



Ministério da Educação – Brasil
Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM
Minas Gerais – Brasil

Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas
Reg.: 120.2.095 – 2011 – UFVJM
ISSN: 2238-6424

QUALIS/CAPES – LATINDEX
Nº. 11 – Ano VI – 05/2017
<http://www.ufvjm.edu.br/vozes>

O uso de plantas medicinais com atividade emagrecedora entre acadêmicos de uma instituição do norte de Minas Gerais

Prof^a. MSc. Eurislene Moreira Antunes Damasceno
Graduação em Farmácia, Mestrado em Cuidado Primário em Saúde, Professora das
Faculdades Integradas do Norte de Minas – FUNORTE -
<http://lattes.cnpq.br/4278199819394886>
E-mail: lene.euris@yahoo.com.br

Prof.. Ricardo Lopes Rocha
Graduação em Odontologia, Mestre em Clínica Odontológica, Professor adjunto da
Universidade Federal dos vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM
<http://lattes.cnpq.br/3783459672644550>
E-mail: ricardolopes.ufvjm@gmail.com

Prof. Dr. Marcos Luciano Pimenta Pinheiro
Graduação em Farmácia-Análises Clínicas, Mestrado e Doutorado em Farmacologia,
Anestesiologia e Terapêutica, Professor Associado da Universidade Federal dos
Vales do Jequitinhonha e Mucuri - UFVJM – Campus JK, Diamantina- MG.
<http://lattes.cnpq.br/3649352974642750>
E-mail: marcospimenta2@gmail.com

Nathália Jamille Moreira Nascimento David
Graduação em Medicina, Residência em Pediatria
Funcionária do Hospital Risoleta Neves –
<http://lattes.cnpq.br/0052128549568805>
E-mail: nathaliajamille@yahoo.com.br

Larissa Fernandes Ruas
Graduação em Nutrição
<http://lattes.cnpq.br/1650957521592872>
E-mail: lararuas335@hotmail.com

Nadilla Soares de Almeida
Graduação em Nutrição
<http://lattes.cnpq.br/3783459672644550>
E-mail: nadilaalmeida@hotmail.com

Resumo: Atualmente, o uso de plantas medicinais com finalidade de emagrecimento está se tornando uma das terapias preferenciais devido ao fácil acesso a esses produtos. **Objetivo:** Identificar quais as plantas medicinais utilizadas com o intuito de emagrecer pelos acadêmicos da área de saúde de uma Instituição Privada do interior de Minas Gerais e se há acompanhamento profissional quanto à orientação e ao uso dessas substâncias. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, realizado com 252 graduandos a partir de um questionário adaptado para a coleta de dados. **Resultados:** a média de idade dos participantes foi entre 18 a 54 anos, a maioria na faixa etária de 21 a 25 anos, do gênero feminino e cursando enfermagem. Constatou-se o uso de plantas medicinais por 15,07% dos estudantes com a finalidade de emagrecimento. A espécie mais relatada foi o chá verde. **Conclusão:** Um percentual considerável de estudantes faz uso de plantas medicinais para emagrecer e este fato nos induz a sugerir mais estudos que visem ao mapeamento, disponibilidade e detecção de princípios ativos da flora medicinal local a fim de comprovar a sua eficácia ou toxicidade de acordo com a indicação popular que lhe são atribuídas.

Palavras chave: Plantas medicinais, Obesidade, Perda de peso.

Introdução

Estima-se que existam 250 milhões de pessoas, ou 7% da população adulta, apresentando diagnóstico de obesidade em todo o mundo, o que caracteriza uma epidemia e um grave problema de saúde pública. Esta condição está relacionada ao aumento das taxas de mortalidade e morbidade (CLAUDINO e ZANELA, 2007; YUN, 2010).

O ingresso no ensino superior é considerado um marco importante na vida e exige dedicação ostensiva dos estudantes. Uma mudança nos hábitos alimentares aliada à redução da atividade física pode decorrer deste fato, principalmente naqueles que dividem o seu dia entre estudo e trabalho, aumentando assim o índice

de estudantes universitários que se encontram acima do peso ideal (MARCONDELLI *et al.*, 2008).

