (SC), Brasil.
4. Médica. Professora Titular da disciplina de Ginecologia e Obstetrícia do Curso de Medicina da Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC - Criciúma (SC), Brasil.

or no medical subscription. Conclusions: The medicinal plants and the phytotherapy are relevant for meeting the patients personal and socio-economical necessities, as well as integrate them in the social living, providing them a better quality of living, showing up the necessity of more conclusive researches on the subject.

Keywords:

1. Climacteric syndrome;
2. Medicinal plants;
3. Phytotherapy.

Introdução

Com o aumento da expectativa de vida da mulher brasileira, estimada hoje em 72 anos, calcula-se que a população feminina na fase da menopausa, período que constitui um terço da sua existência, seja mais de cinco milhões ⁽¹⁾. O climatério, que integra esse processo, é considerado um evento natural, ocorrendo em função da falência ovariana podendo ou não apresentar sintomas denominados de síndrome climatérica ⁽²⁾.

Segundo Halbe et al⁽³⁾ a síndrome climatérica compreende o conjunto de sintomas e sinais que aparecem nessa fase. As queixas mais frequentes são: ondas de calor (fogacho), sudorese, calafrios, cefaléia, 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.

O fogacho é conhecido como o sintoma típico da menopausa e aparece em torno de 85% das mulheres. Descreve um sintoma de instalação súbita, com ruborização da pele da cabeça, pescoço e peito, acompanhada de uma profunda sensação de calor corpóreo e, finalmente, de transpiração profusa, durando de segundos a minutos. A frequência pode ser de rara até a cada poucos minutos ⁽⁴⁾. São mais frequentes e intensos à noite, de tal forma que as pacientes podem ser despertadas e comprometer seriamente a qualidade do sono ⁽⁵⁾.

Segundo Freitas⁽¹⁾, fogacho, palpitações, sudorese noturna, cefaléia, entre outros, são desencadeados por fatores como ambiente quente, estresse, alimentos picantes e quentes, bebidas alcoólicas e cafeína. O hábito de fumar também tem sido descrito como fator de risco para o aparecimento dos calores, possivelmente pelo efeito sobre o metabolismo estrogênico ou dos efeitos termogênicos da nicotina.

A medicina atualmente lança mão de inúmeros recursos para tratar a síndrome climatérica para aquelas mulheres cuja terapia de reposição hormonal não é indicada

ou que tiveram efeitos colaterais associados a ela, como edema, mastalgia, câimbra, irritabilidade e sangramento ⁽⁶⁾.

Neste contexto, estudos científicos com plantas medicinais estão sendo realizados com intuito de encontrar alternativas terapêuticas que apresentem efetividade, porém que não comprometam a qualidade de vida das mulheres no climatério. Dentre eles destaca-se o trabalho de Despaigne⁽⁷⁾ que aborda a utilidade dos fitoestrógenos para o tratamento da síndrome do climatério, enfatizando o uso de espécies que possuem isoflavonas, coumestranas (isoflavona conjugada) e lignanas, presentes na soja e no óleo de linhaça, respectivamente. Relata ainda que o uso da “salvia de castilla” (*Salvia officinalis* L.) em decocção, durante o período médio de 6-12 semanas por 72% das mulheres que a usaram (n = 62), diminuiu a intensidade e a frequência do fogacho.

Segundo Clapauch et al. ⁽⁸⁾ o uso de fitoestrógenos apresenta vantagens para a menopausa e quando encontrados em várias plantas comestíveis podem ter efeitos estrogênicos e antiestrogênicos. Estudos clínicos e epidemiológicos comparando população asiática e ocidental relatam que uma dieta rica em fitoestrógenos melhoraria os sintomas da menopausa e protegeria contra câncer, perda óssea e doenças vasculares ⁽⁷⁾.

Pelo incipiente conhecimento sobre o uso de plantas medicinais e/ou de fitoterápicos por pacientes climatéricas no município de Criciúma, Santa Catarina, este estudo objetivou conhecer a prevalência do uso da fitoterapia para alívio dos sintomas apresentados por essa síndrome.

