

MEDICINA ALTERNATIVA I

Grisiely Yara Ströher Neves*; Ana Paula Perón**; Carmem Lucia de Melo Sartori Cardoso da Rocha***; Veronica Elisa Pimenta Vicentini***

NEVES, G.Y.S.; PERÓN, A.P.; ROCHA, C.L.M.S.C.; VICENTINI, V.E.P. Medicina alternativa I. *Arq. Apadec*, 7(2): 31 - 37, 2003.

RESUMO. Vida saudável, prática diária de exercícios e mente equilibrada, podem operar maravilhas na luta pela saúde. Pensando nisto, muitos profissionais da saúde começaram a desenvolver trabalhos de atendimento com a utilização de métodos alternativos e complementares, como: Fitoterapia, Florais, Homeopatia, Medicina Holística, entre outros, na tentativa de auxiliar a alopatia, medicina convencional, na procura pelo alívio das diversas sintomatologias e pela cura dos vários tipos de doenças que afligem os seres humanos. Trabalhar com tradições e conhecimentos populares sobre as plantas medicinais, de forma científica, é o grande desafio para muitos cientistas, médicos, farmacêuticos e agentes de saúde, onde, além do cuidado no plantio, colheita e manipulação que é preciso ter com as ervas, esses profissionais trabalham em conjunto com as comunidades e pessoas que possuem o conhecimento e a tradição do seu uso medicinal. Além disso, é um desafio usar a abordagem terapêutica em que a pessoa é vista como um todo, utilizando-se de meios e recursos de tratamentos convencionais e alternativos, visando recuperar a saúde física e emocional do indivíduo.

PALAVRAS-CHAVE: Medicina alternativa, fitoterapia, florais, homeopatia, medicina holística, terapia alternativa.

INTRODUÇÃO

A utilização das plantas como medicamento provavelmente seja tão antiga quanto o aparecimento do próprio homem, o que fez com que a medicina popular se tornasse uma grande aliada na cura e prevenção de doenças (GONÇALVES, 1998). A evolução da arte de curar possui numerosas etapas. Porém, torna-se difícil delimitá-las com exatidão, já que a medicina esteve por muito tempo associada a práticas mágicas e ritualísticas (LIMA, 2002).

Segundo estudos realizados pela Universidade Stanford (EUA), vida saudável, prática diária de exercícios e mente equilibrada podem operar maravilhas na luta pela saúde. Pensando nisto, muitos profissionais desta área começaram a desenvolver trabalhos de atendimento com a utilização de métodos alternativos e complementares, como: Fitoterapia, Florais, Homeopatia, Medicina Holística, entre outros, na tentativa de auxiliar a alopatia na procura pelo alívio e cura dos vários tipos de doenças que acometem o ser humano (RECH, 2002b).

Baseados no grande acúmulo de conhecimento passado através das gerações, muitos profissionais da área começaram a desenvolver trabalhos a respeito do valor medicinal das plantas, trazendo grande contribuição para a cura de doenças e para uma vida saudável, que estão nos produtos de

origem natural, principalmente nos vegetais (MELLO, 2002a).

Pode-se dizer que dois fatores explicam o crescimento da medicina natural. O primeiro, é o desejo de encontrar uma alternativa aos medicamentos sintéticos, em geral, carregados de efeitos colaterais e de alto custo. O segundo e mais importante, é o respaldo cada vez mais sólido oferecido pela ciência às drogas feitas à base de ervas e aos tratamentos alternativos, os quais podem, inclusive, ser aplicados juntamente com a alopatia (GULLO & PEREIRA, 1997).

Diante disto, trabalhar com tradições e conhecimentos populares sobre as plantas medicinais, de forma científica, é o grande desafio para muitos cientistas, médicos, farmacêuticos e agentes de saúde, onde, além do cuidado no plantio, colheita e manipulação que é preciso ter com as ervas, esses profissionais trabalham em conjunto com as comunidades e pessoas que possuem o conhecimento e a tradição do seu uso medicinal (LOURENZI, 2002).

É importante trabalhar a alopatia integrada aos novos e antigos métodos alternativos de tratamento, contudo, é preciso ter cuidado, pois quando a procura é grande, a oferta aumenta e, com ela, surgem as receitas "milagrosas", sem nenhuma base científica (RECH, 2002b).

