

ASPECTOS DA FITOTERAPIA

Ana Paula Perón* ; Veronica Elisa Pimenta Vicentini**

PERÓN, A.P.; VICENTINI, V.E.P. Aspectos da fitoterapia. *Arq. Apadec*, 7(2): 38 - 41, 2003.

RESUMO. Neste trabalho objetivou-se demonstrar que, a partir da constatação de que a sabedoria popular de fato tem fundamento, muitos pesquisadores deixaram o preconceito de lado e partiram para estudos mais profundos sobre o poder medicinal das plantas. Estudiosos voltaram a procurar formas de terapias abandonadas há décadas. A fitoterapia é uma destas e tem sido muito utilizada na confecção de remédios. Pesquisas mostram que tratamento com plantas medicinais, quando ingeridas e administradas de forma correta, produzem poucos ou nenhum efeito colateral, o que as colocam em vantagem quando comparadas com os remédios sintéticos.

PALAVRAS-CHAVES: Ervas medicinais, fitoterapia, planta medicinais.

INTRODUÇÃO

Existem numerosos livros que relatam o tradicional e folclórico uso das plantas. Alguns mencionam os seus componentes ativos e as suas propriedades farmacológicas. A ciência tem tido avanços importantes em relação às distintas moléculas que são metabolizadas em cada espécie botânica, em sua atividade sobre os animais e sobre o homem, tentando desvendar o misterioso mundo vegetal (CORRÊA et al., 1998).

Ao observar os animais que sempre buscaram nas plantas a cura de seus males, os humanos foram aprendendo a conhecer as propriedades de cada vegetal que os cercava. Com o passar dos anos, descobertas foram feitas e a medicina popular tornou-se uma grande aliada na perpetuação da raça humana, não somente garantindo a melhora de doenças, como também auxiliando em sua prevenção e fortalecendo os homens.

Já foi comprovado pelos cientistas que até os macacos usam as plantas para curar suas doenças. Os primatas procuram por conta própria as ervas mais adequadas para resolver os seus males e, o mais curioso, escolhem espécies semelhantes às usadas pelos seres humanos. Apelam, por exemplo, para as flores de camomila quando querem acalmar-se. Segundo os pesquisadores, estes animais elegem seus remédios por tentativa e erro, como os seres humanos. O homem primitivo arriscava-se na escolha de seus remédios naturais e o tempo tratou de mostrar qual era o mais adequado para determinado fim. Essa é a base da fitoterapia, palavra que une dois radicais gregos "Phyton" que significa planta e "terapia" que significa tratamento (OLIVEIRA, 1998).

Portanto, fitoterapia é o tratamento das doenças e das alterações orgânicas por meio de drogas preparadas de vegetais secos, de partes de vegetais recém colhidos ou de seus extratos naturais. O conhecimento das propriedades medicinais das plantas, dos minerais e de certos produtos de origem animal é considerado uma das maiores riquezas hoje em evidência (BALBACH, 1997).

Com o tempo, pesquisadores debruçaram-se sobre tais espécies de uso popular para analisá-las à luz da ciência. Algumas ervas já são bem conhecidas, enquanto que de outras não se sabe nem a composição. Muitos cientistas ainda olham com desprezo para o poder curativo das plantas, duvidam da sua eficácia porque apenas acreditam na eficiência dos remédios sintéticos. Muitos dos remédios que são comprados em farmácias são feitos de princípios ativos originados das plantas. O caso mais notório é o do ácido acetilsalicílico, a aspirina, descoberto em pesquisas com o salgueiro branco (*Salix alba*) e, bem longe dos herméticos laboratórios, os índios norte-americanos já o usavam para aliviar a dor e a febre (DI STASI, 1996).

O que vemos nos dias de hoje pode ser considerado um grande acúmulo de conhecimentos, passados pelas gerações em diversos lugares de nosso planeta. Apesar de possuímos uma grande e moderna indústria farmacêutica, o alto preço que se paga pela tecnologia para se ter remédios industrializados fez com que muitas pessoas procurassem meios naturais para a cura de algumas doenças e para o alívio de sintomas que incomodam no dia-a-dia.

