



FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

JÉSSICA SCHMITZ GOMES

**O USO IRRACIONAL DE MEDICAMENTOS
FITOTERÁPICOS NO EMAGRECIMENTO:
UMA REVISÃO DE LITERATURA**

ARIQUEMES - RO
2016

Jéssica Schmitz Gomes

**O USO IRRACIONAL DE MEDICAMENTOS
FITOTERÁPICOS NO EMAGRECIMENTO:
UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Monografia apresentada ao curso de Graduação em Farmácia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, como requisito parcial à obtenção do grau de bacharel em: Farmácia.

Prof. Orientador: Ms. Nelson Pereira da Silva Junior

Ariquemes – RO

2016

Jéssica Schmitz Gomes

**O USO IRRACIONAL DE MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS
NO EMAGRECIMENTO:
UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Monografia apresentada ao curso de Graduação em Farmácia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, como requisito parcial à obtenção do grau de bacharel.

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof.º Orientador: Ms. Nelson Pereira da Silva Junior
Faculdade de Educação e Meio Ambiente- FAEMA

Prof.ª Ms. Vera Lucia Matias Gomes Geron
Faculdade de Educação e Meio Ambiente- FAEMA

Prof.ª Esp. Regiane Rossi Oliveira Lima
Faculdade de Educação e Meio Ambiente- FAEMA

Ariquemes, 17 de novembro de 2016.

A Deus e, aos meus pais que sempre
me apoiaram e me incentivaram a mais
essa conquista.

AGRADECIMENTOS

A Deus primeiramente, pela vida e saúde. Aos meus pais, Gerson e Inês por tudo que me ensinaram, pelos valores passados, amor, atenção, dedicação e incentivo e que sempre acreditaram na minha capacidade.

Aos amigos que conheci e que se tornaram especiais e me acompanharam ao longo desses anos.

A professora Rosani Aparecida Alves Ribeiro de Souza, pela dedicação ao passar os seus conhecimentos, auxiliando nas dificuldades deste projeto.

E ao professor Nelson Pereira da Silva Júnior, por aceitar me orientar neste estudo, disponibilizando tempo e atenção e me incentivando para a conclusão deste trabalho.

Agradeço á todos que de alguma forma me ajudaram para a realização deste estudo, com dedicação e êxito.

“... E o seu fruto servirá de alimento e a sua folha de remédio”.
Velho Testamento - Ezequiel, 47:12.

RESUMO

Muitas pessoas vão à busca de um tratamento adequado e eficiente para a obesidade e, na maioria das vezes, optam por medicamentos fitoterápicos e dessa forma, acabam se automedicando. A automedicação é um ato muito comum entre as pessoas, e os fitoterápicos não possuem os seus efeitos tóxicos bem declarados e com isso o uso incorreto desses medicamentos pode acarretar sérios problemas. O presente estudo teve por objetivo discorrer sobre o uso incorreto dos fitoterápicos pela população, o que foi permitido por meio de uma revisão de literatura. O uso de fitoterápicos sem um conhecimento adequado pode induzir à graves problemas, por isso a presença do farmacêutico é de suma importância para uma orientação apropriada aos pacientes, a fim de evitar problemas de automedicação.

Palavras-chave: Fitoterápicos; Fitoterápicos no emagrecimento; Obesidade.

ABSTRACT

Many people go to the search for an appropriate and effective treatment for obesity and, most often, opt for herbal medicines and thus end up self-medicating. Self-medication is a common act among people, and herbal medicines do not have their well declared toxic effects and that the misuse of these drugs can result in serious problems. This study aimed to discuss the incorrect use of herbal medicines by the population, which was allowed by a literature review. The use of herbal medicines without proper knowledge can lead to serious problems, so the pharmacist presence is very important for proper guidance to patients in order to avoid self-medication problems.

Keywords: Herbal medicines; Herbal medicines in weight loss; Obesity.

LISTA DE ABREVEATURAS E SIGLAS

OMS	Organização Mundial de Saúde
IMC	Índice de Massa Corporal
SCIELO	<i>Scientific Electronic Library Online</i>
ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária
RBONE	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento
FAEMA	Faculdade de Educação e Meio Ambiente
a.C	Antes de Cristo
PNPMF	Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
CFN	Conselho Federal de Nutrição
PR	Paraná
AHC	Ácido- Hidroxicítrico

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
2 OBJETIVOS	13
2.1 OBJETIVO GERAL	13
2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS	13
3 METODOLOGIA	14
4 REVISÃO DE LITERATURA	15
4.1 PLANTAS MEDICINAIS: HISTÓRICO	15
4.2 A HISTÓRIA DOS FITOTERÁPICOS	17
4.3 PLANTAS MEDICINAIS & FITOTERÁPICOS	18
4.4 ALOPÁTICOS& FITOTERÁPICOS	19
4.5 OBESIDADE	20
4.6 O USO DE FITOTERÁPICOS NO EMAGRECIMENTO.....	21
4.6.1 <i>Camellia sinensis</i>	22
4.6.2 <i>Garcinia cambogia</i>	23
4.6.3 <i>Caralluma fimbriata</i>	24
4.7 A ATENÇÃO FARMACÊUTICA NO USO DE FITOTERÁPICOS.....	25
CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
REFERÊNCIAS	29

INTRODUÇÃO

Pesquisas relatam que a obesidade é um dos problemas que mais atingem a população mundial. É uma enfermidade caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, sendo considerado um fator de risco para diversas doenças como a Diabetes tipo II, doenças cardíacas, hipertensão, entre outras. Além de ocasionar prejuízo a saúde de indivíduos, a obesidade é um assunto problemático muito discutido perante a população, devido a pressão psicológica que afeta pessoas, principalmente jovens do sexo feminino, que se julgam não satisfeitas com o seu corpo e acabam optando por dietas e formas milagrosas para a perda de peso, mas não levam em consideração que o uso excessivo e sem aconselhamento de um profissional da saúde, pode, muitas vezes ocasionar um problema ainda maior mais à frente. (JÚNIOR, 2012).

[...] A Organização Mundial de Saúde (OMS) em 2012 define a obesidade como o índice de massa corporal (IMC) igual ou superior a 30 kg/ m². Sendo a obesidade e sobrepeso a quinta maior doença que mata no mundo, e que pelo menos 2,8 milhões de adultos morrem a cada ano como resultado do excesso de peso. Nessa faixa de peso, o risco de morte por diabetes, doenças cardiorrespiratórias, cérebro-vasculares e neoplasias são significativamente maiores. (OLIVEIRA; CORDEIRO, 2013, p.98).