* Bióloga, Especialista e mestranda em Agronomia na Universidade Estadual de Maringá – Rua Dr. Oscar Pereira dos Santos, 416, Jardim Cristina Central – 86975-000 – Mandaguari-PR; ** Bióloga e mestranda em Agronomia na Universidade Estadual de Maringá; *** Professora Associada do Departamento de Biologia Celular e Genética da Universidade Estadual de Maringá

Como as ervas medicinais contêm substâncias cujos efeitos se harmonizam reciprocamente, são empregadas, sempre que possível, na sua totalidade. Estendido à alimentação, este princípio implica o consumo de alimentos em estado natural: alimentos crus e produtos cerealíferos integrais. E como filosofia de vida, significa assumir, sob todos os aspectos, um modo de viver natural, sem excessos de quaisquer espécies ou o uso de substâncias tóxicas ao organismo, como o fumo ou o álcool, por exemplo (TESSER & LUZ, 2002). A recuperação visa restaurar o equilíbrio do organismo, fazendo-o retornar ao estado de saúde, utilizando métodos naturais e simples.

Neste trabalho objetivou-se demonstrar, através de revisão bibliográfica, que, a partir da constatação de que a sabedoria popular tem fundamento, muitos pesquisadores passaram a avaliar o potencial medicinal das plantas, enfocando suas aplicações na melhoria da saúde humana.

DESENVOLVIMENTO

Fitoterapia

A Fitoterapia consiste em um conjunto de técnicas de utilização de ervas, sementes e frutas no tratamento das doenças e na recuperação da saúde. Comporta numerosas escolas, as quais estudam e empregam as plantas medicinais, das mais simples e empíricas, às científicas e experimentais e, apesar do avanço da tecnologia, que diariamente cria novos compostos e substâncias sintéticas com poderes medicinais, mais de 40% de toda a matéria-prima dos medicamentos encontrados hoje em dia nas farmácias continuam sendo de origem vegetal (YUNES et al., 2001).

Segundo o Dr. Paulo Eiró, um dos precursores do uso da fitoterapia no Brasil, ela consiste em um ramo da medicina alternativa que cura doenças através das plantas medicinais (CAZZAMATTA, 2002). Para o químico Benjamin Gilbert, da fundação Oswaldo Cruz, no Rio de Janeiro, as plantas desenvolveram, ao longo de sua evolução, um arsenal de substâncias para defender sua própria existência e a esperança é que algumas delas funcionem, também, para defender a sobrevivência humana (QUEIROZ, 2000). O farmacêutico Paulo Chanel, da Universidade de São Paulo (USP), aposta que muitos compostos ainda desconhecidos podem vir a apresentar atividades terapêuticas bem interessantes. O químico farmacêutico Jayme Sertie, da USP, contabiliza até agora um número muito pequeno de plantas brasileiras estudadas com

profundidade e mais de cem famílias delas ainda não foram analisadas. De acordo com o cancerologista Drauzio Varella, coordenador do Grupo de Pesquisa de Produtos Naturais da Universidade Paulista (Unip), vinte por cento da biodiversidade do mundo está no Brasil e a Fitoterapia traz a forma mais adequada para se manipular um vegetal e retirar dele todos os compostos ativos, onde a própria farmacologia moderna tem como base os princípios ativos das plantas (RESENDE, 2002b).

É considerada fitoterápica toda a preparação farmacêutica (extratos, tinturas, pomadas e cápsulas) que utiliza como matéria-prima parte de plantas, como folhas, caules, raízes, flores e sementes, com conhecido efeito farmacológico. O uso adequado dessas preparações traz uma série de benefícios para a saúde humana, ajudando no combate a doenças infecciosas, disfunções metabólicas, doenças alérgicas e traumas diversos (RESENDE, 2002c).

O conhecimento empírico da chamada medicina caseira, passado pelas várias gerações, nos traz, atualmente, o uso de chás e infusões, muitas vezes utilizados sem nenhum contexto científico, porém, eficazes em muitas ocasiões (RESENDE, 2002a).

É importante ressaltar como as plantas e suas atividades medicinais mostram menos efeitos colaterais do que acontece normalmente com os remédios sintéticos. É claro que devem ser utilizadas com sérios critérios, para permitir a eficácia completa do tratamento, pois alguns vegetais são tóxicos e, portanto, precisam de certos cuidados quando manipulados. "Há também, inúmeros casos de pessoas intoxicadas por remédios caseiros, os quais pareciam inofensivos" - explica a química farmacêutica Vanderlan Bolzani (YUNES et al., 2001).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), uma planta medicinal é aquela que possui em um ou em vários de seus órgãos substâncias com finalidades terapêuticas, ou seja, síntese de produtos químicos e farmacêuticos (LIMA, 2002).