Métodos

Este estudo envolveu 51 mulheres na faixa etária entre 40 e 60 anos, cadastradas na Unidade de Saúde São Defende, localizada no município de Criciúma, estado de Santa Catarina. A pesquisa foi realizada no período de janeiro a dezembro de 2008, sendo aplicado às pacientes um questionário contendo questões abertas e fechadas onde foram registradas as respostas referentes ao uso de plantas medicinais e/ou fitoterápicos.

O instrumento de avaliação permitiu coletar informações sobre dados pessoais, cuidados especiais (exercícios físicos, dieta equilibrada, tabagismo), sintomas climatéricos apresentados (registrado pelo índice menopausal de Kupperman - IK), medicamentos (associações com fitoterápicos e/ou uso de plantas medicinais), tempo de utilização, cultivo caseiro das plantas medicinais, local de obtenção das plantas, indicação, conhecimento do valor medicinal de plantas, dosagem, resultados obtidos e, em casos de fitoterápicos, se estes foram prescritos pelo médico e comprados na farmácia de dispensação ou de manipulação.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com humanos da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), em agosto de 2008 (Projeto n. 217/2008).

Os resultados obtidos dos questionários aplicados foram armazenados em computador pessoal utilizando-se o programa Epi-Info versão 6.04d para a análise das variáveis quantitativas e qualitativas e o programa Excel for Windows para elaboração de gráficos e tabelas. Para verificar a associação entre as variáveis independentes e desfecho, foram feitas análises bivariadas utilizando o teste do χ^2 ao nível de significância de 5%.

Resultados

Perfil das entrevistadas

Das 51 mulheres com idade entre 40 a 60 anos, predominou a faixa etária dos 51 a 55 anos representando 45% do total, seguido pela faixa de 56 a 60 (37,3%), de 46 a 50 (13,7%) e pela faixa de 40 a 45 (4,0%).

Em relação ao tabagismo 17,6% mulheres fumam regularmente, enquanto 82,4% não possuem este hábito.

Do total de entrevistadas, 76,5% praticam dieta equilibrada contendo carboidratos, lipídios, glicídios, frutas, verduras e grãos. As demais informaram que não se alimentam equilibradamente, sendo alguns desses alimentos consumidos em excessos e outros faltando.

Em relação a atividades físicas, 25,5% das entrevistadas praticam exercícios regularmente, no mínimo duas vezes por semana, enquanto 74,5% não desenvolvem nenhuma atividade física ou a praticam esporadicamente.

Sintomatologia climatérica

As ondas de calor ou fogacho, entre as sintomatologias apresentadas, é a maior queixa das mulheres em climatério, seguida pela sudorese. A alta prevalência de sintomas psicológicos, não ligados ao hipostrogenismo, como o nervosismo, a insônia, a irritabilidade e a ansiedade foram os mais mencionados (Figura 1).

Das 51 mulheres entrevistadas, 11 responderam que não fazem uso de plantas medicinais e/ou de fitoterápicos para a síndrome climatérica. Sendo assim, as perguntas sobre esses usos foram aplicadas para 40 mulheres.

Das entrevistadas 45,0% utilizam medicamentos químicos (para outras patologias) concomitante ao uso de fitoterápicos e plantas medicinais e 65,0% fazem somente uso dessa terapia natural por menos de um ano.

Quando as mulheres foram questionadas se o uso de fitoterápicos ou de plantas medicinais provocaram efeitos colaterais, 7,5% responderam afirmativamente. Uma delas teve aumento da pressão arterial com uso de "garrafada" constituída por quatro espécies de plantas medicinais adquiridas em quintais. Outra informou ter queda de pres-

são com o uso do chá de hortelã (*Mentha sp.*), comprado em farmácia e a terceira apresentou dispnéia após o uso do boldo-do-chile (*Peumus boldus* Molina), também adquirido em farmácia. As demais, embora utilizem plantas medicinais, relataram não ter sentido efeitos colaterais.

Das plantas medicinais utilizadas 75,0% das mulheres as cultivam em casa, enquanto 10,0% adquirem com amigos, 7,5% compram em supermercado e 7,5% as compram em farmácia.