Existem várias terapias para o tratamento da obesidade, uma delas é a fitoterapia. A fitoterapia é considerada um método natural preventivo, que emprega vegetais frescos, drogas vegetais ou extratos vegetais e consiste na cura pelas plantas. (OLIVEIRA; AKISUE, 2005). A busca pelos medicamentos fitoterápicos vem aumentando bastante, já que muitos acreditam nos benefícios do tratamento natural, além disso, a fitoterapia vem a ser uma terapia não agressiva, de baixo custo e fácil acesso. Isso faz com que, as pessoas busquem essa alternativa, como método de cura e prevenção. (CRUZ; ALVIM, 2013).

Estudos mostram que os fitoterápicos agem no organismo como moderadores de apetite ou aceleradores de metabolismo, promovendo redução da ingestão alimentar, diminuindo os níveis séricos de colesterol, além de ação antioxidante, diurética e lipolítica. Esses efeitos ocorrem devido aos princípios ativos de cada fitoterápico dentro das doses recomendadas, cada um com função específica, gerando assim a ação terapêutica. (VERRENGIA; KINOSHITA; AMADEI, 2013).

Fitoterápicos são extraídos de plantas medicinais e seus ingredientes ativos podem aliviar os sintomas e até mesmo curar doenças, porém podem apresentar efeitos adversos. Pesquisas relatam que pelo menos 25 % dos lucros da indústria farmacêutica brasileira são obtidos através de vendas de derivados de plantas, o que continua a crescer a cada ano. (FERREIRA; MOREIRA; CÁRIA et al., 2014).

São considerados medicamentos fitoterápicos aqueles obtidos a partir de derivados de plantas, no propósito de promover a saúde. São vistos como produtos naturais, mas não são totalmente isentos de toxicidade. De acordo com Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), devem apresentar finalidade curativa e benéficas para o consumidor. As plantas medicinais são consideradas o meio mais antigo de tratamento das doenças, e sua diferença comparada aos fitoterápicos está, no fato das mesmas terem a finalidade de cura. Já os fitoterápicos são aqueles com substâncias isoladas e padronizadas., segundo a ANVISA. (BATISTA; CHAVES; JUNIOR, 2013).

Este trabalho se justifica porque moramos em uma região amazônica, com enorme diversidade da fauna e flora. É muito comum o consumo de plantas medicinais e fitoterápicos e o uso inadequado pode causar danos ao usuário.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Discorrer sobre a prática da automedicação com medicamentos fitoterápicos.

2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Comentar sobre o histórico da utilização de fitoterápicos e plantas medicinais;
- Diferenciar Medicamentos alopáticos e fitoterápicos;
- Destacar os fitoterápicos mais utilizados para o emagrecimento;
- Discorrer sobre a automedicação incorreta com fitoterápicos;
- Relatar a atenção farmacêutica na dispensação de fitoterápicos.

3 METODOLOGIA

O estudo foi desenvolvido através de uma revisão de literatura de artigos publicados nos últimos onze anos (2005-2016), outros materiais como livros e artigos acadêmicos também foram incluídos neste estudo, com o intuito de identificar os problemas encontrados através do uso incorreto de medicamentos fitoterápicos no emagrecimento.

Foram encontrados 41 artigos, sendo 40 na literatura nacional e 1 na internacional. A consulta foi realizada através de bases online, como *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento (RBONE) e ANVISA. Além de livros disponíveis na biblioteca “Júlio Bordignon” da Faculdade de Educação e Meio Ambiente- FAEMA, Ariquemes, Rondônia. Os principais descritores utilizados para essa busca foram: Fitoterápicos, Fitoterápicos no emagrecimento, Obesidade.

4 REVISÃO DE LITERATURA

4.1 PLANTAS MEDICINAIS: HISTÓRICO

A fitoterapia é tão antiga quanto a civilização humana, tendo surgido entre povos antigos, que buscavam através de plantas, a cura para enfermidades. Plantas medicinais eram utilizadas muito antes de aparecerem qualquer medicamento, onde civilizações antigas as usavam como alimento e outras como remédio para os enfermos. (TOMAZZONI; NEGRELLE; CENTA, 2006). Como não havia um conhecimento sobre essas plantas, muitas delas acabavam causando fortes efeitos colaterais, e algumas até matando as pessoas que faziam o seu uso, mas outras, por sua vez, serviam de cura. Além disso, há relatos que, bem antigamente na pré-história, essas plantas já eram utilizadas como alimento pelo homem pré-histórico. Eles observavam o comportamento de animais silvestres ao ingerirem as plantas, pois, dificilmente eles se enganavam ao diferenciarem plantas tóxicas, das alimentícias. E com isso, o homem notava que algumas eram venenosas e já outras, poderiam servir como alimento. (PRADO et al., 2010).

Assim, acredita-se que o uso das plantas medicinais foi o primeiro método utilizado pelo homem para o tratamento e alívio das enfermidades. (ARAÚJO; SILVA; TAVARES et al., 2014).

As primeiras descobertas foram na China, em 3000 (a.C), onde o imperador chinês catalogou 365 ervas medicinais e venenos, utilizados na época. (FIRMO; MENEZES; PASSOS et al., 2011).

Os chineses, egípcios, hindus, e gregos, foram os primeiros a catalogar as ervas medicinais. Os antigos egípcios experimentaram várias plantas, e desse modo descobriram muitos poderes curativos. Por volta de 2980-2900 (a.C), o curandeiro Imhotep, ficou conhecido como o primeiro médico egípcio, que fazia o uso de ervas medicinais em seus preparos mágicos. Nessa época, as plantas medicinais eram na maioria das vezes escolhidas por seu cheiro, pois os povos acreditavam que alguns tipos de aromas afastavam os espíritos das enfermidades. Essa crença teve percurso até a Idade Média, onde os médicos usavam um aparelho sobre o nariz para perfumar o ar que respiravam. (ALMEIDA, 2012).

Além disso, os egípcios utilizavam muitas outras ervas com inúmeros efeitos diferenciados para embalsamar cadáveres, com o intuito de evitar a deterioração. (LAMEIRA; PINTO, 2008).

Hipócrates (460-361 a.C), conhecido como o pai da medicina, estabeleceu em sua obra *Corpus Hipocratium*, os conhecimentos médicos adquiridos em seu tempo, relatando o remédio vegetal e o tratamento para cada enfermidade. Teofrasto (372-285 a.C.), catalogou 500 espécimes vegetais. Crateús, que viveu no século I antes de Cristo, publicou a primeira obra que se tem conhecimento na história, “Rhizotomikon”, sobre plantas medicinais com ilustrações. (DUTRA, 2009).

Dioscórides médico grego enumerou mais de 600 plantas medicinais e seus usos em seu tratado, *De Matéria Médica*. (TOMAZZONI; NEGRELLE; CENTA, 2006).

