**BENEFÍCIOS E MALEFÍCIOS DO USO DE PLANTAS OU FITOTERÁPICOS MEDICINAIS NA TERAPIA COMPLEMENTAR**

**Ailton Amaral Maia Neto1; Nicole da Fonseca Júlio de Macedo1**

1Centro Universitário do Pará (CESUPA), Belém, Pará

**E-mail: ailtonamaian@hotmail.com**

**INTRODUÇÃO:** A exploração do uso de plantas medicinais no Brasil, remete-se muito antes da chegada dos Portugueses, visto que os recursos da medicina indígena já estavam estabelecidos e eram utilizados neste período. Porém, só dentre as últimas décadas do século XX, o uso de plantas medicinais foi reconhecido como recurso terapêutico válido, onde já se cogitava a inserção desta prática nos sistemas de saúde pública [2]. Consoante a RDC N° 26/2014, as plantas medicinais constituem espécies vegetais dotadas de potencial para serem utilizadas com finalidades terapêuticas, devido a suas propriedades [3]. As plantas medicinais constituem-se por espécies vegetais que possuem em sua composição metabólitos que são os responsáveis pelo tratamento de condições patológicas ou que possam melhorar os problemas de saúde das pessoas [2]. Medicamentos fitoterápicos são produtos com fins profiláticos, curativos ou paliativos, advindos de matérias-primas ativas vegetais, sem a utilização de substâncias isoladas, podendo ser simples ou composto, a depender da quantidade de espécies vegetais das quais são provenientes [3]. O medicamento fitoterápico é, portanto, o produto finalizado obtido de planta medicinal. Há algum tempo, verifica-se o aumento da demanda por tratamentos de saúde alternativos e naturais ao redor do mundo, conhecidos como medicina tradicional e complementar (T&CM) ou Práticas Integrativas e Complementares (PIC). As PIC são recursos terapêuticos naturais empregados na prevenção e recuperação da saúde que integram o ser humano com o meio ambiente e garantem a promoção global/integral do cuidado humano com a multiplicidade de práticas em saúde.[4]. No entanto, os fitoterápicos e as plantas medicinais apresentam em sua composição uma diversidade de substâncias complexas capazes de provocar diversas reações benéficas ou maléficas ao organismo, além de serem responsáveis por ocasionar efeitos sinérgicos e antagônicos quando associadas a outros medicamentos. Dessa forma, a utilização irracional de plantas medicinais e fitoterápicos pode acarretar diversos riscos à saúde[1][3]. Resta, portanto, um esclarecimento dos benefícios e possíveis malefícios do uso dessas plantas medicinais, sendo este o objetivo deste trabalho. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de revisão de literatura do tipo integrativa que segue as seguintes etapas: identificação do tema; estabelecimento de critérios de inclusão dos estudos; pesquisa na literatura; seleção de estudos; avaliação dos estudos selecionados; interpretação de resultados; síntese de resultados. O tema foi escolhido a partir de uma observação acerca do uso de ervas medicinais na terapia complementar no Brasil, seus benefícios, malefícios e riscos associados. Após essa etapa, foram definidos os seguintes critérios de inclusão: estudos publicados no período de 2007 a 2023, divulgados na Língua Portuguesa e que retratem os riscos à saúde do uso das plantas, uso de fitoterápicos no Sistema Público de Saúde Brasileiro, além vantagens identificadas que corroboram para seu uso na terapia complementar. A busca foi realizada via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no ano de 2024, com uso dos descritores booleanos: (plantas medicinais AND terapia complementar) e no Google Acadêmico, no ano de 2024, com uso dos descritores booleanos: (benefícios AND malefícios AND ervas medicinais AND terapia complementar). Isso permitiu o achado de diversos estudos, dos quais foram selecionados 5 para compor o resultado do estudo. **RESULTADOS:** A primeira vantagem que sustenta o uso das plantas medicinais e fitoterápicos como forma complementar aos tratamentos é a eficácia terapêutica é semelhante à obtida com o uso de medicamentos na maioria dos agravos à saúde, sendo esta uma forma de diminuição do excesso de medicamentos consumidos pela população [4]. Isso porque seu uso tem a capacidade de realizar o efeito desejado de forma eficaz, tanto quando um medicamento sintético, sem provocar tantos danos ou efeitos adversos, haja visto que, a utilização de plantas como terapêutica farmacológica, possui a capacidade de reconectar o ser humano ao ambiente, desde que utilizadas de forma correta e com orientação profissional [1]. O baixo custo nos tratamentos tem sido apontado em quase todas as bibliografias coletadas. Esse fator é de grande valor, especialmente para as famílias de baixa renda e em condições de pobreza e é um dos principais motivos que nortearam a criação da Política e o Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos [2]. Outra vantagem do uso desses elementos é a facilidade de acesso. Usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) se deparam, constantemente, com a escassez de medicamentos básicos. Pensando nisso, a proposta da fitoterapia e plantas medicinais se torna muito viável a saúde pública, visto que são mais acessíveis à população devido ao baixo custo e possuem potencial eficácia terapêutica, quando utilizados de forma correta e com as orientações necessárias [3]. Em localidades longínquas, a complementariedade com o uso das plantas é uma alternativa para os pacientes até a disponibilização dos fármacos na unidade de saúde mais próxima. A principal preocupação citada nos trabalhos verificados foi a intoxicação e/ou interações medicamentosas as quais constituem os maiores riscos do uso indiscriminado destes medicamentos como efeitos adversos, visto que, a maior parte destes, possuem efeitos adversos desconhecidos [3]. O estudo em [5] identificou a utilização de 120 espécimes de plantas medicamentosas por parte dos entrevistados, dentre as quais 47 (39,17%) apresentaram algum grau de efeito adverso ou contraindicações, e 23 (19,17%) podem apresentar algum tipo de toxicidade. Dessa forma, 70 espécies (58,33%) apresentaram possíveis riscos, contraindicações ou toxicidade. Ainda, dentre as espécies identificadas, 43 (35,83%) apresentaram possíveis interações medicamentosas de acordo com a literatura consultada. Parte dos autores contraindicam as plantas e fitoterápicos para mulheres grávidas, visto que alguns podem ter efeitos abortivos ou mesmo teratogênicos, principalmente nos primeiros meses de gestação. Além disso, notificam a necessidade de maior atenção aos idosos, pois a faixa etária alta aumenta a probabilidade de polifarmácia drasticamente e, assim, aumenta a probabilidade de interações medicamentosas sinérgicas ou antagônicas. Outros fatores podem contribuir para aumentar a probabilidade de intoxicações; o uso indiscriminado destes produtos pode acarretar diversos problemas associados a forma de cultivo da planta, colheita, armazenamento, conservação, preparo e até mesmo por erro ao identificar a espécie de interesse. A grande maioria desses produtos não são adequados quanto à segurança e eficácia exigidas pelo controle de qualidade da farmacovigilância. Consequentemente, essa situação gera o uso inadequado das plantas pelo consumidor [3]. No trabalho feito por [1] com relação à 14 herbolários da cidade de Campina Grande - PB, observou-se que alguns produtos estavam em degradação ou atacados pelo mofo e, mesmo assim, eram comercializados. A ingestão, mesmo na forma de chá, desses produtos contaminados com micotoxinas pode ocasionar intoxicações agudas ou crônicas, pois esses microrganismos são termoestáveis. Ainda, mesmo que o produto não causa intoxicação, as colheitas mal elaboradas e secagens inadequadas podem contribuir para o rápido aparecimento de produtos de decomposição no vegetal; prosseguindo-se consequentemente a perda total ou em parte dos princípios ativos existentes na planta. Nesta situação é difícil estimar exatamente quais princípios ativos estarão presentes e em que concentração [1]. **CONCLUSÃO:** A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos nas terapias complementares deve ser encorajada. Para isso, é necessário que mais pesquisas sejam feitas com o intuito de tornar mais segura a utilização desses medicamentos, sobretudo na atenção primária. Nessa linha, a Organização Mundial de Saúde apoia a fitoterapia por considerá-la uma prática da medicina tradicional e o Ministério da Saúde (MS) tem encorajado o desenvolvimento de estudos com plantas tradicionais, com a esperança de obter os possíveis benefícios que as pesquisas sobre este assunto podem trazer [1]. A população brasileira tem mais facilidade em aderir a esses medicamentos, pela sua cultura e pela grande biodiversidade do território nacional, o que gera facilidade para o seu uso nos tratamentos complementares. O manuseio do solo, com o cultivo de plantas medicinais em quintais, indica a sustentabilidade deste processo. Além disso, conciliam o acesso e a coleta de plantas e constroem sistemas adaptados às necessidades locais gerando benefícios como a valorização da cultura e do conhecimento popular [2].

