



FARMÁCIA

**CARLOS RODRIGUES FILHO
GUSTAVO ALVES DE SOUZA COSTA**

**O USO IRRACIONAL DE MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS PARA
EMAGRECER**

**IPORÁ-GO
2023**


**CARLOS RODRIGUES FILHO
GUSTAVO ALVES DE SOUZA COSTA**

O USO IRRACIONAL DE MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS PARA EMAGRECER


Trabalho de conclusão de curso apresentado
à Banca Examinadora do Curso de Farmácia
do Centro Universitário de Iporá-UNIPORÁ
como exigência para obtenção do título de
Bacharel em Farmácia

Orientador: Prof. Esp. Leopoldo Vieira de
Azeredo Bastos

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 LEOPOLDO VIEIRA DE AZEREDO BASTOS
Data: 27/12/2023 17:29:27-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Professor Esp. Leopoldo Vieira de Azeredo Bastos
Presidente da Banca e Orientador

Geremias Lima Pereira 
Professor Geremias Lima Pereira

Cláudia Ribeiro de Lima
Professora Dra. Claudia Ribeiro de Lima

**IPORÁ-GO
2023**

O USO IRRACIONAL DE MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS PARA EMAGRECER

The irrational use of herbal medicines to lose weight

Carlos Rodrigues Filho¹

Gustavo Alves de Souza Costa²

Leopoldo Vieira de Azeredo Bastos³

RESUMO

Quando se fala de um tratamento efetivo contra obesidade as pessoas optam frequentemente por medicamentos fitoterápicos e infelizmente acabam se automedicando. A automedicação é um hábito comum entre as pessoas, mas os efeitos tóxicos desses medicamentos não estão bem estabelecidos e o uso inadequado pode levar a sérios problemas. Este estudo teve como objetivo abordar o uso inadequado de medicamentos fitoterápicos pela população por meio de uma revisão da literatura. O uso imprudente de fitoterápicos pode levar a graves problemas de saúde, destacando a importância da orientação adequada do farmacêutico aos pacientes para evitar a automedicação.

Palavras-chave: Obesidade, fitoterápicos e fitoterápicos no emagrecimento.

ABSTRACT

When it comes to an effective treatment against obesity, people often opt for herbal medicines and unfortunately end up self-medicating. Self-medication is a common habit among people, but the toxic effects of these medications are not well established and improper use can lead to serious problems. This study aimed to address the inappropriate use of herbal medicines by the population through a literature review. The reckless use of herbal medicines can lead to serious health problems, highlighting the importance of proper guidance from the pharmacist to patients to avoid self-medication.

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

¹ Graduando em Farmácia pelo Centro Universitário de Iporá - UNIPORA, GO. E-mail: eusoucarlosfilho@gmail.com

² Graduando em Farmácia pelo Centro Universitário de Iporá - UNIPORA, GO. E-mail: farmdsouzza222@gmail.com

³ Orientador, Especialista e Graduado em Farmácia e Bioquímica pela Universidade Paulista – UNIP. E-mail: dr.leopoldo.azeredo.bastos@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

A obesidade tem sido algo cada vez mais presente na sociedade atingindo de forma geral e trazendo uma série de complicações tanto físicas como psicológicas, um quadro desse pode servir como porta de entrada para diversas doenças como o diabetes, problemas cardíacos, dentre vários outros.(SOARES, Verônica; *et al.* 2011, pg. 45).

Existe na atualidade diversos medicamentos administrados por pessoas em tratamento com diagnóstico de sobrepeso, o mercado deste tipo de medicamento vem crescendo e ganhando espaço cada vez maior, em que pessoas estão sempre à procura de um resultado rápido e eficaz, porém essa busca milagrosa pelo emagrecimento rápido tem levantado discussões sérias pois deixou de ser sobre uma solução que beneficie a saúde e bem estar do paciente e começou a ser tornar uma obsessão estética.(LAMOUNIER, PARIZZI. 2012).

A mídia através da internet e outros meios de comunicação têm um papel de destaque nesse meio pois ela, assim como a sociedade, padroniza um chamado "corpo perfeito" sendo um corpo magro e esbelto, ou o padrão musculoso e bem definido. Através desse padrão "de beleza" as pessoas por não se enquadrarem nesse mesmo formato podem desenvolver distúrbios de imagem, e assim, procuram por medicamentos que aceleram o processo de emagrecimento, ignorando qualquer tipo de restrição e/ou orientação médica, não se preocupam nem mesmo com o efeito adverso ou sua funcionalidade, sendo assim essa falta de informação sobre o produto pode ser extremamente perigosa para a saúde devido às contraindicações e interações medicamentosas.(PRADO *et al.*, 2010).