Galeno, médico grego, foi o primeiro a tratar as câibras com a erva ruibarbo, importada da China. Colecionou inúmeros medicamentos e originou a Farmácia Galênica. Devido à queda do império Romano e eventos históricos, muitos escritos gregos foram esquecidos e só algumas partes recuperadas no início do século XVI. No século XIII, viveu o árabe Abd- Allah Ibn Al-Baitar, considerado o maior especialista árabe no campo da botânica. Viajou por muitos países, a fim de dados para o seu livro. Descreveu mais de 800 plantas, em sua obra. No ano de 1484, foi impresso o primeiro livro sobre o cultivo de ervas medicinais, no qual continha material descrito por Dioscórides. Com a invenção da imprensa, inúmeros livros começaram a aparecer por toda a Europa. Em vários destes apareciam obras descritas por Hipócrates, Galeno, Dioscórides e Aristóteles. (JORGE, 2013).

Em 1542, na Alemanha, originou-se a primeira farmacopeia, com 300 espécies de ervas medicinais, recorridas de todas as partes do mundo. E assim, no final do século XVI já havia jardins botânicos em várias universidades. (DUTRA, 2009).

No Brasil, a utilização de plantas tanto comestíveis, como terapêuticas, teve início logo após a chegada dos primeiros habitantes. Os índios que ali viviam, utilizavam inúmeras plantas medicinais, e seus conhecimentos foram passados de geração a geração. Entretanto, com o passar dos anos, a fitoterapia teve um grande avanço no século XIX, graças ao progresso científico na área da química, permitindo assim, a identificação dos princípios ativos das plantas, e assim os fitoterápicos

foram ganhando um grande espaço no mercado farmacêutico. (CORRÊA; SANTOS et al., 2012).

As plantas sempre estiveram ligadas ao homem e sempre estarão sendo usadas diariamente tanto para doenças, como para usos estéticos. Entretanto, é comum que o uso destas venha a ocasionar muitas confusões, principalmente na hora da identificação da planta, na forma em que ela está sendo administrada, podendo assim se ter um uso incorreto, que pode acabar levando a uma intoxicação, muitos desses erros podem ocorrer, até mesmo na compra ou venda da planta errada. É importante saber as formas de manipulação, coleta e o uso terapêutico dessas ervas. (COSTA, 2015).

A falta de informações adequada sobre as propriedades das plantas medicinais, seu consumo concomitante com os medicamentos alopáticos sem aviso ao médico e, a falta de conhecimento sobre os efeitos medicinais e tóxicos das plantas, assim como a capacidade de identificá-las são fatores preocupantes da automedicação. (ALBUQUERQUE; HANAZAKI, 2006). Portanto, faz-se necessário esclarecer a população sobre alguns pontos essenciais para o uso racional de plantas medicinais. Isso é importante para que o profissional de saúde indique a terapêutica a ser usada. (TÔRRES et al., 2005).

4.2 A HISTÓRIA DOS FITOTERÁPICOS

Antigamente, no início do século da colonização, a utilização das plantas medicinais era patrimônio somente dos índios. Populações utilizavam medicamentos exportados da Europa e, não havia ainda um conhecimento adequado para o armazenamento correto das ervas. Muitos anos foram necessários para que as plantas medicinais fossem conhecidas mundialmente, mas muitos extratos já eram utilizados desde os primeiros séculos da colonização e os medicamentos mais utilizados eram os fitoterápicos. (GIRALDI; HANAZAKI, 2010).

Teve-se então a descoberta do princípio ativo existente dentro de cada planta, o qual possibilitou o tratamento das patologias e a cura dos sinais e sintomas de cada uma. Isso levou a continuidade da utilização de plantas medicinais como forma de tratamento. Mas por falta de desenvolvimento, no Brasil, os medicamentos fitoterápicos passaram a ser feitos a partir de plantas exportadas. Nas décadas de

70 e 80, ocorreu o crescimento da medicina alternativa, entre elas a fitoterapia. Segundo a OMS, em 1980 o mercado mundial de fitoterápicos e produtos naturais forneceu 500 milhões de dólares. E a previsão era que em 2000 somente na Europa, adquirissem esse valor em vendas. Isso despertou um grande interesse no uso de plantas medicinais e a população estava optando por métodos mais naturais para o tratamento das patologias. Muitos fatores ainda contribuíram para o interesse na utilização das ervas. (BRUNING; MOSEGUI; VIANNA, 2012).

No Brasil o uso de plantas medicinais é promovido também pela crise econômica que afeta o país, o que leva ao difícil acesso da população à assistência médica e farmacêutica. O alto custo dos medicamentos industrializados entra também como um fator responsável por levar a população a questionar sobre o assunto já que, os medicamentos fitoterápicos são mais baratos que os industrializados. Entretanto, a maior parte dos fitoterápicos utilizados atualmente por automedicação ou por prescrição médica não tem seu perfil bem comprovado, e a utilização incorreta, pode acarretar em problemas graves, além dos riscos como, contraindicações ou interações com outros medicamentos. (SILVEIRA; BANDEIRA; ARRAIS, 2008).

4.3 PLANTAS MEDICINAIS & FITOTERÁPICOS

A fitoterapia consiste em uma medicina alternativa, relativa à utilização de plantas para o tratamento de doenças. É importante ressaltar que, plantas medicinais e fitoterápicos, são termos diferentes, mas, muitos costumam confundir. Para serem considerados fitoterápicos, as folhas, flores, sementes ou raízes de plantas, com conhecido efeito farmacológico, passam por um processo de industrialização, e assim transformam-se em cápsulas, pomadas, ampolas ou pó. Então, são vendidos em farmácias e drogarias sob a permissão da ANVISA. (BRASIL, 2010a).

O governo brasileiro estabelece, em seu Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), planta medicinal como: espécie vegetal cultivada ou não com propósitos terapêuticos e, fitoterápico como: produto obtido de planta medicinal, ou de derivados, exceto substâncias isoladas, destinado à cura. (ARAÚJO; SILVA; TAVARES et al., 2014).

Na procura por medicamentos menos agressivos e um estilo de vida mais saudável a população vai em busca dos fitoterápicos, que julgam ser de fonte natural, e por isso não irão fornecer malefícios à saúde. (COSTA, 2015).

Na sua formulação, o que atua na cura são os princípios ativos e o mesmo pode produzir tanto reações favoráveis, como desfavoráveis. Um dos fatores que podem ser responsáveis por isso, é o armazenamento caseiro dessas plantas, onde estas podem supostamente serem atingidas por substâncias nocivas. Por isso é necessário manter essas plantas em responsabilidades dos laboratórios, pois lá eles as cultivam em ambientes fechados, onde são isentos de riscos de serem afetados por alguma substância tóxica, e não armazenar por muito tempo, pois podem perder seus efeitos medicinais. Deve-se evitar misturar essas plantas com outras plantas medicinais, pois a combinação entre elas pode resultar em efeitos negativos. (BRASIL, 2013).

