

A FITOTERAPIA COMO ALTERNATIVA TERAPÊUTICA NO COMBATE À OBESIDADE INFANTIL

Phytotherapy as a therapeutic alternative to combat childhood
obesity

Fabício Ramos Penedo
Faculdade Unyleya

Wilson Paz da Silva
Caixa Econômica Federal

Rosangela Godinho Loureiro
Universidade Estácio de Sá

Gleiner Vinicius Vieira Costa
Universidade Estácio de Sá

Priscila Cavalcanti Armengol
Prefeitura Municipal da Cidade do Rio de Janeiro

Luiz Rogério Cordeiro de Oliveira
Universidade Estácio de Sá

Wesley Pinto da Silva
Universidade Estácio de Sá

Simone Godinho Loureiro
International Business Machines Corporation - IBM

Resumo: os fitoterápicos em simultânea à reeducação alimentar citaram respostas positivas, referente à perda de peso e diminuição dos níveis de gordura corporal, o que pode promover benefícios para adequada qualidade de vida e sobrevivência. O problema de pesquisas propõe descobrir: quais são as contribuições científicas que permeiam a fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade infantil. Este artigo propõe como objetivo geral, evidenciar as contribuições científicas acerca da fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade, e como objetivos específicos: indicar as características da fitoterapia e apresentar as contribuições científicas que permeiam a fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade infantil. O presente estudo utilizou uma abordagem qualitativa, com uma revisão bibliográfica de artigos científicos, livros e teses nas bases de dados SCIELO, Google Acadêmico, PUBMED e Periódicos CAPES, relacionados ao tema de fitoterapia e obesidade infantil. A primeira etapa do estudo consistiu em uma revisão teórica dos artigos científicos publicados entre 2016 e 2021, seguidas pela redação e discussão dos resultados obtidos. Esta pesquisa foi uma experiência enriquecedora, pois prestou a oportunidade de compartilhar conhecimento e trabalhar novas perspectivas.

Palavras-chave: Fitoterapia. Obesidade. Saúde.

Abstract:herbal medicines simultaneously with dietary reeducation cited positive responses, referring to weight loss and decrease in body fat levels, which can promote benefits for adequate quality of life and survival. permeate phytotherapy as a therapeutic alternative in the fight against childhood obesity? This work proposes as a general objective, to highlight the scientific contributions about phytotherapy as a therapeutic alternative in the fight against obesity, and as specific objectives: to indicate the characteristics of phytotherapy and to present the scientific contributions that permeate phytotherapy as a therapeutic alternative in the fight against childhood obesity . The present study used a qualitative approach, with a bibliographic review of scientific articles, books and theses in the SCIELO, Google Scholar, PUBMED and CAPES Periodicals databases, related to the topic of phytotherapy and childhood obesity. The first stage of the study consisted of a theoretical review of scientific articles published between 2016 and 2021, followed by writing and discussing the results obtained. This research was an enriching experience, as it provided the opportunity to share knowledge and work with new perspectives.

Keywords: Phytotherapy. Obesity. Health.

1 Introdução

Nos dias atuais são diversos os interessados à integrar os diversos programas de fitoterapia, assim como, a opção terapêutica eficaz com custo acessível à população. A relevância e inclusão dos fitoterápicos nos programas de farmacovigilância vêm sendo reconhecida, nos últimos anos em muitos países da Europa, como Reino Unido e Alemanha, onde variadas plantas foram submetidas à farmacovigilância, e muitas destas plantas foram retiradas do mercado, por significativos efeitos tóxicos com risco, se for administrado no ser humano.

A obesidade é um dilema crescente no Brasil, sendo cada vez mais notada tanto em adultos e jovens, como em crianças. A maior parte da sociedade brasileira que busca os insumos dietéticos tem como fundamental inquietação aprimorar o seu aspeto físico, contudo os centrais problemas consequentes do excesso de peso calham de patologias a ela conexas.