Os medicamentos sintéticos empregados para o tratamento da obesidade têm o sistema nervoso central como seu principal alvo de ação, podendo causar efeitos colaterais como insônia, cefaleia e irritabilidade. Além disso, necessitam de prescrição médica e acompanhamento terapêutico inviabilizando o acesso ao tratamento de pessoas de baixo poder aquisitivo (VERDI *et al.*, 2013).

Vale ressaltar ainda que, muitos desses medicamentos sintéticos, em sua grande maioria derivados anfetamínicos, foram retirados do mercado por apresentarem relações risco-benefício desfavoráveis no que diz respeito aos seus efeitos colaterais (PAUMGARTTEN, 2011).

O uso de plantas medicinais ocorre desde a antiguidade sendo um dos primeiros recursos terapêuticos utilizados pelo homem de maneira empírica por meio da observação dos seus efeitos (IOANNIDES-DEMOS *et al.*, 2011). Atualmente, é uma das terapias mais utilizadas no combate ao excesso de peso e seu uso está se tornando o tratamento de primeira escolha pela população devido ao fácil acesso a esses compostos (CORTÊS, 2013).

Estudos sobre essas plantas são realizados para definir sua eficácia, e esclarecer os reais benefícios ou possíveis danos ao organismo (DAMASCENO *et al.*, 2014). Devido à grande complexidade dos fitoterápicos, é importante lembrar que o consumo dos mesmos deve ser preferencialmente orientado por um profissional de saúde capaz de indicar e prescrevê-los com indicações terapêuticas relacionadas ao seu campo de conhecimento específico (KALLUF, 2007).

O objetivo deste estudo foi identificar quais são os tipos de plantas medicinais utilizadas com a finalidade de emagrecimento pelos acadêmicos de uma instituição privada de ensino superior do interior de Minas Gerais, e se há orientação e acompanhamento profissional no dessas substâncias.

Materiais e métodos

O presente estudo do tipo transversal foi desenvolvido em conformidade com o preconizado pela Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e aprovado

pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Associação Educativa do Brasil /SOEBRAS, sob o parecer 057719/2015.

A amostra foi constituída de 252 sujeitos, na faixa etária de 18 a 52 anos dos cursos de Nutrição, Farmácia, Biomedicina, Enfermagem, Psicologia e Fonaudiologia, da Faculdade de Saúde Ibituruna e os dados foram coletados pelos pesquisadores nos meses de agosto e setembro de 2015.

Foram considerados os seguintes critérios de inclusão: estar devidamente matriculado na instituição e aceitar participar de forma voluntária da pesquisa.

O instrumento para a coleta dos dados foi um questionário estruturado auto-aplicado, adaptado do estudo de Teixeira *et al.* (2014), composto de perguntas abertas e fechadas distribuídas em duas partes: a primeira referente aos dados sociodemográficos dos acadêmicos (idade, gênero e período); a segunda parte sobre o uso das plantas medicinais, como frequência de uso, efeitos terapêuticos entre outros.

Os dados foram tabulados, a análise foi realizada com o auxílio do Software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, versão 19.0) e os resultados apresentados em tabelas.

Resultados e discussão

Tabela 1. Dados sociodemográficos dos acadêmicos de uma instituição de ensino superior de Montes Claros – MG.

Variável	Frequência (n)	Porcentagem (%)
Idade:		
18 a 20	83	32,9
21 a 25	103	40,9
26 a 35	54	21,4
Maiores de 36 anos	12	4,8
Gênero		
Masculino	35	13,9
Feminino	217	86,1
Origem		
Rural	19	7,5
Urbana	233	92,5
Curso		
Nutrição	86	34,1
Farmácia	16	6,3

Biomedicina	3	1,2
Enfermagem	126	50
Psicologia	10	4
Fonoaudiologia	11	4,4

Como observado na tabela 1, os acadêmicos participantes do estudo apresentavam idade entre 18 a 54 anos, observando-se a maior prevalência na faixa etária de 21 a 25 anos (40,9%). Na distribuição pelo gênero, as mulheres predominaram com 86,1% da amostra em comparação com 13,9% do gênero masculino. Pereira & Malafaia (2014), em pesquisa semelhante, observaram que a população predominante foi do gênero masculino (50,3%) com média de idade de 21 anos.