Atualmente o uso de fitoterápicos vem sendo utilizado por diversas populações, desde os mais jovens até os mais idosos. Vem sendo cada vez mais frequente a procura de medicamentos fitoterápicos por pacientes obesos, com o objetivo de perder peso. Vale ressaltar que esses medicamentos auxiliam no processo de emagrecimento, mas, somente eles não são necessários, requerem também uma alimentação adequada e a prática de exercícios diariamente. É importante lembrar que, os fitoterápicos podem ser aceitos por uns pacientes, mas recusados por outros, que possuem o mesmo problema. Por isso os pacientes devem seguir conforme o seu receituário, exigido pelo médico. (CRUZ; ALVIM, 2013).

4.4 ALOPÁTICOS& FITOTERÁPICOS

A alopatia é uma medicina tradicional, que tem por objetivo a cura pelo contrário, ou seja, corresponde ao uso de medicamentos que produzem um efeito contrário à doença a ser combatida, a fim de diminuir e amenizar a dor. A alopatia recorre a inúmeras formas de reações no corpo para combater os sintomas provocados pela doença, através de medicamentos de síntese química. Muitos indivíduos obesos procuram por medicamentos de síntese química, ou até mesmo

se submetem à cirurgia como um tratamento para obesidade, sem ao menos tentarem a ajuda não farmacológica ou fitoterápica. (PINTO, 2013).

Os medicamentos alopáticos ou (sintéticos) são produzidos na indústria ou em farmácias de manipulação, de acordo com a prescrição médica, só que o seu uso pode ocasionar diversos efeitos colaterais e toxicidade. Muitas pessoas associam o uso de medicamentos fitoterápicos com os alopáticos, sem levar em conta os riscos que podem estar obtendo ao ingerirem esses medicamentos juntos. A interação entre ambos pode resultar em redução da eficácia e aparecimentos de reações adversas. (FRANÇA et al., 2008).

Os medicamentos alopáticos são os produtos farmacêuticos mais vendidos em farmácias e drogarias, mas são bastante conhecidos por causar dependência, além das inúmeras reações e toxicidade que pode vir acometer aos pacientes que fazem o seu uso, principalmente o de calmantes. (BRASIL, 2010a).

4.5 OBESIDADE

A obesidade é definida como uma enfermidade que se caracteriza por um grande acúmulo de gordura corporal. É considerado um problema de saúde pública mundial podendo ocasionar outros tipos de doenças muito prevalentes na população. As mais comuns são: Diabetes do tipo II, hipertensão e doenças cardiovasculares. (MARIATH; GRILLO; SILVA et al., 2007).

A obesidade também pode causar alterações comportamentais, já que nos dias atuais as pessoas obesas ainda sofrem certa discriminação, isso, contribui para que as mesmas sofram distúrbios psicossociais. A depressão é uma doença que pode vir a ocasionar essas pessoas. Isso ocorre devido à pressão psicológica que esses obesos sofrem no dia a dia, causando assim, um grande impacto em suas vidas sociais. Muitos pacientes não se sentem satisfeitos com o seu peso corporal e além disso, sofrem com o preconceito no dia a dia, o que pode ocasionar um grande desequilíbrio emocional e vir a complicar ainda mais a vida dos mesmos. (ALMEIDA; ZANATTA; REZZENDE, 2012)

A obesidade caracteriza-se como uma condição anormal, podendo ser definida por vários fatores, um deles é a genética, que ocorre naqueles casos em que vem de geração em geração. Mas, os principais fatores são o sedentarismo e a

alimentação inadequada, juntamente aos desequilíbrios emocionais, como a ansiedade, que traz o desejo incontrolável e compulsório de comer exageradamente. Alguns medicamentos também favorecem a condição de obesidade. (WEISHEIMER; FILHO, NEVES et al., 2015).

Podemos destacar aqui alguns casos que ocorrem diariamente em farmácias, onde o paciente obeso, ou até mesmo, aqueles que não são obesos, mas estão à procura de medicamentos e soluções que os ajudem a perder peso, vão e compram medicamentos que algum amigo ou conhecido o indicou, sem conhecimento se o mesmo vai servir de uso correto para tal enfermidade, ou controversa, vão lá e compram e não pedem orientação e acabam fazendo o uso incorreto do medicamento. Isso ainda ocorre muito entre pacientes obesos, que acabam assim, complicando ainda mais a sua situação. Entre esses medicamentos, destacam-se os fitoterápicos, que são muito conhecidos no combate à obesidade. É importante ressaltar que, fitoterápicos são obtidos através de plantas medicinais, mas o uso incorretamente pode vir a ocasionar sérios problemas. Por isso é de suma importância que o profissional farmacêutico sempre oriente os pacientes ao uso correto desses medicamentos e suas interações e contraindicações. E que, o paciente siga suas orientações e qualquer dúvida, consulte um profissional da saúde. (WANDERLEY; FERREIRA, 2010).

4.6 O USO DE FITOTERÁPICOS NO EMAGRECIMENTO

A implantação da Resolução do Conselho Federal de Nutrição (CFN) nº 402/2007 disponibilizou a todos nutricionistas a prescrição de medicamentos fitoterápicos. Quinze nutricionistas foram inscritas no CFN no município de Campo Mourão, Paraná (PR), Brasil, para avaliarem os fitoterápicos mais prescritos. Conforme um estudo obtido no município de Campo Mourão- PR, os medicamentos fitoterápicos mais comuns prescritos por nutricionistas foram: *Camellia sinensis* (Chá verde), *Passiflora spp*, *Melissa officinalis* (Erva-cidreira), *Hibiscus sabdariffa* (Hibisco), *Caralluma fimbriata*, *Panax quinquefolius* (Ginseng), *Cordia ecalyculata* (Pholia Magra), *Zingiber officinale* (Gengibre), *Gymnema sylvestre*, *Matricaria recutita* (Camomila), *Pimpinella anisum* (Erva- doce), *Syzygium cumini* (Jambolão), *Carthamus tinctorius* (Óleo de Cártamo), *Garcinia cambogia*, *Foeniculum vulgare*

(Funcho) e *Pterodon emarginatus* (semente de Sucupira). (PAVANELLI; MEZA; TIYO, 2011).