Pode-se dizer que dois fatores explicam o crescimento da medicina natural: o primeiro é o desejo

* Bióloga; ** Professora do Departamento de Biologia Celular e Genética da Universidade Estadual de Maringá

de encontrar uma alternativa aos medicamentos sintéticos, em geral carregados de efeitos colaterais; o segundo e mais importante é o respaldo cada vez mais sólido que a ciência está oferecendo às drogas feitas a base de ervas (GULLO & PEREIRA, 1997).

DESENVOLVIMENTO

A utilização das plantas como medicamento, provavelmente, é tão antiga quanto o aparecimento do próprio homem. 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, místicas e ritualísticas.

A preocupação com a cura de doenças, ao longo da história da humanidade, sempre se fez presente. Sabemos que os alquimistas, na tentativa de descobrir o "elixir da vida eterna", em muito contribuíram na evolução da arte de curar. Um grande avanço na terapia natural foi dado por Paracelso, que defendia a teoria da "assinatura dos corpos", segundo a qual as plantas e animais apresentavam uma "impressão divina" que indicava suas virtudes curativas. De acordo com essa teoria, a semelhança da forma das plantas aos órgãos humanos determinava o seu efeito curativo, como por exemplo, algumas hepáticas, apresentando formato parecido a um fígado, eram utilizadas para curar moléstias de tal órgão (MORGAN, 1994).

Visto por olhos céticos, esta história de medicina natural pode parecer um daqueles "contos milagrosos". No entanto, toda a farmacologia começou a partir de substâncias extraídas das plantas (GULLO & PEREIRA, 1997).

Relatos mostram que há mais de 6.000 anos o homem vem testando as plantas para curar suas enfermidades. As terapias com ervas curam os males do corpo e da mente de maneira não agressiva e estimulam as defesas naturais do organismo. Esse método já era usado pelos antigos egípcios, que faziam diversas experiências com muitas plantas. Hipócrates (460-361 AC) da Grécia, considerado o pai da medicina, já combinava centenas de ervas medicinais. A botânica sempre andou junto com a medicina e em todo planeta se conhecem inúmeros vegetais de imprescindível valor (MORGAN, 1994).

No Brasil, pode-se dizer que a fitoterapia possui duas influências, a primeira trazida pelos colonizadores portugueses e a segunda a fitoterapia

usada pelos índios. A forte influência do colonizador ainda hoje predomina em uso nos sertões do Nordeste, como por exemplo os livros de estudiosos como Chernavicz e o Lunário Perpétuo, que datam de 1862. O primeiro é um dicionário de medicina popular e o segundo é um guia para a interpretação dos astros e do tempo e suas influências para com os animais e as plantas (BOTSARIS, 1995).

A contribuição do índio com a sua fitoterapia mística foi motivo de interesse por parte dos jesuítas que recolhiam amostras do acervo dos índios e levavam para a Europa informações valiosas sobre as propriedades das plantas de nossa flora (LOTUFO, 1999).

O advento da Revolução Industrial proporcionou a produção em larga escala de vários tipos de produtos, incluindo principalmente os medicamentos. Na nascente indústria farmacêutica era grande o interesse pelas plantas medicinais, estudando-se a sua composição e efeitos farmacológicos e de seus distintos constituintes (CORRÊA et al., 1998).

Segundo a literatura, o uso das plantas, exceto as naturalmente venenosas, quando utilizadas de forma correta, geralmente não é prejudicial ao organismo, antes, o beneficia, purificando-o e curando-o. Aqui temos, pois, outra vantagem das plantas sobre os produtos químicos que são usados, muitas vezes, em doses diminutas e durante curto tempo, sendo que a sua maioria traz efeitos colaterais (VALENCIANO & MINAMI, 1998).