Nessas classes de medicamentos encontramos os fitoterápicos que são obtidos por matéria-prima vegetal, ou seja, por meios naturais como o uso de espécies vegetais que os estudos farmacológicos comprovaram ter mecanismo de ação que beneficiam o organismo humano, sendo o modo mais popular, hoje em dia, no processo de perda de peso já que tem baixo custo e fácil acesso. Mesmo sendo extraído em plantas não significa que os fitoterápicos são completamente isentos de toxicidade, uma vez que o limiar da dose terapêutica e da intoxicação podem ser bem próximos.

2 REVISÃO TEÓRICA

2.1 USO IRRACIONAL DE FITOTERÁPICOS

2.1.1 Obesidade

Uma doença genética global, a obesidade acarreta o acúmulo anormal de gordura corporal no organismo. Também serve como um catalisador para uma série de doenças, aumentando a probabilidade de complicações como hipertensão, doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e muito mais (SEGAL; FANDIÑO, 2002).

A obesidade é hoje reconhecida como uma doença crônica e é um dos principais problemas de saúde pública, afetando todos os níveis socioeconômicos sem distinção entre regiões, países ou grupos étnicos. Geralmente está associado à compulsão alimentar de baixa nutrição e alto teor calórico (SOARES, Verônica; *et al.* 2011, pg. 45).

As preocupações com a obesidade vão além dos números. Hoje, os principais fatores de risco para essa doença estão relacionados ao que a sociedade prega, uma "alça" que se conecta perfeitamente a um corpo magro. Com isso, os obesos recebem intervenções agressivas e até mesmo o uso de medicamentos de venda livre e acompanhamento médico especializado (ANDRADE; BOSI, 2003).

A obesidade varia desde a herança genética de uma pessoa até a má alimentação. O parâmetro mais comumente usado para diagnosticar a obesidade é o índice de massa corporal (IMC), que é calculado dividindo o peso do paciente pelo quadrado de sua altura. Esse é o padrão utilizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e resulta entre 18,5 e 24,9 (adultos) (SEGAL; FANDIÑO, 2002).

No ano de 2017, o Ministério da Saúde divulgou um estudo mostrando que um em cada cinco brasileiros é considerado obeso. Ao longo da década, a população obesa do país aumentou de 11,8% em 2006 para 18,9% em 2016. Esse aumento atingiu proporções epidêmicas, elevando os custos de atendimento, de tratamento e de obesidade e de cuidados de acompanhamento no sistema de saúde. No Brasil, o custo anual da obesidade e doenças ligadas a ela é de quase 1,5 bilhão de reais, valor que inclui internações, consultas e medicamentos” (LAMOUNIER, PARIZZI. 2012).

Em uma sociedade magra, a obesidade pode levar a problemas físicos e mentais. Em alguns casos, as pessoas obesas se sentem excluídas dos padrões "necessários" da sociedade, o que pode até levar à ansiedade e à depressão (BERNARD; CICHERELO; VITOLO 2011).

Diante dessa situação, buscar uma droga "milagrosa" mais rápida na percepção é fundamental e necessário para se ter um corpo esguio. [...] é normal que as pessoas queiram atingir esse ideal de beleza, pois a rejeição da sociedade pelos obesos é bastante observada" (ALVES; *et al.*, 2009). Se você deseja resultados imediatos, usar um supressor de apetite geralmente é a melhor opção. O perigo é se isso não for feito sob supervisão profissional e você seguir sua própria receita indiscriminadamente.