Todos esses medicamentos citados acima auxiliam na perda de peso, mas é importante lembrar que fitoterápicos também prejudicam a saúde daqueles pacientes que não possuem certo conhecimento, ou seja, esses pacientes são os que se automedicam sem orientação de um profissional da saúde, e por sua vez ingerem o medicamento com outro medicamento, que em certas ocasiões podem acabar interagindo um com o outro. Isso ocorre muito com aquelas pessoas que pensam que por ser um fitoterápico, obtido através de drogas vegetais, tende a ser um produto natural, incapaz de causar algum dano à saúde, mas esses medicamentos possuem interações, causam reações adversas dependendo do paciente e tem sua contraindicação. Por isso o uso irracional de fitoterápicos deve ser evitado, através de medidas que orientem os pacientes a tomada desses medicamentos de modo correto. (COSTA, 2015).

Dentre esses fitoterápicos optou-se por abordar 3 destes, por serem mais frequentemente procurados e pela facilidade de acesso.

4.6.1 *Camellia sinensis*

A *Camellia sinensis* pertence à família Theaceae nativa da China, é uma árvore que pode chegar a vários metros de altura. No processamento se extrai o chá-verde, chá branco, chá preto e o chá da Índia. O chá-verde é o mais conhecido, por ser rico em flavonoides, substâncias antioxidantes que ajudam a neutralizar os radicais livres, responsáveis pelo envelhecimento celular precoce. Além disso, o chá verde acelera o metabolismo e ajuda a queimar a gordura corporal. (PAVANELLI; MEZA; TIYO, 2011).

No preparo do chá verde, as folhas (Figura 1), são fervidas no intuito de preservar sua cor. Suas propriedades funcionais são providas de seu conteúdo em polifenólicos. No Brasil, o chá verde é comercializado principalmente em sachês. Estudos têm demonstrado que o chá brasileiro apresenta maior quantidade de compostos fenólicos comparados aos chás de outros países. Mas para que os benefícios do consumo da bebida sejam máximos e específicos, estudos ainda são

necessários para total segurança no seu consumo. (NISHIYAMA; COSTA et al, 2010).



Figura 1- Foto da *Camellia sinensis* (Brissago, 2013)

Fonte: BRAIBANTE et al., 2014.

4.6.2 *Garcinia cambogia*

A *Garcinia cambogia* (Figura 2), pertence à família Boraginace, é uma planta nativa do sudeste da Ásia. Antigamente a sua casca era utilizada como conservante de alimentos e aromatizante. Nos dias atuais, vem sendo utilizada como ingrediente em suplementos dietéticos para perda de gordura. (MANENTI, 2010).

É um redutor de apetite e auxilia na função pancreática e na regulação de glicose. O extrato de *Garcinia* é usado por via oral na dosagem de 1g, 3 vezes ao dia, na primeira semana e, 500mg, 3 vezes ao dia, 30 minutos a 1 hora antes das refeições. (BRASIL, 2007).

É uma planta medicinal que tem como substância ativa o ácido hidroxíctrico (HCA), que tem a capacidade de controlar e reduzir o peso corporal, através da

aceleração da utilização de gordura pelo próprio corpo. Entretanto, poucos estudos foram realizados comprovando a sua ação farmacológica. (SANTOS et al., 2007).



Figura 2. *Garcinia cambogia*: Propriedades, usos e contraindicações

Fonte: FLORIOS, 2016.

4.6.3 *Caralluma fimbriata*

A *Caralluma fimbriata* pertence à família Asclepiadáce, é um cacto comestível (Figura 3), com origem da Índia, utilizado como alimento. É bem conhecido por ser um supressor de apetite e sede entre populações tribais. Esse cacto cresce de forma selvagem por toda a Índia e os nativos o utiliza em suas dietas ao longo dos séculos. (MOREIRA; VIANA; RATES, 2012).

Acredita-se que a *Caralluma fimbriata* bloqueia a atividade de várias enzimas que formam blocos de gordura, forçando a queima das reservas gordurosas, além de agir no mecanismo de controle de apetite do cérebro. É usado na dosagem de 1,0 a 2,0g por dia, antes das refeições. Os fitoquímicos presentes na

Caralluma são glicosídeos, flavonas, saponinas e outros flavonoides. O efeito sobre a falta de apetite provocado por esta planta poderia ser atribuído aos glicosídeos, os quais são encontrados em plantas da família Asclepiadaceae. Porém, mais estudos são necessários, pois, não está bem conhecida a ação destes glicosídeos na eliminação do apetite e possível perda de peso. (MELO et al., 2009).

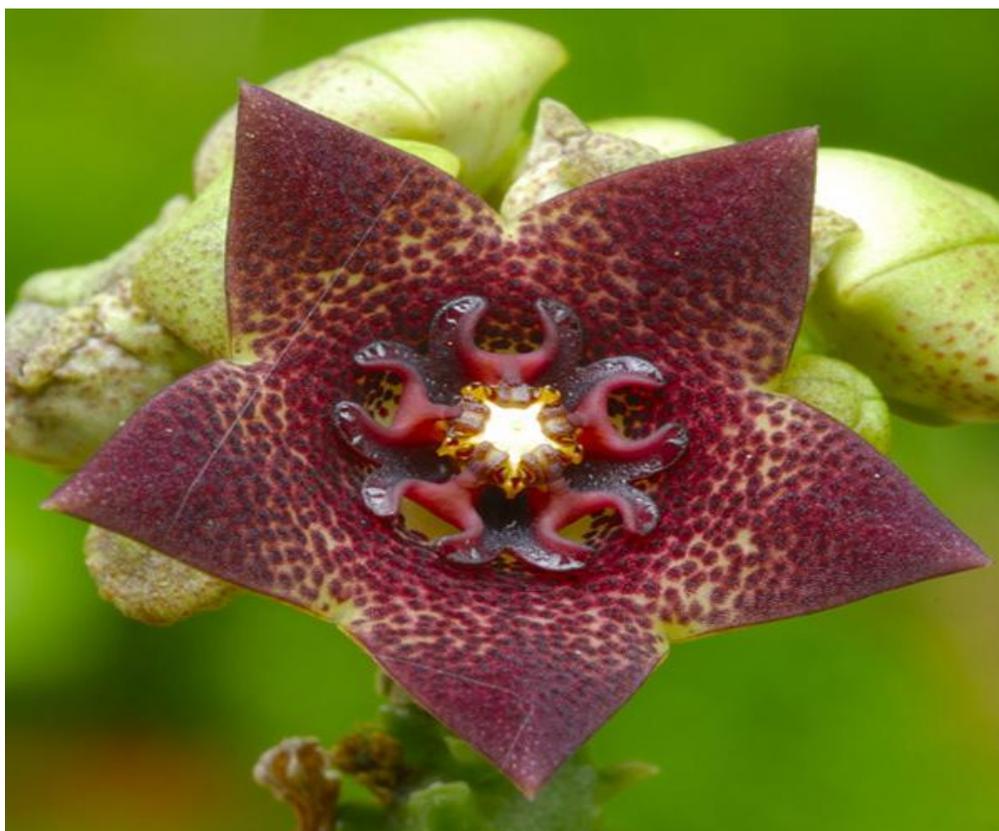


Figura 3. Farmácia do Instituto Brasileiro: *Caralluma fimbriata*

Fonte: BRASIL, 2010b.