Com relação ao uso de fitoterápicos, somente 47,5% das mulheres fazem uso e destas, 15,7% adquirem em farmácia conforme a prescrição médica, apenas 5,3% em farmácia conforme prescrição e manipulação. A grande maioria (79,0%) relatou adquirir em farmácia de manipulação.

A primeira informação em relação ao uso de plantas medicinais e fitoterápicos foi adquirida de familiares (62,5%), amigos (17,5%), livros (12,5%) e as demais oriundas de médicos, Pastoral da Saúde e outros (2,5%).

Sobre o conhecimento do valor medicinal das plantas, a maioria das entrevistadas relataram ter obtido indicação de uso por familiares (72,5%), seguido por amigos (17,5%) e as demais por farmacêutico, médico, Pastoral da Saúde ou outros (2,5% cada).

Como dosagem, para preparar a infusão das plantas medicinais com água, a grande maioria das entrevistadas relataram que seguiam recomendação de amigos (67,5%), de livros (17,5%), qualquer dosagem (12,5%) e por fim apenas 2,5% relatou que por orientação do médico.

Concluído o questionário foi avaliado o resultado obtido pelo uso das plantas medicinais e de fitoterápicos, sendo que 75% das entrevistadas relataram ser bom, ótimo (12,5%), regular (10%) e não ter efeito (2,5%).

Discussão

O fogacho e a sudorese relatados como as sintomatologias de maior queixa pelas mulheres também foram as mais frequentes, dentre os sintomas vasomotores, para mulheres na faixa etária de 45 a 60 anos em estudos realizados no município de Campinas, São Paulo, por Pedro e colaboradores⁽⁹⁾, o que sugere a necessidade de haver mais pesquisas sobre esse tema.

Adicionalmente, a alta prevalência de sintomas psicológicos relatados nos questionários, segundo Holte e Mikkelsen⁽¹⁰⁾ depende mais do processo psicossocial ou do envelhecimento, simultâneos ao processo endócrino.

Como verificado pelas respostas, são usados concomitantemente medicamentos químicos, para outras patologias, com plantas medicinais e fitoterápicos. Porém vale ressaltar que as plantas medicinais e os fitoterápicos, mesmo sendo de origem natural, não estão isentos de contra-indicações, efeitos colaterais

e podem interferir no andamento de uma terapia que já esteja em andamento, seus princípios bioativos podem potencializar, diminuir ou inibir o efeito dos medicamentos sintéticos, seu uso concomitante deve ser com cautela e com orientação de profissionais qualificados^(11, 12).

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⁽⁷⁾.

Atualmente há crescente interesse pela medicina natural que emprega ervas, homeopatia, acupuntura e outras alternativas, sendo utilizada com frequência similar à terapia de reposição hormonal (TRH) entre mulheres em pós-menopausa na Europa⁽¹³⁾.

Algumas mulheres relataram efeitos colaterais no uso de plantas medicinais e de fitoterápicos. Estes relatos ratificam a importância do conhecimento dos princípios bioativos das plantas⁽¹⁴⁾ ainda pouco conhecidos pelos profissionais da saúde e pela população em geral.

Questionadas quanto à procedência das plantas medicinais quando utilizadas, a maioria relatou que as cultivam em casa. De acordo com Corrêa e colaboradores⁽¹⁵⁾ a procedência das plantas medicinais reflete no resultado terapêutico, pois o local de cultivo inadequado (perto de estradas, de esgotos sanitários, de lavouras que utilizam agrotóxicos) deve ser evitado. A forma correta de armazenamento (local seco e ao abrigo da luz) são aspectos que devem ser considerados ao usar a planta para que ela mantenha suas propriedades terapêuticas⁽¹⁶⁾.

Com relação ao uso de fitoterápicos, menos da metade das mulheres fazem uso deste medicamento. Este resultado demonstra que os fitoterápicos são ainda pouco conhecidos pela comunidade médica, pois qualquer medicamento ao ser prescrito deve ter segurança e eficácia de uso, o que torna evidente a cautela do profissional da medicina em prescrever os fitoterápicos.