O que às vezes deixa de trazer o êxito esperado no tratamento por meio das ervas é que o paciente, quando já se sente melhor, abandona o tratamento antes de alcançar uma cura total.

Fitoterapeutas observam que muitas pessoas encaram a fitoterapia como uma forma de prevenção. Este é um ponto a favor do uso dos alternativos, já que põem em segundo plano preocupações com remédios e cirurgias, passando a valorizar os bons hábitos, a boa alimentação e os cuidados permanentes com o próprio indivíduo.

A cada dia mais drogas são criadas em laboratórios, usando exatamente as substâncias vegetais conhecidas pelos antigos, que são a base dos chás e terapêuticas da homeopatia. Há muito tempo, um psicanalista proibiu um cliente que sofria de depressão de tomar o chá de erva-de-são-joão. Tempos depois, receitou-lhe sem saber um remédio de laboratório cuja fórmula era baseada na própria erva. Os anos 90 trouxeram bons ventos para os fármacos alternativos, com o reconhecimen-

to legal de várias de suas atividades (ASSUMPTÃO, 2000).

Pode-se dizer que os remédios fitoterápicos, acupuntura, chás e massagens estão invadindo o mercado que antes era dos comprimidos e das injeções. Na França, uma pesquisa mostrou que já chega a 82% a fatia da população que se trata com medicamentos naturais. Nos Estados Unidos, a venda desse tipo de remédio dobrou desde o início da década de 90. Só no ano de 1998, a venda aumentou em 20%, criando um mercado de quase 4 bilhões de dólares. No Brasil, o mercado de remédios naturais chegou a meio bilhão de dólares (GONÇALVES, 1998).

O fenômeno se repetiu entre profissionais de saúde. Nos Estados Unidos, os médicos fitoterapeutas não chegavam a 200 na década de 70. Desde 1997, já são mais de 3.000 médicos fitoterapeutas. No Brasil os dados são mais surpreendentes, já que o país se tornou um gigante da fitoterapia. Em quinze anos, o total de fitoterapeutas saltou de 300 para 13.000, um aumento de 43 vezes, sendo que só a Índia tem mais fitoterapeutas do que o Brasil. As farmácias fitoterápicas se multiplicam em grande ritmo, eram dez em 1997; agora já são mais de 1.600 (GONÇALVES, 1998).

A procura pela medicina natural produziu uma mudança comportamental no reino alopata. É cada vez mais comum que adeptos da clínica moderna cruzem fronteiras para indicar tratamentos alternativos a seus pacientes e parte deles foi incorporada ao receituário, depois de ter sua eficácia comprovada por pesquisas científicas.

Muitas vezes escutamos as pessoas recomendarem o uso de plantas medicinais dizendo: "Se bem não fizer, mal também não fará". Infelizmente não é isso que ocorre, pois o uso inadequado de ervas medicinais pode, muitas vezes, não realizar o efeito desejado. O uso de plantas medicinais, quando efetuado com critérios, só tem a contribuir para a saúde de quem o pratica.

Esses critérios se referem à identificação da doença ou do sintoma apresentado, o conhecimento e a seleção correta da planta a ser utilizada e uma adequada preparação. As plantas medicinais devem ser adquiridas, preferencialmente, por pessoas ou firmas idôneas que possam dar garantia de qualidade e identificação correta. O ideal seria que as pessoas e instituições que fazem uso das plantas medicinais mantivessem o cultivo das espécies mais utilizadas (MORGAN, 1994).

Na preparação, deve-se observar cuidadosamente a dosagem das partes vegetais e a sua

forma de uso. As misturas de plantas no chá devem se restringir a um número pequeno de espécies, com indicações e uso semelhantes. A forma de uso e a frequência também são importantes durante o tratamento. Não adianta ingerir um litro de chá de uma só vez, quando se deveria tomar em intervalos regulares de tempo durante todo o dia. Da mesma forma, uma planta recomendada exclusivamente para uso externo não deve ser administrada internamente (MORGAN, 1994).

