EFICÁCIA E SEGURANÇA DE PLANTAS MEDICINAIS NO TRATAMENTO DE DOENÇAS COMUNS

Autor(res)

Flavia Soares Lassie
Jefferson Willy Borges Cedraz

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE LINHARES

Introdução

O uso de plantas medicinais representa uma prática milenar que permanece profundamente enraizada na cultura popular global. Estima-se que aproximadamente 80% da população de países em desenvolvimento utilize práticas tradicionais de saúde, sendo 85% dessas baseadas no emprego de plantas medicinais. No Brasil, esta tradição remonta aos conhecimentos indígenas documentados desde o século XVI. Contudo, persiste um paradoxo significativo: embora o Brasil possua uma megadiversidade vegetal e numerosos estudos acadêmicos sobre plantas medicinais, ainda é incipiente na produção de fitoterápicos padronizados. A crença popular de que "é planta, portanto não faz mal" representa um equívoco perigoso, uma vez que evidências científicas demonstram a ocorrência de intoxicações e efeitos adversos relacionados ao uso inadequado destas espécies. Esta revisão busca analisar criticamente a eficácia e segurança das plantas medicinais, equilibrando o conhecimento tradicional com as evidências científicas contemporâneas.

Objetivo

Avaliar a eficácia e segurança de plantas medicinais no tratamento de doenças comuns, fundamentando-se em evidências científicas que validem ou refutem seus usos tradicionais.

Material e Métodos

Realizou-se uma revisão bibliográfica abrangente mediante pesquisa em livros e artigos científicos publicados preferencialmente nos últimos quinze anos, utilizando as bases de dados Google Acadêmico, SciELO e Lilacs. As palavras-chave empregadas incluíram: "plantas medicinais", "fitoterapia", "eficácia", "segurança", "toxicidade vegetal" e "medicina tradicional". Foram consultadas obras de autores referenciais na área como Corrêa Junior, Newall, Phillipson e De Smet, priorizando estudos que abordassem tanto os benefícios terapêuticos quanto os potenciais riscos associados ao uso de plantas medicinais. A análise seguiu uma abordagem crítica, contrastando o conhecimento tradicional com evidências científicas atuais.

Resultados e Discussão

A análise evidenciou que diversas plantas medicinais possuem comprovação científica de sua eficácia, como a camomila (distúrbios gastrointestinais), ginkgo biloba (circulação e memória), valeriana (ação sedativa) e arnica

(propriedades anti-inflamatórias). Contudo, identificou-se significativa variação na qualidade e composição química das preparações vegetais, influenciada por fatores ambientais, genéticos, época de colheita e métodos de processamento. Aspectos críticos de segurança emergiram da revisão: espécies contendo alcaloides pirrolizidínicos (gêneros Crotalaria, Heliotropium e Senecio) demonstraram hepatotoxicidade; plantas com lactonas sesquiterpênicas (família Asteraceae) apresentaram potencial alergênico; e espécies como salsa, sálvia e poejo revelaram efeitos abortivos. A interação entre fitoterápicos e medicamentos convencionais constitui outra preocupação significativa - plantas com cumarinas podem alterar a coagulação sanguínea, enquanto diuréticos vegetais podem potencializar terapias convencionais. O problema da automedicação é agravado pela confusão na identificação botânica, onde espécies diferentes compartilham o mesmo nome popular. A padronização dos fitofármacos surge como solução crucial, diferenciando-se dos fitoterápicos por consistirem em substâncias purificadas com estrutura química definida, como o canabidiol (CBD) isolado para controle de crises epilépticas.

Conclusão

As plantas medicinais representam valiosos recursos terapêuticos quando utilizadas com critério científico, embora não estejam isentas de riscos. A eficácia e segurança destes recursos dependem fundamentalmente de: correta identificação botânica, padronização das preparações, dosagens adequadas e orientação profissional qualificada. É imperativo promover educação em saúde que desconstrua o mito da inocuidade das plantas medicinais enquanto valoriza seu potencial terapêutico validado cientificamente. Políticas públicas que regulamentem a qualidade dos produtos à base de plantas e integrem a fit

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância Sanitária. Portaria nº 6/95 de 31.01.95. Diário Oficial da União, 1995.
CORRÊA JUNIOR, C. et al. Plantas Medicinais: conhecimento tradicional e científico. Informa, 1991.
NEWALL, C.A.; ANDERSON, L.A.; PHILLIPSON, J.D. Plantas Medicinais: Guia para profissional de saúde. Ed. Premier, 2002.
D'ARCY, P.F. Adverse reactions and interactions with herbal medicines. Adverse Drug Reaction Toxicology Review, 1991-1993.
DE SMET, P.A.G.M. et al. Adverse Effects of Herbal Drugs. Berlin: Springer Verlag, 1992-1993.
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Estratégia da OMS sobre Medicina Tradicional 2014-2023. Genebra: OMS, 2013.