Uma vez coletado o material, os cientistas preparam os extratos e, cada substância isolada *in vitro*, se apresentar atividade farmacológica, passará para a segunda etapa: a dos testes em animais; e, após mostrar resultados positivos, será experimentada no homem. Mas, segundo dados da SOAD (South American Office for Drug Development), entidade que busca novos tratamentos contra o câncer, este processo dura, em média, dez anos. Das doze substâncias

encontradas pela SOAD, ativas *in vitro* e em animais, nenhuma se tornou medicamento ainda, constata o cancerologista Gilberto Schwartzmann, presidente da SOAD (LOURENZI, 2002).

O que fazem destas plantas drogas vegetais são os princípios ativos, moléculas responsáveis pelo efeito terapêutico apresentado por elas. Estes princípios podem ser: terpenóides, alcalóides, mucilagens, heterosídeos, princípios amargos, taninos, flavonóides, óleos graxos, quinonas, cumarinas, poliacetilenos, entre outros (LIMA, 2002).

De 1993 a 1996, a antropóloga Melvina Araújo conviveu com curandeiras do Paraná em um projeto de implantação da fitoterapia que tinha o objetivo de recuperar conhecimentos terapêuticos populares da região sul de Londrina (AFONSO, 2003).

Embora a fitoterapia não chegasse a ser implantada, um dos objetivos do projeto era melhorar a relação médico-paciente. Alguns profissionais da saúde que estavam mais próximos do projeto, seja por participarem dele ou ainda por discutirem com membros da equipe, sentiam, individualmente, uma necessidade de mudar esse tipo de relação, o que também não pode ser generalizado. Mesmo porque há uma questão anterior a tudo isso, que é a própria formação médica. Os alunos de medicina já são formados para manter um distanciamento em relação ao paciente, comenta Melvina (AFONSO, 2003).

No projeto piloto de fitoterapia, a intenção era utilizar aquelas ervas mais conhecidas e empregadas pela população local, trocar experiências sobre remédios caseiros e começar a valorizar mais o conhecimento popular. Antes de se iniciar a pesquisa, achava-se que a população não tinha mais conhecimento sobre ervas medicinais e não as utilizava, por isso se pensou na recuperação do conhecimento terapêutico popular. E, quando se fez um levantamento para ver o que as pessoas conheciam e utilizavam, a surpresa foi muito grande, pois foram citadas mais de duzentas e trinta plantas, empregadas para uma vasta gama de sintomas e de doenças. Às vezes, no mesmo caso, usavam as ervas e os medicamentos alopáticos e, se soubessem de outras coisas que podiam curar, as pessoas iam aonde fosse preciso (AFONSO, 2003).

Um outro motivo do crescente cultivo das ervas medicinais é o fato de sua industrialização ser mais barata. Enquanto os remédios de origem sintética dependem de um investimento de cerca

de 300 a 500 milhões de dólares, os de origem vegetal são industrializados com 30 a 50 milhões. No entanto, deve-se tomar cuidado com a falta de controle da qualidade das plantas medicinais, principalmente com as que são conhecidas pelos nomes populares (RESENDE, 2002c).

Vários fatores podem comprometer a qualidade das ervas: a colheita no campo sem nenhum tipo de controle (podem estar perto, por exemplo, de lavouras pulverizadas com agrotóxicos, à margem de lagoas e rios poluídos com produtos químicos, resultando na absorção de chumbo ou mercúrio, altamente prejudiciais à saúde), e mesmo as que crescem à beira das estradas podem ser perigosas, pois retêm gases venenosos expelidos pelos carros. O período no qual as plantas foram colhidas e o ambiente em que cresceram também podem comprometer o seu conteúdo medicinal. É importante coletar as folhas pela manhã, depois de seco o orvalho, para evitar a formação de fungo na mesma e não prejudicar a qualidade do remédio. As plantas perfumadas devem ser coletadas no final da tarde, principalmente em dias mais quentes, para evitar a perda do cheiro com a ação do calor. O melhor para a coleta de cascas, raízes e óleos é o período não chuvoso. Os frutos mais carnudos e secos devem ser colhidos apenas se estiverem maduros. Já as sementes, devem ser coletadas quando a planta estiver seca. A estocagem, armazenagem e posterior manipulação também são muito importantes para não ocorrer contaminação (STERN, 2000).

