

O CRESCIMENTO EXPONENCIAL NO USO DE MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS NO BRASIL AO LONGO DOS ANOS

THE EXPONENTIAL GROWTH IN THE USE OF HERBAL MEDICINES IN BRAZIL
OVER THE YEARS

EL CRECIMIENTO EXPONENCIAL DEL USO DE MEDICAMENTOS HIERBAS EN
BRASIL A LO LARGO DE LOS AÑOS

Hermínio Oliveira Medeiros¹, Edson Serrano², Erick Alves Soares³, Gerefesson Carlos de Almeida⁴

DOI: 10.54899/dcs.v22i83.3680

Recibido: 23/09/2025 | Aceptado: 13/10/2025 | Publicación en línea: 29/10/2025.

RESUMO

O presente estudo analisou os benefícios bem como os impactos do uso de medicamentos fitoterápicos sem o devido conhecimento toxicológico, avaliando seus benefícios e riscos para a saúde da população brasileira. O estudo teve como objetivo geral, analisar os impactos do uso de medicamentos fitoterápicos sem o devido conhecimento toxicológico, avaliando se essa prática representa riscos ou benefícios à saúde da população, e específicos como, avaliar os benefícios relatados do uso desses medicamentos, investigar aspectos relacionados à toxicidade, dosagem e contraindicações, e identificar possíveis efeitos adversos decorrentes do uso indiscriminado. Trata-se de uma revisão bibliográfica exploratória, utilizando bases de dados como BVS, SCIELO, LILACS e Google Acadêmico, com critérios de inclusão de artigos publicados entre 2018 e 2025, em português e inglês, que abordem fitoterapia, toxicologia e uso racional de plantas medicinais. A fitoterapia, prática milenar reconhecida pela Organização Mundial da Saúde e pelo Sistema Único de Saúde, apresenta benefícios como eficácia terapêutica, menor incidência de efeitos colaterais e custo acessível. No entanto, ressalta-se a importância do conhecimento sobre toxicidade e posologia correta, uma vez que o uso inadequado pode provocar efeitos adversos graves, incluindo hepatotoxicidade, nefrotoxicidade e interações medicamentosas. A falta de controle de qualidade e a crença equivocada na segurança absoluta dos produtos naturais aumentam esses riscos. Espera-se que os resultados desta pesquisa contribuam para a conscientização da população e dos profissionais de saúde sobre a necessidade do uso racional e seguro dos fitoterápicos.

Palavras-chave: Plantas Medicinais. Fitoterapia. Toxicidade. Uso Racional de Medicamentos.

¹ Doutor em Saúde Pública, Faculdade do Futuro (FAF), Manhuaçu, Minas Gerais, Brasil.
E-mail: prof.herminiomedeiros@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4406-6186>

² Graduando em Farmácia, Faculdade do Futuro (FAF), Manhuaçu, Minas Gerais, Brasil.
E-mail: edsondoleia@yahoo.com.br

³ Graduando em Farmácia, Faculdade do Futuro (FAF), Manhuaçu, Minas Gerais, Brasil.
E-mail: erick_alsor@hotmail.com

⁴ Graduando em Farmácia, Faculdade do Futuro (FAF), Manhuaçu, Minas Gerais, Brasil.
E-mail: gerefessonirupifarma@icloud.com

ABSTRACT

The present study analyzed the benefits as well as the impacts of using herbal medicines without proper toxicological knowledge, evaluating their benefits and risks to the health of the Brazilian population. The general objective of the study was to analyze the impacts of using herbal medicines without proper toxicological knowledge, evaluating whether this practice represents risks or benefits to the population's health, and specific objectives included evaluating the reported benefits of using these medicines, investigating aspects related to toxicity, dosage, and contraindications, and identifying possible adverse effects resulting from indiscriminate use. This is an exploratory bibliographic review, using databases such as VHL, SCIELO, LILACS, and Google Scholar, with inclusion criteria for articles published between 2018 and 2025, in Portuguese and English, that address herbal medicine, toxicology, and rational use of medicinal plants. Herbal medicine, an ancient practice recognized by the World Health Organization and the Unified Health System, offers benefits such as therapeutic efficacy, lower incidence of side effects, and affordable cost. However, the importance of knowledge about toxicity and correct posology is emphasized, as inadequate use can cause serious adverse effects, including hepatotoxicity, nephrotoxicity, and drug interactions. The lack of quality control and the mistaken belief in the absolute safety of natural products increase these risks. It is expected that the results of this research will contribute to the awareness of the population and health professionals regarding the need for the rational and safe use of herbal medicines.

Keywords: Medicinal Plants. Herbal Medicine. Toxicity. Rational Use of Medicines.