Quanto à origem, 92,5% dos acadêmicos eram provenientes da área urbana enquanto 7,5% da área rural. Em relação ao curso, 126 acadêmicos eram do curso de enfermagem (50%), 86 do curso de Nutrição (34,1%), 16 da Farmácia (6,3%), 11 da fonoaudiologia (4,4%), 10 da Psicologia (4%) e três da Biomedicina (1,2%). Viveiros e colaboradores (2004) relataram resultados diferentes nos percentuais de estudantes da área de saúde, sendo assim distribuídos: Enfermagem (17,86%), Medicina (10,7%), Odontologia (17,86%), Farmácia (17,86%), Nutrição (17,86%) e Biologia (17,86%).

Tabela 2. Informações sobre o uso de plantas medicinais dos acadêmicos de uma instituição de ensino superior de Montes Claros – MG.

Variável	Frequência (n)	Porcentagem (%)
Utiliza regulamente plantas medicinais para tratamento de alguma doença?		
Sim	69	27,4
Não	182	72,2
Quem mais lhe influenciou a usar plantas medicinais?		
Pai	26	10,3
Mãe	82	32,5
Avós	97	38,5
Tios	4	1,6
Cônjuge	2	0,8
Amigos	5	2

Outros	36	14,3
No geral o que você acha do efeito das plantas?		
Fraco	21	8,3
Moderado	174	69,0
Acentuado	57	22,7
Você acha que as plantas são mais eficazes que os medicamentos encontrados na farmácia?		
Sim	58	23
Não	193	76,6
Não respondeu	1	0,4
Aconselha outras pessoas a usar plantas medicinais?		
Sim	168	66,7
Não	83	32,9
Não respondeu	1	0,4
Já sentiu algum mal estar (efeito adverso) após o uso de alguma planta medicinal?		
Sim	15	6
Não	235	93,3
Não respondeu	2	0,8
Algum profissional já indicou o uso de plantas medicinais?		
Sim	58	23,0
Não	194	77,0

Tabela 3: Utilização e nomes de plantas medicinais utilizadas para emagrecer por acadêmicos de uma instituição de ensino superior da cidade de Montes Claros – MG.

Variável	Frequência (n)	Porcentagem (%)
Você já usou alguma planta medicinal para emagrecer?		
Sim	38	15,07
Não	214	84,92
Nome popular e Nome científico da planta:		
Chá Verde (<i>Camellia sinensis</i> (L.) Kuntze)	10	26,3
Garcinia (<i>Garcinia cambogia</i> Desr.)	1	2,6
Cana de Macaco (<i>Costus spicatus</i> (Jacq.) S.w.)	1	2,6
Gengibre (<i>Zingiber officinale</i> (Willd.) Roscoe)	2	5,3
Carqueja (<i>Baccharis trimera</i> (Less.) DC)	2	5,3
Sene (<i>Cassia angustifolia</i> Vahl.)	2	5,3
Hibisco (<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.)	3	7,9
Graviola (<i>Annona muricata</i> L.)	1	2,6