Identificar plantas medicinais não é fácil, principalmente para quem mora nas cidades. Além disso, há a barreira do regionalismo, onde são encontrados diferentes nomes para a mesma erva. Não se deve ensinar a utilização das plantas medicinais, pois só profissionais da área médica podem prescrever, uma vez que as pessoas podem ser alérgicas a algum composto do vegetal (SERRICCHIO & SERRICCHIO, 2002). Portanto, é sempre aconselhável procurar um profissional, evitando a automedicação e tomando bastante cuidado ao se medicar.

Florais

Os Florais são medicamentos produzidos a partir de flores silvestres e foram descobertos por Edward Bach (1886–1930), um médico inglês, homeopata e patologista, que trabalhou buscando na natureza substâncias para reequilibrar a dualidade corpo e mente. O objetivo dos Florais do Dr. Bach é o processo de cura, utilizando um método tradicional de levantamento das necessi-

dades emocionais do paciente e, conseqüentemente, a indicação terapêutica. O Dr. Bach acreditava na doença como resultado do conflito entre a alma e a mente, que aparecia quando a pessoa tinha atitudes e pensamentos errados. Por isso, procurou no mundo das plantas remédios para restaurar o equilíbrio das emoções, da mente e do corpo e, dessa forma, resgatar a vitalidade (DOMICIANO, 2002a). Assim, a doença não encontrando mais condições de se manter, seria obrigada a abandonar o corpo e/ou a mente. Bach estava convencido de que a mente saudável era a chave para a recuperação de um estado de enfermidade e procurou por toda sua vida um sistema de cura que fosse seguro, isento de efeitos colaterais e simples de usar (DOMICIANO, 2002b).

Como médico, o Dr. Bach pôde observar como os pacientes reagiam às enfermidades e como essa reação influía no curso das doenças. Observou que o mesmo tratamento aplicado a pessoas diferentes nem sempre surtia o mesmo efeito. Percebeu, também, como medicamentos eficazes para algumas pessoas nem sempre atuavam em outra e que pacientes com temperamentos similares se curavam com remédios também parecidos. Ficou evidente a importância da índole do doente e como esta exercia influência no tratamento a ser ministrado e o principal: o corpo físico ficou menos importante que o equilíbrio emocional (MELLO, 2002b).

Os florais podem ser utilizados através da respiração, da inalação ou do perfume. O remédio pode ser aplicado de forma tópica (no local), como compressas ou em banhos (VERVLOET, 2002).

Segundo a Dra. Hulda Helena, os florais agem trazendo a harmonia e o equilíbrio da mente com o corpo, reagindo contra estados de ânimo negativo, como: males de ordem psicossomática, emocionais ou meramente psicológicos, irritação, impaciência, ansiedade, medo, culpa, raiva, complexo de inferioridade, depressão, entre outros (MILION, 2000). Os florais de Bach e seus trinta e oito remédios são reconhecidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS), exatamente da mesma forma que a acupuntura e as massagens terapêuticas industriais, porém, "não podem substituir o tratamento médico para doenças diagnosticadas, explica a Dra. Hulda Helena" (LAMBERT, 2001).

Bach relacionou as vibrações energéticas das flores com aquelas dos estados mentais negativos e, desta forma, pôde classificar trinta e oito essências florais em sete grupos ou estados emocionais, os quais sintetizam os diversos estados do ser humano.

O enfoque do Dr. Bach possibilitou uma nova visão das doenças, buscando uma razão emocional para as mesmas e tratando-as com uma combinação de suas trinta e oito essências florais. Dizia Bach que a doença é a cristalização de uma atitude mental, bastando tratar essa atitude para que a enfermidade cesse. Deve-se tratar a personalidade do paciente e não a enfermidade (KAREL, 2001).

Segundo Antônio Gomes Valente Filho, que hoje trabalha com florais brasileiros, dos oitenta tipos cultivados em Minas Gerais, retiram-se florais para todos os fins, mas como o seu princípio é muito ativo, toma-se destes compostos até três meses, não mais (por cada período de tratamento). Depois disso, a erva em floral pode fazer efeito contrário ou simplesmente não fazer mais efeito. Por isso, recomenda-se sempre a utilização destes florais por meio de indicação especializada de um terapeuta treinado (MELLO, 2002c).