2.2 INFLUÊNCIA DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO NA SOCIEDADE

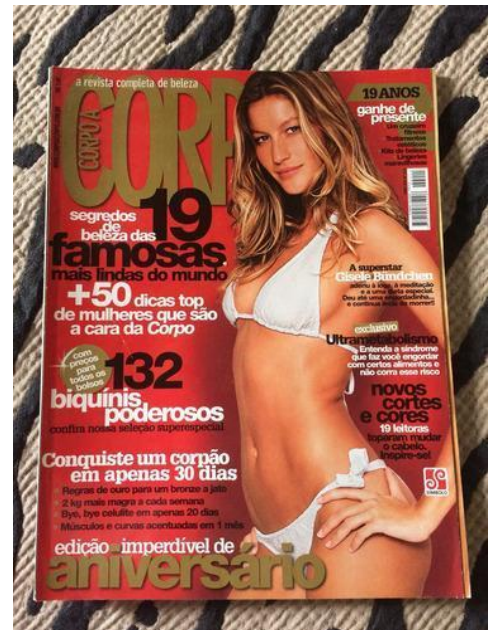
A mídia tem propagado imagens de modelos corporais idealizados que são considerados desejáveis e saudáveis. Muitas pessoas se sentem pressionadas a se conformar a esses padrões de beleza, que podem ser vistos como símbolos de prestígio e prazer perante os outros. Por outro lado, aqueles que não se encaixam nesses padrões podem sofrer preconceitos, que podem prejudicar suas vidas pessoais e profissionais, causando problemas psicológicos (ALVES *et al.*, 2009).

A sociedade estabelece o padrão de beleza de ter um corpo magro, o qual é esperado que todas as pessoas sigam e obedeçam. É importante que as pessoas cuidem da sua saúde e corpo, mas algumas pessoas levam essa preocupação ao extremo. Propagandas e programas de televisão frequentemente promovem soluções miraculosas para a perda de peso. É importante considerar quando é necessário utilizar medicamentos e até que ponto isso pode colocar em risco a saúde em busca do corpo perfeito (ALVES *et al.*, 2009).

Os meios de comunicação transmitem um padrão de beleza que exerce uma pressão social sobre a noção de corpo natural, levando à perda da identidade e particularidade, transformando o corpo em um objeto de ambição. As capas e matérias dos veículos de mídia reforçam um padrão estético e promovem a ideia de

transformação corporal, sugerindo que seus leitores devem transformar, mudar, moldar e esculpir seus corpos de acordo com esse padrão (MALDONADO et al.2006).

Figura 1- Fotos de capas de revistas populares



Fonte: Revista Corpo a Corpo Edição 2019

Os textos publicitários têm uma função persuasiva, utilizando uma linguagem imperativa que apresenta, frequentemente, verbos que representam ordens ou convites, como "Entre em forma", "Fique magra" e "Mude seu corpo". É possível perceber que esses textos apresentam um imperativo revestido por palavras que camuflam as verdadeiras intenções da mensagem publicitária (CARVALHO, p. 45, 2002).

À medida que a beleza se torna cada vez mais importante para as pessoas, pode causar sequelas como a insatisfação com o corpo e uma queda na autoestima. Além de valorizar a magreza, a importância da beleza pode levar a distúrbios alimentares, como anorexia e bulimia. Esses transtornos (alimentares) são consequências graves de uma sociedade que busca a perfeição exterior. Até que ponto essa busca pela perfeição pode influenciar sentimentos de tristeza, fracasso e sofrimento? Qual é o preço pago pelo sacrifício de ter um corpo "perfeito"? (SILVA, 2000).

A sociedade atual valoriza excessivamente a beleza física, especialmente um corpo magro, firme e esbelto. Levando a uma pressão social que pode intimidar as pessoas com excesso de peso, que estão fora dos padrões impostos pela mídia e pela sociedade.

Causando, então, desconforto e discriminação social, o que pode levar a problemas de relacionamento e até mesmo ao suicídio (SILVA, 2000).

Atualmente, cada vez mais pessoas investem em seus corpos com a intenção de obter aprovação social e fazer parte de um mercado de consumo de produtos e serviços. A mídia apresenta modelos corporais que são inacessíveis para a grande maioria das pessoas e os declara como padrão de beleza. É disseminada a ideia de que a beleza está associada a determinados ideais de magreza e saúde. Essa lógica atua em nossas inseguranças mais profundas, como o medo de morrer ou envelhecer, que podem ser amenizados com produtos e técnicas estéticas (BARBOSA, 2011).