Este artigo delimita-se ao unir duas significantes temáticas da área da saúde, ou seja, a fitoterapia e a obesidade e propor entrosamento e avanços científicos neste segmento tão pouco explorado. O problema de pesquisas propõe descobrir: quais são as contribuições científicas que permeiam a fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade infantil?

A hipótese para essa pergunta permeia a quantidade de materiais científicos disponíveis capazes de provar a eficiência quanto ao estudo de plantas medicinais no combate aos distúrbios da obesidade infantil.

Este artigo propõe como objetivo geral, evidenciar as contribuições científicas a cerca da fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade, e como objetivos específicos: indicar as características da fitoterapia e apresentar as contribuições científicas que permeiam a fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade infantil.

A relevância desse artigo consiste na contribuição tanto para a sociedade, afim de contribuir para avanços pertinentes à alternativas aos distúrbios da obesidade infantil, como para o aumento de produção e conteúdos vinculados à comunidade científica.

Conforme afirmado por Gil (2010), a metodologia refere-se à maneira pela qual o aluno busca compreender a verdade dos fatos e descrever os fenômenos estudados de forma precisa. A pesquisa qualitativa não tem como objetivo medir ou relacionar fatos, mas sim obter dados descritivos que expressem os significados dos fenômenos em questão.

O presente estudo utilizou uma abordagem qualitativa, com uma revisão bibliográfica de artigos científicos, livros e teses nas bases de dados SCIELO, Google Acadêmico, PUBMED e Periódicos CAPES, relacionados ao tema de fitoterapia e obesidade infantil. A primeira etapa do estudo consistiu em uma revisão teórica dos artigos científicos publicados entre 2016 e 2021, seguidas pela redação e discussão dos resultados obtidos.

2 Desenvolvimento

Serão abordadas no decorrer deste artigo as temáticas acerca da crescente preocupação com a obesidade em escala mundial, que vem acompanhada de diversas doenças crônicas e impactos socioeconômicos negativos. Nesse sentido, a obesidade infantil é especialmente preocupante, e está relacionada a fatores como genética, ambiente e educação alimentar. A alimentação em excesso, falta de atividade física e consumo de alimentos ricos em gorduras e açúcares são os principais fatores de risco para o desenvolvimento da obesidade.

É necessária uma intervenção urgente para prevenir e combater a obesidade infantil, incluindo ações preventivas para todas as idades, com destaque para a infância. Fitoterápicos em conjunto com a reeducação alimentar mostraram respostas positivas na perda de peso e na diminuição dos níveis de gordura corporal.

2.1 As características e contribuições da fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade infantil.

De acordo com Figueredo, Gurgel e Gurgel Junior (2014) a fitoterapia é o estudo das plantas medicinais e suas ações de cura para enfermidades. A fitoterapia surgiu de modo autônomo na maioria dos povos, em diversas regiões pelo mundo. Na região da China, se tem registros que, por volta de 3000 a.C., o imperador Cho-Chin-Kei, delineou as características do Ginseng e da Cânfora.

De acordo com Ferreira e Pinto (2010) no extenso processo evolutivo, o homem aprendeu a selecionar plantas para a sua alimentação, tal como, para o conforto de seus males e doenças. Muitos povos passaram a dominar e ter o conhecimento, no uso de plantas e das ervas medicinais, tendo como resultado deste processo.

De acordo com Antunes, Cardoso e Da Silva Paula (2017), a obesidade é uma doença crônica que resulta do acúmulo excessivo de gordura corporal e pode causar danos à saúde física e mental do indivíduo. Pesquisas indicam que a erva-mate tem um alto potencial para ajudar na perda de peso e reduzir a resposta inflamatória associada à obesidade. No entanto, ainda não foi possível entender completamente o mecanismo de ação envolvido no uso da erva-mate como um complemento no tratamento da obesidade.

Conforme Santos (2021) o consumo de chás como coadjuvante no procedimento de obesidade manifesta-se promissor, mas as plantas podem aparecer efeitos adversos, além de não haver um consenso sobre a dosagem adequada. Além disto, vale destacar que o procedimento deve estar adequada com alimentação e a prática física correta, com profissional qualificado para certificar resultados melhores.