Homeopatia

Em 1980, cerca de cento e quarenta anos após sua implantação no Brasil, a Homeopatia foi reconhecida como especialidade médica pelo Conselho Federal de Medicina. A partir deste momento, sua procura por parte da população aumentou significativamente, com um número cada vez maior de médicos e farmacêuticos especializados (BIOLCHINI, 1998).

A Homeopatia é um sistema de tratamento médico baseado no uso de diminutas quantidades de remédios, diluídas em água, que, em doses maciças, produzem efeitos similares aos da doença a ser tratada (CARVALHO, 2001). O termo é derivado de duas palavras gregas: *homeo* (semelhante) e *pathos* (sofrimento). O princípio básico da homeopatia foi desenvolvido pelo médico alemão Christian Friedrich Hahnemann que realizava experimentações com muitos produtos vegetais, animais e minerais no homem sadio e, a partir dos efeitos obtidos, indicava substâncias para as doenças as quais apresentassem aqueles efeitos. O ponto de partida e de chegada era o homem sadio, com seu maior grau de liberdade e flexibilidade de respostas psicofísicas. O ser doente era a referência indicativa da direção a ser seguida, através da relação de semelhança sintomática na prescrição medicamentosa (CARLINI, 1998).

O ponto importante na definição da homeopatia é que ela associa os sintomas da doença ao remédio o qual deverá ser ministrado

para curá-la. “O homeopata conduz o paciente em direção à cura, ministrando medicamentos que provocam reações semelhantes aos sintomas apresentados pela doença”, explica Pedro Luiz Lacordia, médico homeopata do Hospital São Paulo. Ele diz que um médico homeopata jamais dirá que para uma apendicite não se deve usar o bisturi, pois há situações nas quais só a medicina tradicional funciona. Lacordia acredita que a evolução da homeopatia é inevitável, mas que ainda irá levar algum tempo para que o Brasil alcance o estágio de alguns países da Europa, onde os pacientes podem optar em se tratar com a alopatia (medicina convencional) ou com a homeopatia. Um bom exemplo disso pode-se ter na Inglaterra, onde existem cursos de especialização, de residência médica e até de pós-graduação em homeopatia. Lá está sediado o Royal London Homeopathic Hospital, exclusivamente dedicado ao tratamento homeopático (CARVALHO, 2001).

A homeopatia é bastante conhecida na Europa, especialmente na família real da Grã-Bretanha. É também muito popular na Índia, onde existem mais de 100 escolas. Os homeopatas tendem a acreditar em coisas como “forças vitais”, em harmonia (saúde) ou desarmonia (doença) e tendem a defender a medicina holística, tratando “forças vitais”, assim como o corpo. Gostam de dizer que tratam “pessoas”, não “corpos” ou “doenças” (GONÇALVES, 1998). Um dos princípios mais polêmicos da homeopatia, proposto pelo próprio Hahnemann, é o que afirma que a potência de um remédio aumenta à medida que a droga se torna cada vez mais diluída. Defensores da homeopatia acreditam que preparados contendo quantidades tão pequenas quanto uma molécula por milhão são capazes de estimular os “mecanismos curativos do corpo”. Os críticos sustentam ser improvável que doses tão diminutas tenham qualquer efeito significativo sobre o organismo (BIOLCHINI, 1998).

E, ao contrário do que acontece na medicina tradicional, com suas drogas e antibióticos potentes, a probabilidade de ocorrer uma reação adversa a um remédio homeopático é remota. Um dos perigos potenciais é o encorajamento ao autodiagnóstico. Outro é que não se dê o tratamento adequado, através de um médico tradicional, nos casos em que o paciente poderia ser atendido pela alopatia, como no caso de uma infecção de bexiga ou no câncer. Em resumo, os principais benefícios da homeopatia parece ser o fato de que os seus remédios tenham

pouca probabilidade de serem prejudiciais e serem geralmente baratos. A homeopatia não funciona, no entanto, no sentido de poder explicar patologias ou suas curas de uma forma que não só seja coerente com os fatos conhecidos, mas que prometa nos conduzir a uma maior compreensão da natureza da saúde e da doença (OLIVEIRA FILHO, 1992).