RESUMEN

Este estudio analizó los beneficios e impactos del uso de medicamentos herbales sin conocimientos toxicológicos adecuados, evaluando sus beneficios y riesgos para la salud de la población brasileña. El objetivo general del estudio fue analizar los impactos del uso de medicamentos herbales sin conocimientos toxicológicos adecuados, evaluando si esta práctica presenta riesgos o beneficios para la salud de la población. Los objetivos específicos incluyeron evaluar los beneficios reportados del uso de estos medicamentos, investigar aspectos relacionados con la toxicidad, la dosis y las contraindicaciones, e identificar posibles efectos adversos derivados de su uso indiscriminado. Se trata de una revisión exploratoria de la literatura que utilizó bases de datos como BVS, SCIELO, LILACS y Google Académico. Los criterios de inclusión fueron artículos publicados entre 2018 y 2025, en portugués e inglés, que abordaran la fitoterapia, la toxicología y el uso racional de plantas medicinales. La fitoterapia, una práctica ancestral reconocida por la Organización Mundial de la Salud y el Sistema Único de Salud, ofrece beneficios como eficacia terapéutica, menor incidencia de efectos secundarios y un costo accesible. Sin embargo, se enfatiza la importancia de comprender la toxicidad y la dosificación correcta, ya que el uso inadecuado puede causar efectos adversos graves, como hepatotoxicidad, nefrotoxicidad e interacciones farmacológicas. La falta de control de calidad y la creencia errónea en la absoluta seguridad de los productos naturales aumentan estos riesgos. Se espera que los resultados de esta investigación contribuyan a concienciar al público y a los profesionales sanitarios sobre la necesidad del uso racional y seguro de los medicamentos a base de hierbas.

Palabras clave: Plantas Medicinales. Fitoterapia. Toxicidad. Uso Racional de Medicamentos.



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución- NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

INTRODUÇÃO

O uso de plantas medicinais para tratar e prevenir doenças é uma prática milenar que continua a desempenhar um papel relevante em vários lugares do mundo até a atualidade. Popularmente e devido à fácil acessibilidade e preparo, essas plantas veem sendo utilizadas como remédios caseiros (Silva et al., 2021). A Organização Mundial da Saúde (OMS), considera e define como planta medicinal toda e qualquer planta que tenha em sua composição orgânica uma ou varias substâncias terapêuticas.

O mais antigo registro conhecido é o *Pen Ts'ao*, atribuído a Shennong e datado de aproximadamente 2800 a.C., no qual são descritas diversas plantas com seus respectivos usos terapêuticos. Outro documento relevante é o *Papiro de Ebers*, do Egito, datado de cerca de 1500 a.C., que cataloga aproximadamente 150 espécies vegetais e remete a práticas ainda mais antigas. Também merece destaque a obra indiana *Susruta-samhita*, de cerca de 600 a.C., que reúne informações sobre 700 espécies vegetais empregadas na medicina da Índia Antiga. Na China, a primeira farmacopeia oficial foi publicada em 659 d.C., refletindo os saberes da Medicina Tradicional Chinesa com registros que remontam a 2500 a.C. (Hoffmann; Anjos, 2018).

O uso de plantas medicinais consolidou-se como prática terapêutica estruturada ao longo da história, sendo adotado por sistemas médicos distintos. Na Grécia Antiga, Hipócrates de Cós (460–377 a.C.) utilizava cerca de 240 espécies vegetais em seus tratamentos, consolidando o vínculo entre medicina e fitoterapia. Posteriormente, Galeno (122–199 d.C.), referência na medicina romana, produziu mais de uma centena de obras dedicadas à farmacologia, muitas delas centradas no uso medicinal das plantas. Esses registros demonstram que a aplicação de plantas como agentes terapêuticos é parte integrante da história da medicina, tendo evoluído paralelamente em diversas culturas do mundo (Hoffmann; Anjos, 2018).

No final da década de 1970, a Organização Mundial de Saúde (OMS) criou o Programa de Medicina Tradicional, protegendo e promovendo novamente a medicina natural e o uso de fitoterápicos. No que tange o Brasil, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), Portaria nº. 971 de 03 de maio de 2006, e a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, Decreto nº. 5813, de 22 de junho de 2006, foram regulamentadas representando dois marcos de extrema importância para a liberação do uso

responsável de plantas medicinais e de medicamentos fitoterápicos (Franca et al., 2021).

Essas medidas geraram um aumento considerável no uso de plantas medicinais entre a população brasileira, mas especialmente entre os idosos, por um lado devido ao valor econômico mais acessível e por outro lado devido às reações adversas de algumas drogas sintéticas (Badke et al., 2019). No entanto, cabe aqui mencionar a necessidade de adotar medidas seguras em relação ao uso dos fitoterápicos, especialmente no que diz respeito à toxicidade de algumas plantas medicinais, visto que a maior parte da população ainda possui a crença enraizada de que produtos naturais não apresentam nenhum prejuízo à saúde (Badke et al., 2018).

Assim, o presente trabalho buscou, a partir de uma revisão bibliográfica, lançar luz sobre o aumento crescente do consumo de fitoterápicos no Brasil e a relevância de esclarecer para os consumidores desse tipo de terapia, não somente os benefícios, mas acima de tudo os perigos e os efeitos colaterais que podem ocorrer devido ao consumo irracional.