Consoante Alves (2020) a obesidade é uma questão de caráter pandêmico, multiétnico, acontece em países de alta, média e baixa renda (mormente em áreas urbanas), em homens e mulheres, e em todas as faixas etárias. O Brasil não está resistente aos efeitos da enfermidade, mesmo em suas regiões mais pobres. A prática de atividades educativas evita fatores de risco em pacientes obesos, estabelece o adequado controle da obesidade, com a mudança no estilo de vida.

Segundo Gonzáles (2007) o crescimento da obesidade em escala mundial e as doenças crônico-degenerativas associadas diminuem a qualidade de vida e causam significativos impactos socioeconômicos. A obesidade dobrou entre adultos e crianças e triplicou entre os adolescentes, fazendo com que os educadores modificassem sua visão sobre a questão.

Complementa Gonzáles (2007) que a transversalidade acolhe o reforço dos conceitos em diversas disciplinas, estimulando as crianças a envolverem no plantio das hortas e a consentirem as variações na merenda, com o aumento no consumo de vegetais e frutas. Nas reuniões, os pais recebem informações sobre a alimentação e as variações no almoço, e constataam que atentam as reações dos filhos em casa.

De acordo com Cavalcante et al. (2019) a obesidade infantil está condicionada aos vários fatores exógenos e endógenos, como a genética, o âmbito no qual a criança está inserida e a educação alimentar. Nos dias atuais, identifica-se como uma questão de saúde pública.

Conforme Souza e Lima (2020) a alimentação em demasia, diminuição da prática de atividade física, assim como a ingestão de alimentos ricos em gorduras e açúcares, são fatores rotineiros relacionados à sua etiologia. Nota-se a necessidade de intervenção para diminuir o avanço desenfreado da obesidade infantil, com o desenvolvimento de estratégias preventivas para todas as idades, preferencialmente iniciando pela infância, considerando todos os aspectos decisivos no aumento do peso, minimizando as consequências resultantes desta enfermidade crônica.

Segundo De Oliveira et al. (2017) a obesidade é uma enfermidade crônica, não transmissível nos dias atuais, considerada uma epidemia mundial que vem progredindo depressa, acometendo enorme parcela da população. Os fitoterápicos em simultânea à reeducação alimentar citaram respostas positivas, referente à perda de peso e diminuição dos níveis de gordura corporal, o que pode promover benefícios para adequada qualidade de vida e sobrevida.

De acordo com Da Conceição et al. (2018) considera-se que a maior parte dos fitoterápicos são comercializados sem prescrição médica, havendo a necessidade de esclarecimentos dos usuários, sendo que muitos destes requerem o uso certo, para que não aconteça efeitos colaterais graves, salienta-se a necessidade da prescrição por um responsável técnico.

Consoante Alves (2018) a obesidade é um dos distúrbios frequentes, analisados no exercício médico, inclusive, de complexo tratamento. Sua característica prevalece dos processos biológicos, psicológicos e sociais. Apesar disso, em estudos contemporâneos pouco se encontra descrito sobre a segurança, eficácia e posologia dessas plantas para uso medicinal. Assim sendo, existe a necessidade de mais estudos que fundamentem a eficácia e segurança destas plantas e de forma exclusiva, referente à obesidade.

Segundo Ferreira (2013), o aumento demasiado de produtos de saúde à base de ervas deve-se muito ao motivo de ser o primitivo alvo de escolha da sociedade, quando deparadas com insignificantes patologias, visto que, a sociedade imprime que tudo o que é natural é bom, e não constitui um problema para a saúde, ao contrário dos medicamentos sintéticos com os seus efeitos adversos associados.

Complementa Ferreira (2013) que nem sempre isto ocorre, podendo os medicamentos compostos de extratos vegetais, originarem lesões em diferentes órgãos, assim como interações com outros medicamentos administrados simultaneamente. Relacionam-se da mesma forma, determinadas interações que podem acontecer com a coadministração de outras terapêuticas, certificando-se que, embora a fitoterapia seja uma aposta com muitos benefícios, é indispensável o uso racional da mesma.