Talvez as mais claras diferenças entre a homeopatia e a alopatia sejam:

- medicina dos doentes individuais, por oposição a uma medicina das doenças;
- exame clínico baseado no discurso do paciente, por oposição ao olhar classificador e interventor do médico sobre o organismo do paciente, através da prática do exame anátomo-clínico, físico e da classificação de sinais e sintomas em um quadro produzido *a priori* pelo conhecimento médico;
- personificação de doses e medicamentos em função do quadro sintomático individual, por oposição à generalização de doses e medicamentos em função de patologias específicas;
- dinamização de doses de substâncias medicamentosas em nível infinitesimal, por oposição a doses quimicamente concentradas para serem eficazes na cura de patologias específicas;
- experimentação de doses e medicamentos no homem sadio, por oposição às experiências em doentes e em animais;
- o princípio de que o semelhante pode curar o semelhante, em contraste com uma medicina de combate ao agente patogênico por um agente químico constituído de propriedades contrárias às do inimigo (CARLINI, 1998).

Medicina holística

A Medicina Holística é uma abordagem terapêutica em que a pessoa é vista como um todo, utilizando-se de meios e recursos de tratamentos convencionais e alternativos, visando recuperar a saúde física e emocional. Segundo a Dra. Dagmar Rech, médica formada pela Fundação Universidade de Caxias do Sul (RS), a desintoxicação orgânica e energética é a base para a cura de todas as patologias humanas. Para ela, todas as doenças apresentam a mesma origem e existem três causas de morte entre os seres humanos: acidentes, velhice e as intoxicações que, em graus diversos, causam todas as doenças, prejudicando o sistema imunológico e permitindo a ação de agentes infecciosos variados (MURAROTO, 2002).

De acordo com adeptos da medicina holística,

não importa a doença apresentada pelo organismo como manifestação, pois a base do tratamento é sempre a mesma: a desintoxicação, através da restauração do estado nutricional do corpo e da energia vital. Como as pessoas apresentam graus diversos de toxinas no corpo, estas se manifestam de formas diferentes como doenças, dependendo de vários fatores, que vão desde a genética (predisposição hereditária), aos diversos hábitos adquiridos pela pessoa durante a vida, como o fumo, o álcool e o sedentarismo, afirma a Dra Dagmar Rech (RECH, 2002b).

A recuperação visa restaurar o equilíbrio do organismo, fazendo-o retornar ao estado de saúde, utilizando métodos naturais e simples, onde a desintoxicação, associada à manutenção de uma alimentação adequada, opera grandes mudanças até no curso de doenças ditas incuráveis (QUEIROZ, 2000).

A maior parte dos alimentos convencionais, da maçã à carne de porco, carrega para o organismo inúmeros vestígios de pesticidas, fertilizantes, aditivos, compostos genéticos alterados em laboratório, hormônios e antibióticos, substâncias estas que se alojam no organismo, trazendo prejuízos à saúde. O que se propõe é uma volta às formas mais saudáveis de produção de alimentos, como os adubos orgânicos, solos limpos, crescimento natural e respeito ao meio ambiente. É recomendada a utilização de métodos não artificiais, como a rotação de cultura e plantas que repelem insetos, onde há a ausência de compostos químicos e o respeito pelo ciclo natural de crescimento, que fazem com que os alimentos tenham um percentual maior de vitaminas, proteínas, sais minerais e hidratos de carbono, sendo 40% mais nutritivos. Os pesticidas encontrados nos alimentos convencionais se alojam no tecido adiposo e, além de estarem relacionados a determinados tipos de câncer e à diminuição da quantidade de espermatozóides, em longo prazo, acabam afetando o sistema imunológico e o esforço do corpo para eliminar as substâncias tóxicas, podendo provocar desconfortos como dores de cabeça, fadiga e inchaço (FURIERI, 2000).

A medicina que Hipócrates realizava em 460 a.C. é hoje um modelo para a medicina holística. Ele buscava conhecer o indivíduo em seu todo, levando em consideração suas condições de vida para conhecer seu modo de adoecer. Observava a dieta, o local onde vivia, sua forma de falar, seu silêncio, seus hábitos,

seu semblante, seu sono, o conteúdo de seus sonhos, enfim, sua vida como um todo, sendo que, desta forma, firmava preceitos holísticos que são usados cada vez mais (RECH, 2002a).

