

59 - OBESIDADE E FITOTERÁPICOS: ESTRATÉGIAS PARA ENFRENTAR A EPIDEMIA SILENCIOSA DO SÉCULO XXI.

CLÁUDIA MARIA SILVA DOS SANTOS – FACULDADE REDENTOR
RENATO DA SILVA – UNIGRANRIO

doi:10.16887/91.a1.59

Introdução

No ano de 2006, a Organização Mundial de Saúde (OMS) constatou a existência de 1 bilhão e 600 mil indivíduos na faixa etária de 15 anos com sobrepeso e 400 milhões deles já classificados como obesos (MA- CHADO, 2010). Estima-se que em 2025 haverá em torno de 700 milhões de pessoas acometidas pela pandemia de obesidade e 75 milhões de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade, com projeções nulas de perspectiva de controle eficaz no tratamento dessa patologia (ARAGÃO, 2015).

Desde a pré-história da humanidade a obesidade está presente. Há evidências históricas de existência de indivíduos obesos na época paleolítica, há mais de 25.000 anos. Mas foi como fenômeno contemporâneo que a obesidade alcançou uma dimensão patológica, chegando em níveis epidêmicos. A obesidade vem crescendo de forma alarmante em nações mais prosperas no Globo, no entanto, é notável também em países em processo de desenvolvimento e aceleração industrial (HAL- PERN, 1999).

A epidemia obesidade é silenciosa e foi assumindo um espaço importante na agenda da saúde pública internacional nos últimos trinta anos. A obesidade como um fenômeno grave de saúde está cada vez mais associada como um episódio de dimensões globais e de predominância emergente.

A obesidade é questão importante de saúde pública. Sua crescente incidência no mundo associada a doenças crônicas diminui a qualidade de vida e aumenta as despesas do setor de saúde com o tratamento. Neste sentido, faz-se necessário o desenvolvimento de pesquisas que visam ao aprofundamento de terapias alternativas no combate a essa epidemia.

Objetivo

Analisar a utilização de fitoterápicos no enfrentamento da epidemia silenciosa de obesidade que atinge cada vez uma parcela significativa da população mundial.

Método

O presente estudo trata de uma revisão bibliográfica de artigos e livros que tem como temática o uso de fitoterápicos como estratégia de emagrecimento na população em geral ressaltando a atuação dos Nutricionistas. A literatura selecionada abrange o período de 2006 a 2020 e será usado um modelo de investigação definido e passível de reprodução sobre o tema.

A revisão consiste em buscar artigos com descritores como emagrecimento, plantas medicinais, obesidade, sobrepeso, Ilex paraguayenses, Nutrição. A seleção dos artigos esta sendo produzida através da verificação das bases Scielo, Bireme, Capes, Pubmed e livros. A inclusão dos estudos deverá conter história dos fitoterápicos, as espécies de plantas medicinais mais relevantes no tratamento da obesidade, a inserção da Fitoterapia no âmbito da Saúde Pública, benefícios e prejuízos do uso dos fitoterápicos, a biodiversidade no Brasil, podendo-se incluir outros temas relevantes.

Resultados

ilex paraguaienses como estratégia de antiobesidade

O Ilex paraguaienses, mais conhecido pelo nome popular de erva-mate ou chimarrão, é largamente consumido em países latinos como Brasil, Argentina, Uruguai e Paraguai. No Brasil, seu maior consumo é na região Sul e o maior produtor é o Paraná. Em sua composição temos ácido clorogênico, ácido gálico, galocatequina, 4,5 dicafeiol quinic e cafeína, alcaloides purínicos (ácido caféico), flavonoides como a quercetina, kaempferol e rutina, saponinas. Entre os minerais estão fósforo, ferro e cálcio e vitaminas C, B1 e B2 (OLIVEIRA ET AL., 2016)

A erva-mate, tem seu preparo a partir da infusão de folhas e ramos secos, a temperatura da água e os diferentes processamentos das folhas usadas para extrair a bebida fazem diferença nas características de composição e características organolépticas dos diversos tipos de bebidas como o chimarrão, Tereré e chá mate (GEBARA, 2019).

De acordo com Arçari, 2009, a cafeína, teobromina e a teofilina, presentes na erva-mate, são responsáveis por agir no sistema nervoso central, proporcionando uma ação estimulante. O ácido clorogênico e seus isômeros agem como antioxidantes e adstringentes. Os primeiros estudos sobre a erva-mate, tiveram início por volta dos anos 90, foram feitos com a erva verde e cancheada e os resultados demonstraram efeitos antioxidante, colérico, ação na motilidade, inibição da glicação e prevenção da formação de radicais livres. Efeito benéfico no colesterol, vasodilatador, inibição da oxidação do LDL, freia o progresso da arteriosclerose e age reparando o DNA. A erva-mate que passa pelo processo de torrefação, tem sua composição alterada e pode comprometer sua ação antioxidante.

Ensaio clínico na obesidade

Neurônios específicos, em sua maioria localizados no hipotálamo, são responsáveis pelo controle homeostático do balanço energético corporal. Essa função começa a se evidenciar no ano de 1840, através de um caso clínico de uma mulher que tornou-se obesa, um ano antes de seu falecimento e teve como causa mortis, um enorme tumor de hipófise que comprimia seu cérebro (SANDE-LEE, VELOSO – 2012).

A obesidade é uma doença inflamatória crônica, com resistência a leptina, excesso de gordura visceral, hipercolesterolemia, resistência à insulina, entre outras comorbidades. Um estudo, usou o extrato de Ilex paraguaienses, buscando resultados na ação anti-inflamatória e resistência a leptina e concluiu que o extrato da erva reduziu IL-10, TNF- α , reduziu citocinas pró-inflamatórias no tecido adiposo e otimizou a via de sinalização da leptina (ANTUNES et al. – 2017).