De acordo com Ferreira e Pinto (2010), a natureza é palco de uma batalha constante pela sobrevivência, na qual as plantas competem por espaço e precisam se defender de ataques de herbívoros e patógenos. Ao longo dos anos, as plantas desenvolveram defesas químicas, resultando em uma constituição química complexa, incluindo metabólitos secundários que podem modular seus próprios metabolismos e atingir alvos terapêuticos em humanos.

Da Cunha (2003) ressalta que o conhecimento sobre plantas medicinais acompanhou a evolução do homem ao longo dos tempos, desde as civilizações primitivas até hoje. A descoberta empírica de plantas com propriedades curativas foi transmitida oralmente e, mais tarde, compilada por escrito como um tesouro precioso.

Segundo Bruning, Mosegui e Vianna (2012) a fitoterapia com o uso de plantas medicinais constituem a prática da medicina popular, que complementa o tratamento comumente empregado à população de baixa renda. Para compor a fitoterapia é essencial capacitar os profissionais de saúde sobre o tema, desde o cultivo da planta medicinal até a sua prescrição, adequando ao uso racional destes medicamentos.

De acordo com Silveira, Bandeira e Arrais (2008) os fitoterápicos são administrados, por automedicação ou por prescrição médica, sendo que a maioria não tem seu perfil tóxico, comumente conhecido. O expressivo número de reações adversas, reportados são possivelmente justificados pelo crescimento e interesse da população pelas terapias naturais, notado nas últimas décadas. A farmacovigilância de plantas medicinais e fitoterápicas consiste numa preocupação emergente, e com o sistema internacional será capaz de identificar os efeitos indesejáveis ocultos, mensurar e definir os fatores de riscos e procedimentos, padronizar os termos, expressar as experiências, dentre outros, aprovando seu uso de forma segura e eficaz.

Conforme Figueiredo, Gurgel e Gurgel Junior (2014) vislumbra-se determinada política pública, afim de propiciar um tratamento alternativo, com menores custos do que os medicamentos em gerais ou fármacos, pelo simples fato das plantas medicinais serem acessíveis à população, visto que, resgata a crença e o costume popular, participando a sociedade como um todo, dentre outros facilitadores, para a sua implementação.

3 Considerações Finais

Este artigo atesta a hipótese quanto a defasagem de produção e materiais científicos disponíveis capazes de provar a eficiência quanto ao estudo de plantas medicinais no combate aos distúrbios da obesidade infantil. Os objetivos foram alcançados com a elaboração das principais fontes da pesquisa bibliográfica ao indicar as características da fitoterapia e apresentar as contribuições científicas tem permeiam a fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade infantil.

O crescimento da obesidade em escala mundial e as doenças crônico-degenerativas associadas diminuem a qualidade de vida e causam significativos impactos socioeconômicos. A obesidade dobrou entre adultos e crianças e triplicou entre os adolescentes, fazendo com que os educadores modificassem sua visão sobre a questão. A obesidade infantil está condicionada aos vários fatores exógenos e endógenos, como a genética, o âmbito no qual a criança está inserida e a educação alimentar. Nos dias atuais, identifica-se como uma questão de saúde pública.

A alimentação em demasia, diminuição da prática de atividade física, assim como a ingestão de alimentos ricos em gorduras e açúcares, são fatores rotineiros relacionados à sua etiologia. Nota-se a necessidade de intervenção para diminuir o avanço desenfreado da obesidade infantil, com o desenvolvimento de estratégias preventivas para todas as idades, preferencialmente iniciando pela infância, considerando todos os aspectos decisivos no aumento do peso, minimizando as consequências resultantes desta enfermidade crônica.

A obesidade é uma enfermidade crônica, não transmissível nos dias atuais, considerada uma epidemia mundial que vem progredindo depressa, acometendo enorme parcela da população. Os fitoterápicos em simultânea à reeducação alimentar citaram respostas positivas, referente à perda de peso e diminuição dos níveis de gordura corporal, o que pode promover benefícios para adequada qualidade de vida e sobrevida.