Segundo os relatos a primeira informação em relação ao uso de plantas medicinais e fitoterápicos foi adquirida de familiares. O conhecimento repassado de geração a geração é ainda a forma mais tradicional no uso de plantas medicinais⁽¹⁷⁾ e a etnobotânica que utiliza e valoriza o conhecimento tradicional dos povos vem cada vez mais contribuindo com informações para a produção de novos fármacos⁽¹⁸⁾.

Para o preparo da infusão com as plantas medicinais a maioria segue informação de amigos. Cabe ressaltar que cada planta tem uma quantidade e uma maneira correta de preparo e o potencial risco de intoxicação justifica cuidados especiais na preparação e consumo de plantas

medicinais, bem com a obediência às dosagens prescritas pode evitar uma série de acidentes^(15, 19).

Pelos resultados obtidos e considerando as respostas positivas das usuárias quanto aos efeitos das plantas medicinais e fitoterápicos verificou-se grande aceitação pela maioria.

A satisfação no uso da fitoterapia é um estímulo para que se abram novas portas aos provedores de saúde com uso das plantas medicinais e de fitoterápicos. 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.

A Resolução no 14 de de 31 de março de 2010⁽²⁰⁾ vem regulamentar a classe de medicamentos fitoterápicos no Brasil. Além disso, segundo Alonso⁽²¹⁾, as exigências quanto a quesitos essenciais de controle de qualidade e produção, avaliação toxicológica e farmacológica para regularização destes medicamentos permite ao profissional atuante garantir-se quanto à segurança e eficácia deste tipo de produto.

A Portaria nº 971 de 03 de maio de 2006 do Ministério da Saúde⁽²²⁾ aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde incluindo o uso de plantas medicinais e fitoterápicos na Saúde Pública. No entanto, muitas informações para a área médica ainda são incipientes, para torná-los mais capacitados para a prescrição e/ou recomendação destes produtos, o que mostra a importância de maior pesquisa nessa área e de formação de serviços para assistência ao climatério dirigido para a realidade das mulheres brasileiras na tentativa de corresponder às suas expectativas e necessidades.

Conclusão

O climatério é um período do ciclo da vida da mulher que pressupõe mudanças sistêmicas, que incluem desde sintomas físicos até desníveis biológicos (celulares e químicos) que alteram todo o metabolismo, existindo a necessidade de avaliar a mulher como um todo, considerando o perfil psicológico, o impacto dos sintomas no dia-a-dia e as doenças que podem estar associada à faixa etária.

Neste contexto os “medicamentos considerados naturais” assumem relevância, por atender as necessidades pessoais e socioeconômicas das pacientes, bem como as integram no convívio social, dando-lhes como retorno uma melhor qualidade de vida.

O crescimento em escala mundial do uso de diferentes extratos vegetais permitiu concretizar em vários países uma legislação adequada para a inserção da fitoterapia nos sistemas oficiais de saúde, regulamentando e vali-

dando essa prática milenar de saúde, reconhecendo-a como uma verdadeira opção terapêutica para o profissional de saúde, prática esta que está em fase de implantação no Sistema Único de Saúde Nacional.

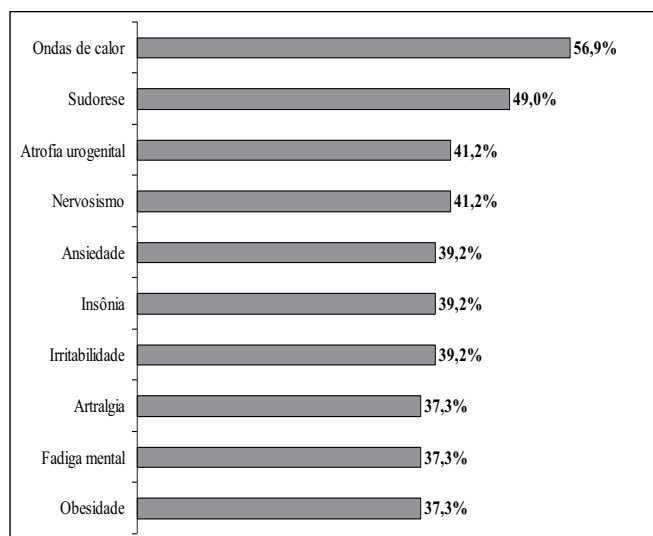
No entanto, os profissionais de saúde devem estar receptivos e conectados as diretrizes nacionais e as necessidades e anseios da população. A Fitoterapia no Setor Público somente será uma realidade, quando dentre outras variáveis, os profissionais conhecerem e se qualificarem para esta prática consolidada no contexto popular e insipiente no contexto acadêmico.