2.3 HISTÓRICOS DA FITOTERAPIA

A prática da fitoterapia remonta aos primórdios da civilização humana, quando as sociedades antigas utilizavam plantas para tratar doenças e enfermidades. Essa abordagem terapêutica era amplamente utilizada antes do desenvolvimento de medicamentos modernos, com muitas culturas antigas utilizando plantas tanto como alimento quanto como remédio para tratar doenças (TOMAZZONI; NEGRELLE; CENTA, 2006). Devido à falta de conhecimento sobre as propriedades das plantas medicinais, muitas delas causavam efeitos colaterais graves e, em alguns casos, até a morte das pessoas que as utilizavam. No entanto, algumas plantas eram consideradas curativas. Além disso, há registros históricos que indicam que as plantas já eram utilizadas como alimento pelos seres humanos pré-históricos. Nessa época, eles observavam os comportamentos dos animais silvestres que ingeriam as plantas, pois esses animais raramente se enganavam ao diferenciar as plantas tóxicas das plantas alimentícias. Dessa forma, o homem aprendeu a identificar quais plantas eram venenosas e quais poderiam ser utilizadas como alimento (PRADO *et al.*, 2010).

Desde a chegada dos primeiros habitantes no Brasil, as plantas têm sido utilizadas tanto como alimentos quanto em terapias. Os índios que habitavam a região utilizavam muitas plantas medicinais e transmitiram esse conhecimento de geração em geração. No entanto, ao longo dos anos, a fitoterapia passou por um grande avanço no século XIX graças ao progresso científico na área da química, o que permitiu a identificação dos princípios ativos das plantas. Isso levou ao desenvolvimento de medicamentos fitoterápicos que ganhou um espaço significativo no mercado farmacêutico (CORRÊA; SANTOS *et al.*, 2012).

As plantas sempre estiveram intimamente ligadas à vida humana e continuaram a ser utilizadas diariamente, tanto para fins medicinais quanto estéticos. No entanto, é comum

que ocorram confusões no uso dessas plantas, especialmente na identificação correta (da planta) e na forma de administração. O uso inadequado pode levar a intoxicações, e muitos erros podem ocorrer na compra e venda da planta errada. Por isso, é importante conhecer as formas de manipulação, coleta e uso terapêutico dessas ervas (COSTA, 2015).

A automedicação pode se tornar perigosa devido à falta de informações adequadas sobre as propriedades das plantas medicinais, ao uso simultâneo com medicamentos alopáticos sem comunicação ao médico e à falta de conhecimento sobre os efeitos medicinais e tóxicos das plantas, bem como a habilidade para identificá-las corretamente. Todos esses fatores podem representar um risco para a saúde (ALBUQUERQUE; HANAZAKI, 2006). É essencial esclarecer a população sobre alguns pontos fundamentais para garantir o uso racional de plantas medicinais. Isso é fundamental para que os profissionais de saúde possam orientar adequadamente sobre as terapias a serem utilizadas (TÔRRES *et al.*, 2005).

Nos primórdios da colonização, somente os índios utilizavam plantas medicinais, enquanto outras populações recorriam a medicamentos importados da Europa, e ainda não havia um conhecimento apropriado sobre o armazenamento correto das ervas. Foram necessários muitos anos para que as propriedades das plantas medicinais fossem conhecidas globalmente, mas muitos extratos já eram utilizados desde os primeiros séculos da colonização. Os medicamentos mais comuns eram os fitoterápicos (GIRALDI; HANAZAKI, 2010).

A descoberta dos princípios ativos presentes nas plantas permitiu o tratamento das doenças e alívio dos sintomas, incentivando o uso contínuo das plantas medicinais na terapia. No entanto, devido à falta de desenvolvimento na produção local de medicamentos fitoterápicos, muitos deles passaram a ser feitos a partir de plantas importadas. Nas décadas de 70 e 80, houve um aumento significativo da medicina alternativa, incluindo a fitoterapia. Em 1980, o mercado mundial de fitoterápicos e produtos naturais atingiu R\$500 milhões, com previsão de alcançar esse valor somente na Europa até 2000. Isso despertou um interesse crescente no uso de plantas medicinais, pois a população estava optando por abordagens mais naturais no tratamento de doenças. Vários fatores contribuíram para esse interesse na utilização de ervas medicinais (BRUNING; MOSEGUI; VIANNA, 2012).

Devido à crise econômica no Brasil, o acesso à assistência médica e aos medicamentos industrializados tornou-se difícil para muitas pessoas, o que levou a um aumento do interesse pelo uso de plantas medicinais. Os medicamentos fitoterápicos são vistos como uma alternativa mais barata aos medicamentos industrializados. No entanto,

muitos dos fitoterápicos usados hoje em dia não têm perfil bem comprovado e a automedicação ou prescrição médica inadequada pode levar a graves problemas, além dos riscos de contraindicações e interações com outros medicamentos (SILVEIRA; BANDEIRA; ARRAIS, 2008).