Para a Dra. Dagmar Rech, a medicina deste novo milênio deverá evoluir para um modelo novo, onde todo o arsenal terapêutico convencional e holístico seja utilizado pelo bem dos pacientes e do próprio médico e a cura holística será consequência da restauração do que foi fragmentado pelo sofrimento. Fazer uma dieta à base de produtos orgânicos revela, além de uma preocupação ecológica e social, a consciência de que é fundamental voltar a respeitar os ciclos da natureza, nos quais nós estamos incluídos. É um investimento a longo prazo (CERQUEIRA FILHO, 2001).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Relatos mostram que há mais de 6.000 anos o homem vem testando terapias alternativas para curar suas enfermidades e estimular as defesas naturais do corpo. Diante deste fato, aumenta a utilização da Medicina Alternativa, que vem dividindo um espaço cada vez maior com a alopatia. Na França, uma pesquisa mostrou que 82% da população se trata com medicamentos naturais e cresce a cada dia o uso dos métodos alternativos. Nos Estados Unidos, a venda de remédios naturais dobrou desde o início da década de noventa. Só no ano de 1998, a venda aumentou em 20%, criando um mercado de quase quatro bilhões de dólares. No Brasil, o mercado de remédios naturais chegou a meio milhão de dólares na mesma época.

Os terapeutas naturalistas não devem hesitar em recorrer à medicina convencional quando necessário. Da mesma forma que um alopata pode matar um paciente ao prescrever um remédio errado, um terapeuta pode causar um dano semelhante ao prescrever um remédio cuja ação é insuficiente e/ou tóxica para o indivíduo e, como não existem ervas e nem curas milagrosas, é importante consultar um médico ou um profissional qualificado.

O ponto favorável às terapias alternativas se refere à prevenção, onde se passa a valorizar hábitos mais saudáveis, como a boa alimentação e os cuidados permanentes com o próprio indivíduo. A própria genética está mostrando que a mesma doença atua de modos diferentes em duas pessoas, o que a medicina chinesa já pregava há cinco milênios, onde se tratava o indivíduo e não a espécie.

O que vemos nos dias de hoje pode ser consi-

derado um grande acúmulo de conhecimentos, passados através das gerações. Apesar de possuírmos uma grande e moderna indústria farmacêutica, o alto preço que se paga pela tecnologia de se ter remédios industrializados faz com que muitas pessoas procurem meios naturais para a cura de algumas doenças e para o alívio de sintomas que as incomodam no dia-a-dia.