Realizar essa pesquisa foi uma vivência muito valiosa, já que permitiu compartilhar conhecimentos e explorar novas perspectivas. É altamente aconselhável prosseguir com estudos sobre o uso de plantas medicinais como uma alternativa terapêutica para tratar a obesidade infantil, tanto no setor público quanto privado. Os resultados obtidos neste estudo podem ser de grande utilidade para pesquisadores, que podem se inspirar neles para investigar outras linhas de pesquisa.

Referências

ALVES, Cristiano Alberto de Lima. **Revisão bibliográfica sobre caracterização de fitoterápicos com potencial de uso para emagrecimento**. 2018.

ALVES, Francisco Bionaldo. **Obesidade como fator de risco para saúde na UBS de Icarai no município de Amontada**. Universidade Federal do Ceará (UFC). 2020.

ANTUNES, Angélica; CARDOSO, Danna Sampaio; DA SILVA PAULA, Cristiane. Efeito da *Ilexparaguariensis* a. St. Hil.(Erva Mate) **no controle da obesidade**. Visão Acadêmica, v. 18, n. 1, 2017.

BRUNING, Maria Cecilia Ribeiro; MOSEGUI, Gabriela Bittencourt Gonzalez; VIANNA, Cid Manso de Melo. **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**. Ciência & saúde coletiva, v. 17, p. 2675-2685, 2012.

CAVALCANTI, Bruna Garbelini et al. **Análise clínica e social da obesidade infantil: relato de caso**. equipe editorial. Anais II Encontro Científico da Humanitas, vol.2(2), Out/2019. 2019.

DA CONCEIÇÃO, Francileine Rodrigues et al. **Terapia complementar: A comercialização de fitoterápicos para o controle do peso em um município do Maranhão**. Revista Eletrônica Acervo Saúde/ElectronicJournalCollection Health ISSN, v. 2178, p. 2091, 2018.

DA CUNHA, A. Proença. **Aspectos históricos sobre plantas medicinais, seus constituintes activos e fitoterapia**. da Cunha AP, da Silva AP, Roque OR. Plantas e produtos vegetais em fitoterapia. 4ª ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2003.

DE OLIVEIRA, Ana Paula et al. **Avaliação dos efeitos de fitoterápicos termogênicos em parâmetros antropométricos de pacientes com sobrepeso e obesidade**. RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 11, n. 68, p. 667-676, 2017.

FERREIRA, Miguel Rita Jacinto. **A Fitoterapia no combate à obesidade**. 2013. Tese de Doutorado.

FERREIRA, Vitor F.; PINTO, Angelo C. **A fitoterapia no mundo atual**. Química nova, v. 33, n. 9, p. 1829-1829, 2010.

FIGUEREDO, Climério Avelino de; GURGEL, Idê Gomes Dantas; GURGEL JUNIOR, Garibaldi Dantas. **A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos:**

construção, perspectivas e desafios. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 24, p. 381-400, 2014.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa** (5a. ed.), Editora Atlas S.A., 2010.

GONZÁLES, Maria das Graças Patricio. **Iniciativas das escolas públicas e particulares na prevenção da obesidade infantil no Município de Amparo-SP.** 2007.

SANTOS, Waléria. **Chá e emagrecimento: uma revisão integrativa.** UniAGES Centro Universitário. Bacharelado em Nutrição Monografia. 2021.

SILVEIRA, Patrícia Fernandes da; BANDEIRA, Mary Anne Medeiros; ARRAIS, Paulo Sérgio Dourado. **Farmacovigilância e reações adversas às plantas medicinais e fitoterápicos: uma realidade.** Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 18, p. 618-626, 2008.

SOUSA, Andréia Lima de; LIMA, Marluce Pereira Damasceno. **Controle da obesidade infantil em escolares municipais de conceição do Canindé-PI.** Monografia. Universidade Federal do Piauí (UFPI). 2020.