**BIBLIOGRAFIA:**

[1] França, I. S. X. de ., Souza, J. A. de ., Baptista, R. S., & Britto, V. R. de S.. (2008). **Medicina popular: benefícios e malefícios das plantas medicinais. Revista Brasileira De Enfermagem**, 61(2), 201–208. https://doi.org/10.1590/S0034-71672008000200009

[2] CARDOSO, Beatriz Oliveira. **Uso de plantas medicinais visando a redução de efeitos adversos em pacientes oncológicos: revisão integrativa**. 2023.

[3] ALVES, Mayana Altoé et al. **A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos como terapia alternativa e seus riscos à saúde**. Cadernos Camilliani e-ISSN: 2594-9640, v. 16, n. 1, p. 1020-1035, 2021.

[4] DA SILVA, Priscilla Ewelly Sousa; DE OLIVEIRA FURTADO, Clésio; DAMASCENO, Charliana Aragão. **Utilização de Plantas Medicinais e Medicamentos Fitoterápicos no Sistema Público de Saúde Brasileiro nos últimos 15 anos: Uma Revisão Integrativa**. Brazilian Journal of Development, v. 7, n. 12, p. 116235-116255, 2021.

[5] GONÇALVES, Rodrigo Noll et al. **Plantas medicinais na atenção primária à saúde: riscos, toxicidade e potencial para interação medicamentosa**. Revista de APS, v. 25, n. 1, 2022.

**ÁREA TEMÁTICA:** Terapias Integrativas e Complementares.

**PALAVRAS- CHAVE:** Tratamento não farmacológico. Ervas medicinais. Medicina tradicional.