2.4 PRÁTICA DA FITOTERAPIA

A fitoterapia é uma forma alternativa de medicina que utiliza plantas para tratar doenças. É importante esclarecer que os termos plantas medicinais e fitoterápicos são diferentes, embora muitas pessoas os confundem. Para ser considerado um fitoterápico, as folhas, flores, sementes ou raízes de plantas com efeitos farmacológicos conhecidos passam por um processo de industrialização que os transforma em cápsulas, pomadas, ampolas ou pó. Em seguida, esses produtos são vendidos em farmácias e drogarias sob a supervisão da ANVISA (BRASIL, 2010a).

De acordo com o Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF) do governo brasileiro, uma planta medicinal é definida como uma espécie vegetal que é cultivada ou não com o propósito de tratamento terapêutico, enquanto um fitoterápico é um produto derivado de uma planta medicinal, excluindo substâncias isoladas, com o objetivo de promover a cura (ARAÚJO; SILVA; TAVARES *et al.*, 2014). Em busca de medicamentos menos agressivos e um estilo de vida mais saudável, a população está optando pelos fitoterápicos, que são considerados de origem natural e, portanto, não prejudiciais à saúde (COSTA, 2015).

Na sua formulação, os componentes ativos são responsáveis pela cura, no entanto, eles podem ter efeitos positivos ou negativos. Uma das razões para isso é o armazenamento inadequado de plantas medicinais em casa, onde elas podem ser expostas a substâncias prejudiciais. Portanto, é essencial que essas plantas sejam cultivadas em laboratórios confiáveis, em ambientes controlados e protegidos de possíveis riscos de contaminação. Além disso, é recomendável evitar o armazenamento prolongado, pois pode reduzir a eficácia medicinal destas plantas. Também é importante não misturar diferentes plantas medicinais, pois isso pode causar efeitos adversos e interações medicamentosas (BRASIL, 2013).

Atualmente, os fitoterápicos vêm sendo cada vez mais utilizados por uma ampla gama de pessoas, incluindo desde os mais jovens até os mais idosos. Observa-se um crescente interesse por medicamentos fitoterápicos por parte de pacientes obesos, buscando reduzir seu peso corporal. Contudo, é necessário salientar que esses medicamentos podem ser úteis no processo de emagrecimento, mas não são suficientes por

si só, sendo imprescindível a adoção de uma alimentação equilibrada e a prática regular de exercícios físicos. Ademais, é importante lembrar que os fitoterápicos podem ser bem aceitos por alguns pacientes, enquanto outros com o mesmo problema podem recusá-los. Logo, é crucial que os pacientes sigam as orientações do seu médico e tomem os medicamentos conforme prescritos (CRUZ; ALVIM, 2013).

A Resolução 402/2007 do Conselho Federal de Nutrição permitiu a nutricionistas prescreverem medicamentos fitoterápicos. Em Campo Mourão, Paraná, 15 nutricionistas foram registrados no CFN para avaliar os fitoterápicos mais prescritos. Segundo um estudo realizado nessa cidade, os fitoterápicos mais comuns prescritos pelos nutricionistas são: *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).

Apesar de todos os medicamentos mencionados acima poder auxiliar na perda de peso, é importante ressaltar que o uso de fitoterápicos pode prejudicar a saúde de pacientes que não possuem conhecimento adequado sobre o assunto. Esses pacientes são aqueles que se automedicam sem orientação médica e, muitas vezes, misturam esses medicamentos com outros, o que pode causar interações prejudiciais. Esse problema é frequente em pessoas que acreditam que, por serem obtidas a partir de plantas medicinais, os fitoterápicos são naturais e inofensivos. No entanto, eles possuem interações, reações adversas e contra indicações, o que torna o uso irracional desses medicamentos perigoso. Por isso, é fundamental orientar os pacientes sobre como utilizar os fitoterápicos corretamente, sempre com supervisão médica (COSTA, 2015).

Com base na lista de fitoterápicos mais usados, optei por descrever duas opções possíveis que possam ser consideradas na discussão sobre o tema.