Noz da Índia (<i>Aleurites moluccana</i> (L.) Willd)	1	2,6
Canela (<i>Cinnamomum zeylanicum</i> Blume)	1	2,6
Bugre Branco (<i>Casearia sylvestris</i> Sw.)	1	2,6
Cavalinha (<i>Equisetum arvense</i> L.)	3	7,9
Goji Berry (<i>Lycium barbarum</i> L.)	2	5,3
Pata de Vaca (<i>Bauhinia forficata</i> Link)	1	2,6
Quina (<i>Quassia amara</i> L.)	1	2,6
Pholia Magra (<i>Cordia ecalyculata</i> Vell)	2	5,3
Porangaba (<i>Cordia salicifolia</i> Cham.)	1	2,6
Girassol (<i>Helianthus annuus</i> L.)	1	2,6
Parte utilizada da planta:		
Entre casca do caule	1	2,6
Folha	28	73,7
Flor	2	5,3
Semente	3	7,9
Raiz	1	2,6
Cápsulas	1	2,6
Entre casca /folha/ semente	2	5,3
Modo de preparo:		
Infusão ou Chá	33	86,8
Fervura	3	7,9
Suco ou Sumo	1	2,6
Maceração com água	1	2,6
Onde encontrar:		
Farmácia/ Manipulação	10	26,3
Na natureza, quintal	5	13,2
Mercado Municipal	3	7,9
Supermercado	3	7,9
Pastorais e lojas de produtos naturais	1	2,6
Lojas de produtos naturais	1	2,6
Não respondeu	15	39,5
Perdeu peso?		
Sim	25	65,8
Não	13	34,2

Em relação aos dados sobre o uso de plantas medicinais, a tabela 2 revela que apenas 27,4% dos estudantes as utilizam regularmente para o tratamento de alguma doença. Entretanto, Paulino e colaboradores (2011) relataram o uso frequente por 99,4% dos estudantes da área de saúde da Universidade Federal de Mossoró. Ainda na tabela 2, observa-se que a influência para o uso veio com mais frequência por meio dos avós (38,7%), seguido pelas mães (32,5%) e pelos pais (10,3%). Dados em concordância com a pesquisa de Zucchi e colaboradores (2013), que afirmaram que o aprendizado sobre plantas medicinais é repassado de geração a geração pelos parentes mais velhos.

Quanto à avaliação sobre o efeito das plantas medicinais, 174 entrevistados (69%) relataram ser um efeito moderado (tabela 2). Essa afirmação pode encontrar suporte no estudo de Paulino e colaboradores (2011), que relataram que o convívio e o acesso dos estudantes com as plantas medicinais na universidade está associado ao conhecimento sobre esta temática classificando-a como útil e eficaz.

No que diz respeito aos medicamentos encontrados na farmácia, comparada às plantas medicinais, apenas 58 entrevistados (23%) responderam que as plantas são mais eficazes, porém 168 (66,7%) aconselham o uso das mesmas para outras pessoas.

Quanto aos efeitos colaterais, 235 entrevistados (93,3%) relataram que ao utilizarem alguma planta medicinal não sentiram nenhum efeito adverso. E mesmo que em 77% das vezes não tivessem sido indicadas por um profissional, como observado na tabela 2. É crescente o número de profissionais da saúde com o interesse em se capacitar na área de fitoterápicos, pois esse conhecimento os proporcionará novas ferramentas de trabalho (BRASIL, 2012).

Segundo o estudo de Ibiapina (2014), a capacitação da Equipe de Saúde da Família com a intenção de fornecer conhecimento sobre a segurança e eficácia do uso das plantas medicinais tem se constituído numa ferramenta adotada pelos gestores no intuito de envolver a população no resgate cultural de seu uso.

Faz-se necessário desmistificar a crença que os produtos de origem natural sejam destituídos de perigos e riscos para o consumidor. Existe o perigo de se colher a planta errada, muitas vezes tóxica, ou ainda, obter-se preparados à base de ervas, comercializados após a adição intencional de potentes substâncias sintéticas não declaradas (AKERELE, 1998).