Referências

- Freitas EV. Tratado de geriatria e gerontologia. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2006.
- Biffi EFA. O fenômeno menopausa: uma perspectiva de compreensão (dissertação). Ribeirão Preto: USP; 1991.
- Halbe HW, Fonseca AM, Bagnoli VR. Síndrome do climatério. In: Pinotti, JA Barros, ACSD. Ginecologia moderna: condutas da clínica ginecológica da USP. São Paulo: Revinter, 2004: 211-235.
- Speroff L, Glass RH, Kase NG, Camargo Júnior A. Endocrinologia ginecológica clínica e infertilidade. 5.ed. São Paulo: Manole; 1995.
- Febrasgo (Federação Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia). Climatério – manual de orientação. São Paulo; 1995.
- Dog TL. Menopause: a review of botanical dietary supplements. *Am J Med* 2005; 118 Supp 12B: 98-108.
- Despaigne DAN. Fitoestrógenos y su utilidad para el tratamiento del síndrome climatérico. *Rev Cubana Endocrinol* 2001; 12 (2): 128-131.
- Clapauch R et al. Fitoestrogênios: posicionamento do Departamento de Endocrinologia Feminina da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM). *Arq Bras Endocrinol Metab* [online]. 2002; 46 (6): 679-695.
- Pedro AO, Pinto-Neto AM, Costa-Paiva S, Osis MJD, Hardy EE. Síndrome do climatério: inquérito populacional domiciliar em Campinas, SP. *Rev Saúde Públ* 2003, 37 (6): 735-42.
- Holte A, Mikkelsen A. Psychosocial determinants of climacteric complaints. *Maturitas* 1991; 13: 205-15.
- Rates SMK. Promoção de uso racional de fitoterápicos: uma abordagem no ensino de Farmacognosia. *Rev Bras Farmacog* 2001; 11 (2): 57-69.
- Cañigüeral S, Vila R. Fitoterapia: concepto y limites, fuentes de informacion. In: Cañigüeral S. Vanaclocha B. *Fitoterapia: Vademecum de Prescripción*. Barcelona: Masson & Cie, 2003: 15-27.
- Baker VI, Leitman D, Jaffe RB. Selective estrogen receptor modulators in reproductive medicine and biology. *Obst Gynecol Surgery* 2000; 55 (Suppl.): S21-S47.
- Silva Junior AA. *Essentia herba- plantas bioativas*. Florianópolis: Epagri; 2003.
- Corrêa AD, Batista RS, Quintas LEM. 6 ed. *Plantas medicinais do cultivo à terapêutica*. Petrópolis: Vozes; 2003.
- Oliveira F, Akisue G, Akisue MK. *Farmacognosia*. São Paulo: Atheneu; 1998.
- Martin, GJ. *Ethnobotany – a methods manual*. London: Chapman & Hall; 1995.
- Di Stasi LC (Org.). *Plantas medicinais: arte e ciência. Um guia de estudo interdisciplinar*. São Paulo: Unesp; 1996.
- Lorenzi H, Matos FJA . *Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas*. 2 ed. São Paulo: Instituto Plantarum; 2008.
- Brasil. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) no 14, de 31/03/2010 sobre registro de medicamentos fitoterápicos. DOU 2010 Abr 05, seção 1:85-7.
- Alonso JR. *Fitomedicina: Curso para profissionais da área da saúde*. São Paulo: Pharmabooks; 2008.
- Brasil. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 971 de 03/05/2006 aprova a política nacional de práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde. DOU 2006 Mai 04, seção 1:20-5.

Figura 1

Relação das dez principais sintomatologias mencionadas pelas 51 mulheres em climatério, segundo o Índice Menopausal de Kupperman (FEBRASGO, 2001).



Endereço para correspondência:
Dra. Vanilla Citadini Zanette
E-mail: vanillazanette@hotmail.com