2.4.1 *Melissa officinalis*

A erva-cidreira verdadeira, também conhecida como *Melissa officinalis* L., é uma planta da família *Lamiaceae*, originária da Ásia e Europa, que foi introduzida no Brasil há mais de um século e hoje é cultivada em todo o país. A *Melissa officinalis* é amplamente utilizada na medicina devido aos seus compostos ativos, incluindo óleo essencial, taninos,

flavonoides, glicosídeos e ácidos rosmarínico, além dos compostos beta e alfa citral, que são essenciais para o efeito farmacológico da planta (Maseiro, *et al.* 2021).

Os óleos essenciais são extraídos das plantas através de um processo de destilação ou prensagem a frio, e são considerados uma parte fundamental para o efeito terapêutico das plantas. Estes óleos podem conter mais de 100 compostos diferentes, cada um com uma função específica, que contribuem para as propriedades medicinais da planta (Silva, 2015).

A planta *Melissa officinalis* é famosa por suas propriedades sedativas e antiespasmódicas, e é, frequentemente, utilizada como um auxiliar para distúrbios do sono. Além disso, devido às suas propriedades tranquilizadoras, também pode ser útil no processo de perda de peso, uma vez que ajuda a diminuir a compulsão por comida (KENNEDY *et al.*, 2004).

Figura 2 - Foto da planta *Melissa officinalis*



Fonte: Forest e Kim Starr (2023).

2.4.2 *Zingiber officinale*

O Gengibre, também conhecido como *Zingiber officinale*, é uma planta herbácea, vivaz e aromática da família *Zingiberaceae*. Embora acredite-se que sua origem seja da Índia, essa planta foi aclimatada no Brasil. A parte da planta que é utilizada é o rizoma, que

é um tipo de caule subterrâneo rasteiro e carnoso, muitas vezes confundido com a raiz. Ele possui um sabor picante (TESKE; TRENTINI, 2001).

Essa planta possui diversas propriedades medicinais, e seus principais constituintes são os gingeróis, gigerones e shogaols (que são produtos resultantes da quebra do gingerol), além de componentes voláteis (terpenos) e não voláteis (compostos fenólicos e alcaloides), bem como gorduras, ceras, vitaminas e minerais. Além disso, a enzima zigibain também é encontrada no rizoma do Gengibre (SILVA, 2012). É capaz de elevar a temperatura corporal, tornando-se um termogênico natural que aumenta a queima calórica do organismo. Além disso, essa raiz também pode ajudar a reduzir o apetite e diminuir a absorção de gorduras pelo corpo, contribuindo para a perda de peso.

Figura 3 – Foto da planta *Zingiber officinale* (Gengibre)



Fonte: Google Imagens (2023).

2.5 ATENÇÃO FARMACÊUTICA

Medicamentos fitoterápicos são regulamentados no Brasil da mesma forma que os medicamentos convencionais e devem cumprir com critérios semelhantes de qualidade, segurança e eficácia estabelecidos pela ANVISA. Todos os produtos fitoterápicos fabricados

industrialmente precisam ser registrados pela ANVISA, para garantir que a população tenha acesso a medicamentos seguros e de alta qualidade (BRASIL, 2013).

De acordo com o que foi dito, o uso apropriado de fitoterápicos deve ser realizado sob orientação de um profissional de saúde para evitar possíveis problemas (de saúde). O uso inadequado pode levar a alguns problemas, que variam desde a falta de eficácia terapêutica até reações adversas graves, dependendo da forma como são utilizados. Portanto, é crucial que haja controle sanitário desses produtos e conscientização da população sobre seus riscos. É importante que os cuidados com os fitoterápicos sejam os mesmos que são destinados a outros medicamentos. Nesse sentido, é fundamental que as pessoas procurem informações com profissionais de saúde, informem ao médico sobre o uso de medicamentos fitoterápicos ou plantas medicinais, comuniquem as ocorrências de reações adversas, adquiram os produtos apenas em farmácias e drogarias autorizadas pela Vigilância Sanitária, sigam sempre as orientações descritas na bula, não tomem medicamentos vencidos, armazenem-os em locais apropriados, não associando os fitoterápicos a outros medicamentos sem orientação profissional e desconfie de produtos que prometem curas rápidas e milagrosas. (CARVALHO *et al.*, 2007).