4.7 A ATENÇÃO FARMACÊUTICA NO USO DE FITOTERÁPICOS

Os medicamentos fitoterápicos são regulamentados no Brasil como convencionais e tem que proporcionar critérios similares de qualidade, segurança e eficácia, requeridos pela ANVISA. Todos os fitoterápicos industrializados devem ser registrados pela ANVISA, a fim de proporcionar á toda população medicamentos seguros e de ótima qualidade. (BRASIL, 2013).

O uso de fitoterápicos deve ser feito de maneira adequada, sob orientação de um profissional, de modo que o uso inadequado não ocasione problemas a saúde,

que vão desde a ineficácia terapêutica a reações adversas severas, dependendo da forma de uso. Por isso, é importante que seja realizado o controle sanitário destes produtos e a conscientização da população sobre seus riscos. Os cuidados com esses fitoterápicos devem ser os mesmos destinados a outros medicamentos. Por isso é de suma importância que as pessoas busquem informações com os profissionais da saúde; informe ao médico o uso de medicamentos fitoterápicos ou plantas medicinais; o aparecimento de reações adversas; caso isso aconteça. É importante adquirir os fitoterápicos apenas em farmácia e drogarias autorizadas pela Vigilância Sanitária; seguir sempre as orientações descritas na bula; não tomar medicamentos vencidos; armazená-los em locais apropriados; não associar os fitoterápicos à outros medicamentos sem orientação de algum profissional e desconfiar de produtos que prometem uma cura rápida e milagrosa. (CARVALHO et al., 2007).

De acordo com Costa (2015), a idéia de que os medicamentos fitoterápicos são isentos de toxicidade torna o seu uso, cada vez maior e indiscriminado. Devido ao pouco conhecimento sobre esses medicamentos, fica imprescindível a atenção farmacêutica, pois, assegura o paciente à informação para a utilização adequada dos medicamentos, contribuindo para o seu uso racional. O farmacêutico deve monitorar a utilização dos medicamentos por meio da ficha de controle farmacoterapêutico e orientar os pacientes sobre o uso dos medicamentos de venda livre. O uso de medicamentos para o controle da obesidade deve ser feito com o auxílio do profissional farmacêutico, através da realização da atenção farmacêutica, pois cada medicamento apresenta diferentes reações adversas, alguns bastante graves como, arritmias cardíacas, surtos psicóticos e dependência química.

A Atenção Farmacêutica é a prática que tem por objetivo diminuir a morbidade e mortalidade relacionada ao uso de medicamentos, aproximando o farmacêutico do paciente e de outros profissionais da saúde, promovendo desse modo, o uso racional da farmacoterapia. (BOUCHACOURT; WEIZENMANN; SOUZA et al., 2011).

O farmacêutico tem o papel de orientar o paciente sobre a ação de cada medicamento e as consequências de um uso indiscriminado do mesmo. Hoje é comum encontrarmos não somente em farmácias e drogarias, como também em sites de internet, fitoterápicos sendo vendidos sem o registro na ANVISA. Muitas pessoas fazem o uso desses fitoterápicos sem um acompanhamento médico ou

uma orientação farmacêutica e acabam se automedicando incorretamente. Portanto, é importante que essas pessoas procurem uma farmácia e busquem a orientação sobre esses medicamentos, já que cabe aos profissionais de saúde, incluindo o farmacêutico, por meio da atenção farmacêutica, orientar os pacientes ao uso correto, indicações, contraindicações e efeitos colaterais. (COSTA, 2015).

Quando o medicamento é usado indiscriminadamente ou sem nenhum conhecimento, trata-se de uso irracional de medicamentos, considerado um grande problema de saúde pública. Por isso, é preciso considerar o potencial de contribuição do farmacêutico e incorporá-lo às equipes de saúde, a fim de que se garanta a melhoria da utilização dos medicamentos, com redução dos riscos de toxicidade e que seu trabalho garanta menores riscos de intoxicação possíveis. Portanto é de suma importância a orientação do profissional farmacêutico, no intuito de alertar os pacientes sobre os riscos do uso irracional desses fitoterápicos. Desse modo o farmacêutico pode estar orientando o paciente a administração correta dos fitoterápicos e identificando os fatores de riscos, permitindo assim, o uso seguro e eficaz. (JOÃO, 2010).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Atualmente o uso de medicamentos fitoterápicos para o emagrecimento é muito comum. O baixo custo e poucos efeitos colaterais são fatores que tornam os fitoterápicos cada vez mais populares.

Os medicamentos fitoterápicos que habitualmente são indicados para a redução de peso estão, na maioria das vezes, desprovidos de estudos científicos confiáveis que demonstrem a eficácia e segurança toxicológica para esta indicação.

A partir deste estudo notamos que, os fitoterápicos podem ter resultados significativos na redução de peso. Mas o tema ainda é bastante controverso, pois necessita de inúmeras pesquisas para avaliar a forma de prescrição, a eficácia que se pode obter. A *Camellia sinensis*, *Garcinia cambogia* e a *Caralluma fimbriata* são muito utilizadas no tratamento da obesidade, porém estudos devem ser feitos para uma melhor definição e conduta médica, assim também, como a forma correta de utilização do medicamento e continuidade dos indivíduos ao tratamento escolhido.

REFERÊNCIAS

ALBURQUEQUE, U.P., HANAZAKI, N. As pesquisas etnodirigidas na descoberta de novos fármacos de interesse médico e farmacêutico: fragilidades e perspectivas. **Rev. Bras. Farmacogn**, João Pessoa, vol.16, p. 678-689, 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2006000500015. Acesso em 30 de julho de 2016.

ALMEIDA, S.S., ZANATTA, D.P., REZENDE, F.F. Imagem corporal, ansiedade e depressão em pacientes obesos submetidos à cirurgia bariátrica. **Estud. Psicol.** (Natal), vol.17, nº.1, p.154, Jan./Abr, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2012000100019. Acesso em 19 de junho de 2016.

ARAÚJO, C.R.F., SILVA, A.B., TAVARES, E.C. Perfil e prevalência de uso de plantas medicinais em uma unidade básica de saúde da família em Campina Grande, Paraíba, Brasil. **Rev Ciênc Farm Básica Apl.**, v.35, nº.2, p.233, 2014. Disponível em: http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/Cien_Farm/article/view/2719/2719. Acesso em 20 de junho de 2016.