Alonso relata em estudo clínico preliminar duplo-cego feito em paraguaios, não revelou resultados positivos no tratamento da obesidade, porém observou-se um efeito termogênico com ratos, combinando metilxantinas e polifenóis no chá verde e na erva-mate. Outros estudos mostram que a cafeína aumentam a energia corporal e lipólise e em outro experimento feito com ratos obesos, usou-se o extrato aquoso de 1g/kg por via oral, recebendo dieta com alto teor de gordura por 12 semanas, resultou em melhora no peso corporal e redução do tecido adiposo, os estudos revelam também que o extrato tem efeito modulador da expressão de gens da obesidade.

Considerações Finais

Pode-se constatar através dos dados da OMS que a obesidade é um grave problema de saúde pública. Os números são alarmantes, estima-se que dentro de dois anos, a obesidade se torne uma pandemia. Pesquisadores apontam que terapêutica da obesidade está condicionada não somente pela utilização de drogas, mas também por uma completa mudança no estilo de vida. Atividades físicas e educação alimentar são fundamentais no tratamento da doença.

A utilização dos fitoterápicos no combate a obesidade surge com uma alternativa importante que pode trazer benefícios significativos como poucas reações adversas e o não abandono do tratamento. No entanto, podemos ver através de uma literatura específica e das pesquisas teóricas que há pouco interesse no desenvolvimento de uma agenda de estudo mais profunda que avalie o emprego dos fitoterápicos no tratamento não somente da obesidade, mas também de diversas doenças..

Os estudos revisados, demonstraram que a *Ilex Paraguariensis* tem ação benéfica no tratamento coadjuvante da obesidade e sobre peso, além de auxiliar na redução da hipercolesterolemia e resistência á insulina. Para que haja mais segurança na prescrição e uso de fitoterápicos em geral, há necessidade de mais estudos, principalmente em humanos, usando metodologias que revelem melhor o mecanismo de ação, a toxicidade, propriedades, dosagens, etc.

Referências

ALVIM, Neide A.T.; FERREIRA, Márcia A.; CABRAL, Ivone E.; FILHO, Antônio J.A. O uso de plantas medicinais como recurso terapêutico: das influências da formação profissional ás implicações éticas e legais de sua aplicabilidade como extensão da prática de cuidar realizada pela enfermeira. *Revista Latino-am Enfermagem*, São Paulo, v.14, n.3, 2006.

BRUNING, Maria C.R.; MOSEGUI, Gabriela B.G.; VIANNA, Cid M.M. A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu – Paraná: a visão dos profissionais de saúde. *Ciências & Saúde coletiva*, v.17, n.10, p.2675-2685, 2012.

CRUZ, Marta V.; NUNES, Elaine; MENDONÇA, Lívia; CHAVES, Érika; FERNANDES, Maria L.L.A. Efeito do chá verde (*Camelia sinensis*) em ratos com obesidade induzida por dieta hipercalórica. *J. Bras. Patol. Med. Lab.* v.46, n.5, p.407-413, 2010.

FERREIRA, Helena L.; NEVES, Ludmila L.M; BINSFELD, Pedro C. A inserção dos fitoterápicos no complexo produtivo e inovação em saúde. *Inovação em Temas Estratégicos em Saúde Pública*. 1ª Edição. Brasília: Editora MS, 2011. V.1, p.104-119.

GONÇALVES, Maria L.Q.; Boas práticas para medicamentos fitoterápicos em escala magistral no setor público, 2009, 153 p., (dissertação) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

MACHADO, Eduardo C. Estratégias de emagrecimento e uso de substâncias para perder peso na cidade de Pelotas: Um estudo de base populacional. 2010. 550 p. Dissertação (Mestrado em Epidemiologia) – Universidade Federal de Pelotas, Rio Grande do Sul

SOARES, Erika I.; MENDONÇA, Lêda G. Chá ou fitoterápico? Um resgate histórico de como a legislação sanitária encara a planta medicinal desde o Brasil colônia. *Perspectivas da Ciência e Tecnologia*, Rio de Janeiro, v.2, n.1/2, p.20-31,2010

SOUZA, S.P.; PEREIRA, L.L.S.; SANTOS, C.D. Seleção de extratos brutos de plantas com atividade antiobesidade. *Revista Brasileira de Pl. Medicinai*s, Botucatu, v. 14, n.4, p.643-648, 2012.

Resumo

O objetivo principal do artigo é analisar a utilização de fitoterápicos em programas de tratamento de excesso de peso, com ênfase na Erva mate (*Ilex Paraguaienses*). No ano de 2006, a Organização Mundial de Saúde (OMS), constatou a existência de 1 bilhão e 600 mil indivíduos na faixa etária de 15 anos com sobrepeso e 400 milhões deles já classificados como obesos. Atualmente, a OMS faz uma projeção que em 2025 esse número suba consideravelmente, tendo 2,3 bilhões de adultos com sobrepeso e mais de 700 milhões de obesos e prevê que se nenhuma intervenção ocorrer, haverá 75 milhões de crianças obesas no mundo. A obesidade se consolida cada vez mais como um grave problema de saúde pública mundial. Na última década houve um aumento em pesquisas e tratamento da obesidade por meio da aplicação de fitoterápicos. Neste sentido, foi escolhido como método de pesquisa a revisão da literatura científica sobre o tema. A revisão bibliográfica é fundamental para compreender, descrever e aprofundar as questões que colocam os fitoterápicos com uma das práticas integrativa e complementar importante no tratamento da obesidade realizados por nutricionistas.

PALAVRAS CHAVES: Epidemia; Obesidade; Fitoterápicos; *Ilex paraguaienses*