O crescente uso indiscriminado de medicamentos fitoterápicos tem levado muitas pessoas a acreditarem que esses produtos são isentos de toxicidade. No entanto, devido ao fato de que ainda há muito desconhecimento sobre os efeitos desses medicamentos, é fundamental que a atenção farmacêutica seja prestada corretamente para garantir que o paciente esteja recebendo informações precisas e adequadas sobre o uso desses medicamentos, contribuindo para um uso racional dos mesmos. O farmacêutico deve monitorar cuidadosamente a utilização dos medicamentos através de fichas de controle farmacoterapêutico e orientar os pacientes sobre o uso de medicamentos de venda livre. Quando se trata de medicamentos para controle de obesidade, é ainda mais importante que o paciente busque o auxílio de um profissional farmacêutico qualificado, que possa oferecer atenção farmacêutica especializada, pois cada medicamento apresenta diferentes reações adversas, algumas das quais podem ser graves, como arritmias cardíacas, surtos psicóticos e dependência química (COSTA, 2015).

A prática da Atenção Farmacêutica tem como propósito reduzir os efeitos negativos e mortais decorrentes do uso inadequado de medicamentos, por meio do engajamento do farmacêutico junto ao paciente e outros profissionais da área da

saúde, visando promover um uso racional dos medicamentos (BOUCHACOURT; WEIZENMANN; SOUZA *et al.*, 2011).

No contexto atual, é comum a comercialização de medicamentos fitoterápicos sem registro na ANVISA, não somente em farmácias e drogarias, mas também em sites de internet. Muitas pessoas consomem esses produtos sem a orientação de um profissional (de saúde), o que pode levar à automedicação incorreta e consequências graves à saúde. Diante disso, é fundamental que essas pessoas procurem orientação farmacêutica em uma farmácia autorizada, uma vez que cabe ao farmacêutico, através da prática da atenção farmacêutica, orientar os pacientes quanto ao uso adequado, indicações, contra indicações e possíveis efeitos colaterais de cada medicamento. O farmacêutico desempenha um papel importante na promoção do uso racional de medicamentos e na prevenção de danos à saúde decorrentes da automedicação (COSTA, 2015).

3 MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia adotada neste trabalho é baseada em uma revisão bibliográfica, envolvendo a consulta de artigos científicos, livros e relatórios de organizações de saúde. Foram selecionadas fontes recentes e relevantes para a temática, com o objetivo de proporcionar uma análise atualizada e abrangente. Para a pesquisa de artigos foram utilizadas palavras-chaves que apresentassem relação com o tema pesquisado, como: obesidade, fitomedicamentos, uso indiscriminado de medicamentos e padronização de modelos de corpos, impostos pela sociedade.

O referencial teórico foi retirado de artigos científicos depositados na base de dados Google Acadêmico, Scielo, Pubmed, Revista Saúde Coletiva e em livros relacionados ao tema de obesidade, uso irracional de medicamentos e prática de fitoterapia.

4 CONCLUSÃO

A obesidade é um problema que afeta pessoas de diferentes origens e idades em todo o mundo, representando um grande risco para a saúde. A primeira medida para lidar com a obesidade é adotar hábitos alimentares saudáveis e praticar exercícios físicos regularmente. Ela deve buscar ajuda profissional para tratar a obesidade com medicamentos, a fim de minimizar os efeitos colaterais e promover um tratamento de maior eficácia e qualidade na saúde e no bem estar do indivíduo.

Os meios de comunicação e as redes sociais nos colocam constantemente sob pressão estética para atingir o corpo ideal, que é magro. Essa mensagem é cada vez mais evidente em revistas, TV e na internet. No Brasil, a beleza é frequentemente associada à felicidade, e as mulheres estão cada vez mais buscando se encaixar nos padrões estéticos vigentes, o que pode afetar sua autoestima.

Alguns dos medicamentos fitoterápicos recomendados para perda de peso não têm estudos científicos que comprovem sua eficácia e segurança toxicológica. No entanto, este estudo mostrou que os fitoterápicos podem ter resultados significativos na redução de peso. Ainda assim, a questão é controversa e requer mais pesquisas para avaliar a forma adequada de prescrição e a eficácia dos tratamentos. Como exemplo temos a *Melissa officinalis* e a *Zingiber officinale* que são comumente usadas no tratamento da obesidade, mas é necessário desenvolver mais estudos para definir a melhor abordagem médica, bem como a dosagem e continuidade do tratamento para os indivíduos.