BATISTA, C.P.S., CHAVES, C.A.P., JUNIOR, N.P.S. Ciências da Saúde na Amazônia: Uma Experiência Interdisciplinar. **Prescrição Médica de Fitoterápicos em um Subespaço Amazônico**. p.247, Porto Velho: EDUFRO, 2013.

BOUCHACOURT, O.B., WEIZENMANN, R., SOUZA, J et al., Atenção Farmacêutica, Fitoterapia e Homeopatia: Qual o conhecimento dos usuários sobre estes conceitos? **XII Salão de Iniciação Científica – PUCRS**, p.01, 03 a 07 de outubro de 2011. Disponível em: <http://ebooks.pucrs.br/edipucrs/anais/seminarioic/20112/4/3/1/1.pdf>. Acesso em 15 de outubro de 2016.

BRAIBANTE, M.E.F et al., A Química dos Chás. **Quím. Nova Esc.**, São Paulo, vol. 00, nº 0, p. 02, 2014. Disponível em: <http://qnesc.sbq.org.br/online/prelo/QS-47-13.pdf>. Acesso em: 15 de outubro de 2016.

BRASIL. ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Fitoterápicos**. p.01, 2013. Disponível em: http://www.anvisa.gov.br/medicamentos/fitoterapicos/poster_fitoterapicos.pdf. Acesso em 19 de agosto de 2016.

BRASIL. ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **O que devemos saber sobre medicamentos**. p.52-53, 2010a. Disponível em: <file:///C:/Users/Master83/Downloads/Cartilha-%20o%20que%20devemos%20saber%20sobre%20medicamentos.pdf>. Acesso em 23 de junho de 2016.

BRASIL. *Garcinia cambogia* extrato. **ITF *Garcinia cambogia***, v.01, p.01, maio, 2007. Disponível em: <http://www.laragarcia.com.br/pdf/10.pdf>. Acesso em: 08 de outubro de 2016.

BRASIL. Farmácia do Instituto Bioquímico: *Caralluma fimbriata*. 2010b. Disponível em: <http://institutobioquimico.blogspot.com.br/2010/10/caralluma-fimbriata.html>. Acesso em 15 de outubro de 2016.

BRUNING, M.C.R., MOSEGUI, G.B.G., VIANNA C.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. **Rev. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, vol.17, nº.10, p.2675-2685, Oct. 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012001000017. Acesso em 18 de junho de 2016.

CARVALHO et al., Aspecto da Legislação no Controle dos Medicamentos Fitoterápicos. **T&C Amazônia**, nº.11, p.27, Jun. 2007. Disponível em:

http://www.anvisa.gov.br/medicamentos/fitoterapicos/aspectos_legislacao.pdf.

Acesso em: 20 de agosto de 2016.

CORRÊA, É.C.M et al., Uso de fitoterápicos no tratamento da obesidade: Uma revisão de literatura. **Universidade Católica de Goiás Centro de Estudos de Enfermagem e Nutrição Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Nutrição Clínica e Esportiva.** p.08-09, 2012. Disponível em: <http://www.cpgls.pucgoias.edu.br/7mostra/Artigos/SAUDE%20E%20BIOLOGICAS/USO%20DE%20FITOTER%20PICOS%20NO%20TRATAMENTO%20DA%20OBESIDADE.pdf>. Acesso em 18 de abril de 2016.

COSTA, I.C.F. A Importância da atenção farmacêutica no uso de fitoterápicos emagrecedores contendo sene (*Cassia angustifolia* Vanh). **Revista Especialize Online IPOG**, Goiânia, v.01, nº.10, p.01-09, dez.2015. ISSN 2179-5568. Disponível em: <file:///C:/Users/vvaio/Downloads/isabella-cristina-figueiredo-costa-7015183.pdf>. Acesso em 29 de julho de 2016.

CRUZ, M.T., ALVIM, M.N. **Fitoterápicos: Estudo com plantas para fins terapêutico e medicinal.** p.02, 2013. Disponível em: <file:///C:/Users/Master83/Downloads/395-1204-1-PB.pdf>. Acesso em 04 de junho de 2016.

DUTRA, M. G. Plantas medicinais, fitoterápicos e saúde pública: Um diagnóstico situacional em Anápolis, Goiás. **Centro Universitário de Anápolis. UniEvangélica**, p.23-24, 2009. Disponível em: <http://www.unievangelica.edu.br/files/images/curso/mestrado.mstma/2009/maria%20da%20gl%C3%B3ria%20-%20plantas%20medicinais.pdf>. Acesso em 04 de junho de 2016.

FERREIRA, T.S., MOREIRA, C.Z., CÁRIA, N.Z et al., Phytotherapy: an introduction to its history, use and application. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v.16, n.2, p.290, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbpm/v16n2/19.pdf>. Acesso em 18 de abril.

FIRMO, W.C.A., MENEZES, V.J.M., PASSOS, C.E.C et al., Contexto histórico, uso popular e concepção científica sobre plantas medicinais. **Cad. Pesq.**, São Luís, v. 18, n. especial, dez, 2011. Disponível em: <http://www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/cadernosdepesquisa/article/view/746/2578>. Acesso em 20 de junho de 2016.

FLORIOS, D. *Garcinia cambogia*: Propriedades, usos e contraindicações. **greenMe**, 2016. Disponível em: <https://www.greenme.com.br/usos-beneficios/3584-garcinia-cambogia-propriedades-usos-e-contraindicacoes>. Acesso em: 15 de outubro de 2016.

FRANÇA, I.S.X et al., Benefícios e malefícios das plantas medicinais. Medicina Popular. **Rev Bras Enferm**, Brasília, v.61, nº.8, p.202-207. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v61n2/a09v61n2.pdf>. Acesso em 04 de junho de 2016.

GIRALDI, M., HANAZAKI, N. Uso e conhecimento tradicional de plantas medicinais no sertão do Ribeirão, Florianópolis, SC, Brasil. **Acta Botânica Brasílica**, vol.24 nº.2, São Paulo, Abr./Jun, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-33062010000200010. Acesso em 15 de junho de 2016.

JOÃO, W.S.J. Reflexões sobre o uso racional de medicamentos. **Pharmacia Brasileira**, nº78, p.15, 2010. Disponível em: http://www.cff.org.br/sistemas/geral/revista/pdf/128/015a016_artigo_dr_walter.pdf. Acesso em 25 de setembro de 2016.

JORGE, S.S.A. Plantas Medicinais. **Coletânea de saberes**, p.06-07, 2013. Disponível em: http://www.ebah.com.br/content/ABAAAE_dsAB/plantas-medicinais-coletania-saberes. Acesso em 11 de junho de 2016.