Na tabela 3 pode-se observar que do total dos entrevistados, 38 (15,7%) relataram fazer uso de plantas para emagrecer. Observou-se que a planta mais utilizada foi o Chá verde, relatada por 26 entrevistados (10%), seguido pelo uso das plantas Hibisco e Cavalinha, ambas utilizadas por três entrevistados (7,9%). Gengibre, Carqueja, Sene, Goji Berry, Chá Branco e Pholia Magra, foram utilizados por 2 entrevistados, cada, representando um percentual de 5,2% cada uma. No estudo realizado em Cuiabá por Teixeira e colaboradores (2014), as plantas que tiveram mais destaque foram: Sene, Pau-tenente, Chá verde, Pholia magra e Carqueja. Além disso, segundo o estudo de Mazzanti e colaboradores (2009), o chá

verde é o campeão de prescrições entre os produtos utilizados para emagrecimento e é amplamente utilizado em todo o mundo, devido à sua ação antioxidante aliada à perda de peso. Alguns estudos revelam que o consumo deste chá pode reduzir o risco de doenças cardiovasculares, degenerativas e até mesmo câncer (MAZZANTI *et al.*, 2009). O chá verde, portanto, é um forte aliado para reduzir a taxa de gordura corporal, em uma rotina saudável em que a boa alimentação e as atividades físicas caminham em sincronia (BELTRAN *et al.*, 2014).

Os dados referentes o modo de preparo, na tabela 3, indicam que dos entrevistados que fizeram uso das plantas, 33 deles as utilizaram por meio de infusão ou chá (86,8%), três as utilizaram por meio de fervura (7,9%) e o uso por meio do suco, sumo ou maceração com água, foi feito por uma pessoa cada (2,6%). A parte das plantas mais frequentemente utilizadas foram as folhas e as sementes, relatadas respectivamente por 28 (71,42%) e três entrevistados (7,9%), respectivamente, resultados semelhantes aos relatados por Zucchi e colaboradores (2013), que encontraram as folhas como as partes mais utilizadas.

Na tabela 3 pode-se observar que a maioria das plantas medicinais (26,3%) foram encontradas nas farmácias de manipulação. Em contrapartida, Pereira e Malafaia, (2014) relataram que em seu estudo realizado com os acadêmicos do Instituto Federal de Goiás, as plantas utilizadas por estes acadêmicos eram cultivadas em suas residências ou na dos seus familiares.

Ao avaliar a perda de peso, observou-se que de um total de 38 estudantes que utilizaram as plantas, 25 deles, representado um percentual significativo de 65,8%, relataram ter perdido peso. No estudo de Teixeira e colaboradores (2014), houve emagrecimento por meio do uso de plantas medicinais em 31% dos indivíduos.

Observou-se que a maioria dos entrevistados no presente estudo (84,92%) nunca utilizou plantas medicinais com o intuito de emagrecer, porém acreditam que as plantas exercem efeito terapêutico moderado e 168 deles (66,7%) aconselhariam outras pessoas a utilizarem.

Conclusão

Diante dos dados obtidos, conclui-se que um percentual considerável de estudantes faz uso de plantas medicinais para emagrecer e este fato nos induz a sugerir mais estudos que visem ao mapeamento, disponibilidade e detecção de princípios ativos da flora medicinal local a fim de comprovar a sua eficácia ou toxicidade de acordo com a indicação popular que lhe são atribuídas.

Referências

- AKERELE, O. Medicinal plants and primary health care: an agend for action. *Fitoterapia*, Milano, v.59, n.5, p.335-336, 1998.
- BELTRAN, C.C. Os benefícios do chá verde no metabolismo da gordura corporal. *Revista Científica da FHO/UNIARARAS*. 2014; 2(1):41-49
- BRASIL, Ministério da Saúde. Práticas integrativas e complementares: Plantas Medicinais e Fitoterapia na Atenção Básica. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Cadernos de Atenção Básica*, n 31, Brasília – DF, 153 p, 2012.
- CLAUDINO, A.M; ZANELLA, M.T. *Transtornos Alimentares e Obesidade*. 1ª reimpressão. Barueri: Manole, 2007.
- CORTÊS, D.M.P. *A fitoterapia no tratamento da obesidade*. Porto: Universidade Fernando Pessoa, 2013, 42 p. Dissertação (Mestrado).
- DAMASCENO, E.M.A.; MELO, C.A.; SOUZA, P.O . Atividade farmacológica da planta *Amburana cearensis* (imburana) frente a estudo etnofarmacológico em Monte Azul-MG. *Revista Brasileira de Pesquisa em Ciências da Saúde*. v. 1, n. 2, p. 28-3. 2014.