5 REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, U.P., HANAZAKI, N. As pesquisas estão dirigidas na descoberta de novos fármacos de interesse médico e farmacêutico: fragilidades e perspectivas. **Rev. Bras. Farmacogn**, João Pessoa, vol.16, p. 678-689, 2006. Acesso em 23 de Março de 2023.
- ALVES, D *et al.* **Cultura e imagem corporal**. Motricidade[online]. v.5, n.1, p.1-20, Jan.2009. Acesso em 22 de Abril de 2023.
- ANDRADE, Â; BOSI, M. L. M. **Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino**. Revista de Nutrição. Campinas, vol.16, n° 1, p.117-125, jan/março, 2003. Acesso em 22 de Abril de 2023.
- AZEVEDO, Shirlaine Nascimento de. **Em busca do corpo perfeito: um estudo do narcisismo**. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Acesso em 22 de Abril de 2023.
- BARBOSA, M. R., MATOS, P. M., & COSTA, M. E. (2011). **Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje**. Psicologia & Sociedade, 23(1), 24-34. Acesso em 22 de Abril de 2023.
- BERNARDI, F.; CICHARELO, C.; VITOLO, M. R. Comportamento de restrição alimentar e obesidade. Revista de Nutrição [online], v.18, n.1, p. 85-93, fev. 2005. Acesso em 22 de Abril de 2023.
- 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 19 de Abril de 2023.
- 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 Abril de 2023.
- BRASIL. ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **O que devemos saber sobre medicamentos**. p.52-53, 2010a. Disponível em: <file:///C:/Users/Master>

83/Downloads/Cartilha- %20o%20que%20 devemos%20 saber%20sobre%20a medicamentos.pdf. Acesso em 02 de Março de 2023.

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](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012001000017). Acesso em 02 de Março de 2023.

CARVALHO, Nelly de Carvalho. **A Linguagem da Sedução**. São Paulo: Editora Ática, 2002. Acesso em: 23 de Abril de 2023.

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: 19 de Abril de 2023.

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%C3%81PICOS%20NO%20TRATAMENTO%20DA%20OBESIDADE.pdf>. Acesso em 23 de Março de 2023.

COSTA, I.C.F. A Importância da atenção farmacêutica no uso de fitoterápicos emagrecedores contendo sene (Cassia angustifólia Vanh). **Revista Especialize On-line 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 Março de 2023.

GIRALDI, M., HANAZAKI, N. Uso e conhecimento tradicional de plantas medicinais no sertão do Ribeirão, Florianópolis, SC, Brasil. **Acta Botânica Brasilica**, vol.24 no.2, São Paulo, Abr./Jun., 2010. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext & pid=S0102-33062010000200010](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-33062010000200010). Acesso em 02 de Abril de 2023.

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 19 de Abril de 2023.

LAMOUNIER, J. A.; PARIZZI, M. R. Obesidade e Saúde Pública. *Cad. Saúde Pública* [online], v.23, n.6, p.1497-1499, jun.2007.

MALDONADO, GISELA DE ROSSO. A Educação Física e o Adolescente: A Imagem corporal e a estética da transformação na mídia impressa. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, São Paulo, Ano 5, n.1,2006. Disponível em:< www3.mackenzie.br/editora/index.php/remef/article/view/.../1006>. Acesso em: 19 de Abril 2023.

Masiero, M. A., Viana, C. M. S. SLupepsa, C. T. Silva, F. de Almeida, G. M. C. Tombolato, J. P., ... & de Lima, D. M. (2021). Propagação vegetativa de *Melissa officinalis* L. por estaquia. *Biodiversidade*, 20(1).

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 Março de 2023.

SEGAL, A.; FANDIÑO, J. Indicações e contraindicações para realização das operações bariátricas. *Rev. Bras. Psique*, v. 24, supl. III, p. 68-72, 2002.

SILVA, N. A, G. Estudos dos efeitos vasculares e renais causados pelo 6- glicerol isolado do gengibre. Departamento de Fisiologia e Farmacologia, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2012.

Silva, T. C. (2015). Produção de biomassa, teor e composição química do óleo essencial de *Melissa officinalis* L. sob omissão de nutrientes e em consórcio com

Anchillea millefolium L., 2015. Dissertação (mestrado acadêmico) –Universidade Federal de Lavras.

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](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2008000400021). Acesso em 02 de Março de 2023.

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 23 de Março de 2023.

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](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2005000400019). Acesso em 26 de Março de 2023.