JÚNIOR, L.M.A. Bioquímica aplicada dos fitoterápicos no tratamento da obesidade. **Manual de Fitoterápicos em Obesidade**. São Paulo, nº.1, p.04, 2012. Disponível em: <http://www.iconeeditora.com.br/pdf/928192551Manual%20de%20Fitoter%C3%A1pic>

os%20em%20Obesidade%20PRIMEIRA%20PARTE.pdf. Acesso em 16 de abril de 2016.

LAMEIRA, O.A., PINTO, J.E.B.P. Plantas Medicinais: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular. **Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária**, p.11, Belém, 2008. Disponível em: http://livraria.sct.embrapa.br/liv_resumos/pdf/00083138.pdf. Acesso em 04 de junho de 2016.

MANENTI, A.V. Plantas Medicinais utilizadas no tratamento da obesidade: Uma revisão. **UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC**, Criciúma, p.36-37, nov, 2010. Disponível em: <http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/127/1/Aline%20Vefago%20Manenti.pdf>. Acesso em 17 de junho de 2016.

MARIATH, A.B., GRILLO, L.P., SILVA, R.O. Obesidade e fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis entre usuários de unidade de alimentação e nutrição. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.23, nº.4, p.897-898, abr, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2007000400017. Acesso em 23 de junho de 2016.

MELO, S.S et al., Efeito do extrato seco do chá verde, chá branco e caralluma fimbriata na perda de peso e nas concentrações séricas de glicose e colesterol total em humanos. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo v.3, n.18, p.468, Nov/Dez., 2009. ISSN 1981-9919. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/viewFile/179/175>. Acesso em 08 de junho de 2016.

MOREIRA, L., VIANNA, D., RATES, S. Estudo exploratório sobre a comercialização de produtos contendo *Caralluma Fimbriata* wallich gravelly et mayuranathan (asclepiadaceae) em farmácias magistrais, em Porto Alegre/ RS. **Ver. Infarma**, v.24, nº 4/6, p.03, 2012. Disponível em:

http://www.cff.org.br/sistemas/geral/revista/pdf/137/077a132_infarma.pdf. Acesso em 07 de junho de 2016.

NICOLETTI, M.A., JÚNIOR, M.A.O., BERTASSO, C.C. Principais interações no uso de medicamentos fitoterápicos. **Rev. Infarma**, São Paulo, v.19, nº 1/2, p.33, 2007. Disponível em: <http://www.cff.org.br/sistemas/geral/revista/pdf/10/infa09.pdf>. Acesso em: 08 de outubro de 2016.

NISHIYAMA, M.F., COSTA, M.A.F et al., Chá verde brasileiro (*camellia sinensis var assamica*): efeitos do tempo de infusão, acondicionamento da erva e forma de preparo sobre a eficiência de extração dos bioativos e sobre a estabilidade da bebida. **Rev. Ciênc. Tecnol. Aliment.** Campinas, 30(supl.1), p.191-192, maio, 2010. Disponível em: Acesso em 05 de junho de 2016.

OLIVEIRA, F., AKISUE, G. **Fundamentos de Farmacobotânica**. Edição.2, São Paulo: Editora Atheneu, p. 157, 2005.

OLIVEIRA, I.C. CORDEIRO, P.B.M.H. Os Fitoterápicos como Coadjuvantes no Tratamento da Obesidade. **Cadernos UniFOA**, Edição Especial do Curso de Nutrição, P.98, Maio, 2013. Disponível em: http://web.unifoa.edu.br/cadernos/especiais/nutricao/cadernos_especias_nutri%C3%A7%C3%A3o2_online.pdf. Acesso em 17 de abril de 2016.

PAVANELLI, M.F et al., Fitoterápicos mais prescritos por nutricionista de um município paranaense. **VII EPCC - Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar**, Centro Universitário de Maringá, editora: CESUMAR, p.03-04, 2011. Disponível em: [http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/epcc2011/anais/sheila_karina_luders_meza\(1\).pdf](http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/epcc2011/anais/sheila_karina_luders_meza(1).pdf). Acesso em 04 de Junho de 2016.

PINTO, D.C.M. **A Fitoterapia no tratamento da Obesidade**. 2003. Disponível em <http://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/4164/1/Tese%20Daniela.pdf>. Acesso em 18 de junho de 2016.

PRADO, C.N et al., O uso de fitoterápicos no tratamento da obesidade. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v.4, nº.19, p.17, Jan/Fev, 2010. ISSN 1981-9919. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/viewFile/201/197>. Acesso em 24 de abril de 2016.

SANTOS, A.C.S et a., *Garcinia cambogia* - uma espécie vegetal como recurso terapêutico contra a obesidade? **Natureza on line**, 5(1), p.38, 2007. Disponível em: http://www.naturezaonline.com.br/natureza/conteudo/pdf/06_santosacsetal_3743.pdf Acesso em 07 de junho de 2016.

SILVEIRA, P.F., BANDEIRA, M.A.M., ARRAIS, P.S.D. Farmacovigilância e reações adversas às plantas medicinais e fitoterápicos: uma realidade. **Rev. Bras. Farmacogn.** Braz J. Pharmacogn, v.18, nº.4, p.618-619, Out./Dez, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2008000400021. Acesso em 19 de junho de 2016.

TOMAZZONI, M.I et al., Fitoterapia popular: A busca instrumental enquanto prática terapêutica. **Rev. Texto & Contexto-enferm**, Florianópolis, vol.15, nº.1, p.115-121, Jan./Mar, 2006.

Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v15n1/a14v15n1.pdf>. Acesso em 04 de junho de 2016.

TÔRRES, A.R et al., Estudo sobre o uso de plantas medicinais em crianças hospitalizadas da cidade de João Pessoa: riscos e benefícios. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v.15, nº.4, p.373-380, Out./Dez, 2005. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2005000400019. Acesso em 30 de julho de 2016.

VERRENGIA, E.C., KINOSHITA, S.A.T., AMADEI, J.L. Medicamentos Fitoterápicos no Tratamento da Obesidade. **UNICIÊNCIAS**, v. 17, n. 1, p. 54, Dez., 2013. Disponível em:

<http://www.pgsskroton.com.br/seer/index.php/uniciencias/article/viewFile/519/488>.

Acesso em: 25 de abril de 2016.

WANDERLEY, E.N., FERREIRA, V.A. Obesidade: Uma perspectiva plural. **Rev.Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.15, p.185-194, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/csc/v15n1/a24v15n1.pdf>. Acesso em 30 de julho de 2016.

WEISHEIMER, N., FILHO P.F.C., NEVES, R.P.C et.al., Fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à obesidade. **Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança**, p.104, Jun, 2015. Disponível em: <http://www.facene.com.br/wp-content/uploads/2010/11/Fitoterapia-como-alternativa-PRONTO.pdf>. Acesso em 30 de julho de 2016.