O caminho mais adequado, portanto, parece ser o da união, o caminho do verdadeiro conceito holístico, o qual defende a natureza humana no todo que compõe o homem e não apenas sob este ou aquele aspecto, onde o físico não pode ser separado do psíquico, do emocional, ou mesmo do mental, já que o homem é assim composto e estruturado.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AFONSO, F. Nas raízes da medicina popular. *Rev. Planeta*, ano 31 (4):12-17, abr. 2003.
- BIOLCHINI, J. Práticas homeopáticas. *Rev. Ciência Hoje*, 39 (7):60-63, 1998.
- CARLINI, E.L.A. Uma abordagem científica da homeopatia. *Rev. Ciência Hoje*, 39 (7):52-59, 1998.
- CARVALHO, M.T. Tratar a doença ou o doente? – Tire suas dúvidas. Set. 2001. Disponível: tornavoi@ig.com.br. Acesso: 31/03/2003b.
- CAZZAMATTA, C.A. O que é Fitoterapia? *Rev. Plantas Curativas*, 1:5-8, 2002.
- CERQUEIRA FILHO, A. Medicina Holística. Set. 2001. Disponível: http://www.plenitude.com.br/jornal/acervo_plenitude/col_si/0020.htm. Acesso: 14/04/2003.
- DOMICIANO, M. O que são florais? *Rev. Natureza e Convivência*, 1:9, 2002a.
- DOMICIANO, M. Como atuam os florais? *Rev. Natureza e Convivência*, 1:10-11, 2002b.
- FURIERI, F. Medicina Holística: Uma nova especialidade médica? Mai. 2000. Disponível: http://www.alson.hpg.ig.com.br/saude/97/index_pri_1.html. Acesso: 14/04/2003.
- GONÇALVES, D.N. Receita Natural. *Revista Veja*, ano 30 (23):15-16, jun. 1998.
- GULLO, C.; PEREIRA, C. Ervas Milagrosas. *Rev. Isto é*, 1513:23-24, 1997.
- KAREL, J. Dr. Edward Bach – Que tal saber um pouco mais sobre Ele? Nov. 2001. Disponível: florais@florais.com.br. Acesso: 14/04/2003.
- LAMBERT, E. Florais de Bach: Os remédios do corpo e da alma. Set. 2001. Disponível: <http://www.revistapsicologia.com.br>. Acesso: 14/04/2003.
- LIMA, A. Cultivo comercial de ervas medicinais. *Rev. Plantas Medicinais*, 1:15-6, 2002b.
- LOURENZI, H. Fitoterapia e Plantas Medicinais. *Rev. Ervas & Saúde*, (1):4-5, 2002a.
- MELLO, L.R. Medicina Tradicional e Medicina Alternativa. *Rev. Guia Prático de Curas*, 1:6-9, 2002a.
- MELLO, L.R. As essências florais do Dr. Bach. *Rev. Guia Prático de Curas*, 1:10-29, 2002b.
- MELLO, L.R. Florais Brasileiros. *Rev. Guia Prático de Curas*, 1:30-32, 2002c.
- MILION A. Terapia Floral – As flores a serviço da saúde. Fev. 2000. Disponível: <http://www.lupusonline.co.br/alterna2.asp>. Acesso: 21/04/2003.
- MURAROTO, J.C. Os conceitos holísticos de Hipócrates. *Rev. Ervas & Saúde*, 7:54-56, 2002.
- OLIVEIRA FILHO, F.V. *Homeopatia: um papo sério*. 1ª ed. São Paulo: Typus, 1992. p.16-32.
- QUEIROZ, M.S. O itinerário rumo às medicinas alternativas: uma análise em representações sociais de profissionais da saúde. *Cad. Saúde Pública*, Jun. 2000, vol.16, n.2, p.363-375. ISSN 0102-311X. Disponível: <http://www.scielo.br/cgi-bin/wxis.exe/iah/>. Acesso: 14/04/2003.
- RECH, D. Desintoxicação – A base de todas as curas. *Rev. Ervas & Saúde*, 6:6-7, 2002a.
- RECH, D. Alternativas de vida saudável. *Rev. Ervas & Saúde*, 6:8-13, 2002b.
- RESENDE, A. Fitoterapia – mais saúde através das plantas. *Rev. Ervas Medicinais & Terapias Alternativas*, 2:6-7, 2002a.
- RESENDE, A. Fitoterapia. *Rev. Ervas Medicinais & Terapias Alternativas*, 3:6-7, 2002b.
- RESENDE, A. Técnicas – como usar o princípio ativo das plantas. *Rev. Ervas Medicinais & Terapias Alternativas*, 3:8-9, 2002c.
- SERRICCHIO, A.C.; SERRICCHIO, R.P. Plantas Medicinais e Tecnologia. *Rev. Ervas Medicinais*, 1:4-5, 2002.
- STERN, M. Fitoterapia. Fev. 2000. Disponível: <http://www.viasaude.com.br/artigos/fitoterapia.htm>. Acesso: 21/04/2003.
- TESSER, C.D.; LUZ, M.T. Uma introdução às contribuições da epistemologia contemporânea para a medicina. *Ciênc. saúde coletiva*, 2002, vol.7, n.2, p.363-372. ISSN 1413-8123 Disponível: <http://www.scielo.br/cgi-bin/wxis.exe/iah/>. Acesso: 31/03/2003.
- VERVLOET, P. A visão do Dr. Bach sobre a causa real e a cura das doenças. Abr. 2002. Disponível: <http://www.esclsa.net.com.br/sitesaude/categorias.asp?espec=27>. Acesso: 31/03/2003.
- YUNES, R.A.; PEDROSA, R.C.; CECHINEL FILHO, V. Fármacos e fitoterápicos: a necessidade do desenvolvimento da indústria de fitoterápicos e fitofármacos no Brasil. *Quím. Nova*. Jan./Fev. 2001, vol.24, n.1 p.147-152. Disponível na World Wide Web: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-40422001000100025&lng=pt&nrm=iso>. ISSN 0100-4042.

ISSN 1414-7149

Revista indexada no *Periodica*, índice de revistas Latino Americanas em Ciências <http://www.dgbiblio.unam.mx>