Como já mencionado, se ingeridas de forma incorreta as plantas medicinais também podem trazer efeitos colaterais. Como exemplo, temos a camomila usada como calmante, no combate a hemorróidas e cistite e que, em doses elevadas, promove a paralisia da musculatura lisa. Outro exemplo é a erva-de-santa-maria, usada como vermífugo, que quando não administrada com cautela pode apresentar efeito abortivo (TESKE & TRENTINI, 1997).

Os fitoterapeutas equilibrados já não hesitam em recorrer à medicina convencional quando necessário. É uma questão de bom senso. Enquanto um alopata pode matar um paciente ao prescrever um remédio errado, um fitoterapeuta, pode causar um dano semelhante ao prescrever um remédio cuja ação é insuficiente (MORGAN, 1994).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As pesquisas realizadas com ervas, até o momento, geralmente confirmam o uso tradicional das plantas. Os pesquisadores estão convictos de que há muito que aprender com os costumes de um povo, mas divergem sobre o método de cura. Alguns acreditam que o melhor jeito de manter o padrão de qualidade de um medicamento é sintetizando o princípio ativo da planta; outros apostam no uso da erva *in natura*.

Os fitoterapeutas não estão empenhados em defender suas áreas contra a medicina tradicional. Muitos deles não hesitam, por exemplo, em receitar um antibiótico quando têm diante de si um paciente cujo problema exige ação rápida. A fitoterapia depende da capacidade imunológica do paciente e do grau de reversibilidade do seu quadro.

Por tudo isso, e igualmente pelos riscos inerentes à utilização de produtos que não se conhece, é terminantemente desaconselhado o uso de plantas medicinais de forma empírica, como a automedicação, sem o acompanhamento de pro-

fissionais conhecedores da área. Pois, da mesma forma que os produtos naturais podem ser empregados no tratamento de diversas entidades nosológicas, também podem ser altamente deletérios, podendo inclusive levar a óbito. Portanto, toda forma de automedicação é passível de repreensão, pelos riscos a ela inerentes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ASSUMPÇÃO, E. Saúde sem fronteiras. *Revista Galileu*, 92(supl.):2-3, 2000.
- BALBACH, A. *As Hortaliças na medicina doméstica*. 26.ed. Rio de Janeiro: Missionária, 1997. p.03.
- CORRÊA, A.D.; BATISTA, R.S.; QUINTAS, L.E.M. *Plantas medicinais. Do cultivo à terapêutica*. Petrópolis: Vozes, 1998. 246p.
- BOTSARIS, A.S. *Fitoterapia chinesa e plantas brasileiras*. São Paulo: Ícone Editora Ltda, 1995. 550p.
- DI STASI, L. C. *Plantas medicinais: arte e ciência. Um guia de estudo interdisciplinar*. São Paulo: Ed. UNESP, 1996. 230 p.
- GONÇALVES, D.N. Receita natural. *Revista Veja*, n.1499, 1998.
- GULLO, C.; PEREIRA, C. Ervas milagrosas. *Revista Isto é*, 1513:61-64, 1997.
- LOTUFO, T. O poder dos alimentos. *Revista Isto é*, 1620:98-104, 1999.
- MORGAN, R. *Enciclopédia das ervas e plantas medicinais*. São Paulo: Hemus Editora, 1994. 555p.
- OLIVEIRA, L.H. *Seu guia prático de plantas medicinais*. São Paulo: Editora Abril, 1998. p.10-13.
- VALENCIANO, M.; MINAMI K. *O poder de cura das plantas medicinais*. Rio de Janeiro: Editora Cunha-Facchini, 1998. p. 120-121.
- TESKE, M.; TRENTINI, A.M.M. *Herbarium-compêndio de fitoterapia*. 3.ed. Curitiba : Herbarium Laboratório Botânico, 1997. 317p.

ISSN 1414-7149

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