- IBIAPINA, W.V.; LEITÃO, B.P.; BATISTA, M.M.; PINTO, D.S. Inserção da Fitoterapia na Atenção Primária aos Usuários do SUS. *Revista Ciência Saúde Nova Esperança*. 2014; 12(1):58-68.
- IOANNIDES-DEMOS, L.L.; PICCENNA L.; MCNEIL JJ. Pharmacotherapies for Obesity: Past, Current, and Future Therapies. *J. Obes.* v.17, p. 96-74. 2011.
- KALLUF, L.J.H. A realidade da fitoterapia na prática do nutricionista. *Revista CRN 3*. 2007.
- MARCONDELLI, P.; COSTA, T.H.M.D.; SCHMITZ, B.D.A.S. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. *Revista de Nutrição*, v. 21, p. 39-47, 2008.
- MAZZANTI, G; MENNITI-IPPOLITO, F; MORO, P.A.; CASSETTI, F; RASCETTI, R; SANTUCCIO, C. *et al.* Hepatotoxicity from green tea: a review of the literature and two unpublished cases. *Eur J Clin Pharmacol.* v.65, p.331-341, 2009.
- PAULINO, R.C.; HENRIQUES, G.; COELHO, M.; MAIA, S. Conhecimento Sobre Plantas Medicinais Entre Alunos da Universidade Federal do Semi Árido, Mossoró, RN. *Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável*, v. 6, n. 4. 78-90, 2012.
- PAUMGARTTEN, F.J.R. Tratamento farmacológico da obesidade: a perspectiva da saúde pública. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 27(3):404-405, mar, 2011
- PEREIRA, I.R. MALAFAIA, G. Conhecimentos Sobre Plantas Medicinais Entre Estudantes do Instituto Federal Goiano-Câmpus Urutaí, GO. *Saúde e Pesquisa*, v. 7, n. 2. 2014.
- TEIXEIRA, G.S.; FREIRE, R.N.; FONSECA, M.I.L.; BIESKI, I.G.C. Plantas medicinais, fitoterápicos e/ou nutracêuticos utilizados no controle da obesidade. *FLOVET – Boletim do Grupo de Pesquisa da Flora, Vegetação e Etnobotânica.*, v.1 (6):27-42, 2014.
- VERDI S.; YOUNES S.; BERTOL C.D. Avaliação da qualidade microbiológica de cápsulas e chás de plantas utilizadas na assistência ao tratamento da obesidade. *Rev. bras. plantas med.* 2013.
- VIVEIROS, A.A.; GOULART, P.F.; ALVIM, N.A.T. A influência dos meios sociocultural e científico no uso de plantas medicinais por estudantes universitários da área da saúde. *Esc. Anna Nery Rev. Enferm*, v. 8, n. 1, p. 62-70. 2004.

YUN, J.W. Possible anti-obesity therapeutics from nature – A review. *Phytochem.* v.71, p.1625–1641. 2010.

ZUCCHI, M.R.; OLIVEIRA JÚNIOR, V.F.; GUSSONI, M.A.; SILVA, M.B.; SILVA, F.C.; MARQUES, N.E. Levantamento etnobotânico de plantas medicinais na cidade de Ipameri-GO. *Rev. bras. plantas med*, v. 15, n. 2, p. 273-279. 2013.

Processo de Avaliação por Pares: (*Blind Review* - Análise do Texto Anônimo)

Publicado na Revista Vozes dos Vales - www.ufvjm.edu.br/vozes em: 05/2017

Revista Científica Vozes dos Vales - UFVJM - Minas Gerais - Brasil

www.ufvjm.edu.br/vozes

www.facebook.com/revistavozesdosvales

UFVJM: 120.2.095-2011 - QUALIS/CAPES - LATINDEX: 22524 - ISSN: 2238-6424

Periódico Científico Eletrônico divulgado nos programas brasileiros *Stricto Sensu*
(Mestrados e Doutorados) e em universidades de 38 países,
em diversas áreas do conhecimento.