Como foi mencionado e comprovado, o uso de plantas medicinais como alternativa terapêutica é uma prática amplamente difundida no Brasil, influenciada por fatores sociais, econômicos e culturais. Essa tradição popular, embora represente um importante recurso de cuidado à saúde, pode ocasionar problemas quando se trata da crença generalizada de que produtos naturais são isentos de efeitos adversos o que leva ao uso indiscriminado de plantas medicinais, sem o devido conhecimento sobre segurança toxicológica, contraindicações, dosagens e possíveis interações de algumas das espécies vegetais utilizadas em concomitância com medicamentos convencionais.

O trabalho buscou, como objetivo geral, analisar os impactos do uso de medicamentos fitoterápicos sem o devido conhecimento toxicológico, avaliando se essa prática representa riscos ou benefícios à saúde da população. Como objetivos específicos: avaliar os benefícios relatados pelo uso de medicamentos fitoterápicos, mesmo na ausência de orientação técnica ou científica; investigar sobre toxicidade, dosagem e contraindicações dos medicamentos fitoterápicos, e; identificar os possíveis efeitos adversos decorrentes do uso indiscriminado de medicamentos fitoterápicos.

MÉTODO

Caracterização da Pesquisa

A pesquisa foi conduzida através da abordagem qualitativa, o tipo de pesquisa será exploratória descritiva. Para a seleção/sistematização dos dados foi realizada uma revisão bibliográfica tradicional, utilizando os descritores “fitoterapia”, “fitoterápicos”, “fármacos”, utilizando o(s) operador(es) booleano(s) “plantas medicinais”, “cura pelas plantas”, “toxicologia das plantas medicinais”, “fármacos convencionais e não convencionais”. A busca foi realizada através dos bancos de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), SCIELO, LILACS e no Google acadêmico entre outros.

A pesquisa foi realizada durante os meses de maio à julho do ano de 2025, tendo como critérios de inclusão artigos que foram publicados em inglês e português, disponível na íntegra, no período de 2018 a 2025, que abordavam a relação entre os descritores.

Análise dos Dados

Após a coleta dos artigos que se enquadram no espaço temporal predeterminado, foi realizada a verificação dos títulos e logo em seguida a leitura dos resumos desses artigos foi feita para averiguar a compatibilidade do conteúdo destes como o tema da pesquisa. Feito isso, foram excluídos os repetidos e aqueles que não abordem a temática desta revisão.

Em seguida, elaborou-se um quadro onde apresentou-se os artigos, seus autores, objetivos e conclusão compatíveis com os dados relevantes para a o tema da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Fitoterapia é um termo de origem grega, onde “*phyton*” significa vegetal e “*therapeia*” tratamento, que diz respeito e indica o tratamento realizado através das plantas, seja elas em sua forma natural ou derivada, sem o processo de isolamento de seus constituintes ativos, em que são aplicadas com finalidades medicinais (Soares et al., 2021).

De acordo com Donadel et al. (2022), as plantas medicinais são usadas desde a antiguidade e continuam na atualidade constituindo uma alternativa terapêutica para muitas

drogas sintéticas, tendo seu uso abonado pela OMS e pelo SUS, tratando diversos distúrbios de saúde, prevenindo e combatendo epidemias, micróbios e fungos.

Benefícios do Uso de Medicamentos Fitoterápicos

Os tratamentos fitoterápicos são amplamente utilizados na abordagem de diversos problemas de saúde, variando desde condições leves e moderadas até determinados casos crônicos. Esses produtos são obtidos a partir de plantas medicinais, cujos princípios ativos são extraídos e processados sob forma de extratos ou substâncias específicas. Para garantir sua eficácia e segurança, seu uso deve ser prescrito com base em orientação técnica adequada e respaldado por conhecimentos científicos (Pedroso; Andrade; Pires, 2021).

Os fitoquímicos presentes na composição dos fitoterápicos podem atuar de forma sinérgica, potencializando seus efeitos terapêuticos e promovendo diversos benefícios à saúde. Um exemplo notável é a ação antioxidante do chá verde e do chá preto, associada à prevenção de doenças cardiovasculares e de determinados tipos de câncer. Além disso, os fitoterápicos tendem a apresentar menor incidência de efeitos colaterais e possibilitam um tratamento mais individualizado, contribuindo para uma farmacoterapia mais segura e eficaz para o paciente. (Soares et al., 2021).

A fitoterapia tem se mostrado uma prática terapêutica eficiente, oferecendo benefícios como eficácia clínica, segurança no uso e baixo custo operacional, especialmente quando integrada a programas de atenção básica à saúde. Sua aplicação pode contribuir para a redução da demanda por medicamentos industrializados nos serviços públicos de saúde. Além disso, essa abordagem terapêutica ganha relevância pela facilidade de acesso, do preparo caseiro e da tradição cultural, aspectos que tornam o tratamento mais acessível, sobretudo em comunidades onde essa prática é socialmente enraizada (Ferreira; Carvalho; Sant'Anna, 2021).

Além disso, a OMS tem incentivado fortemente o uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos como forma complementar no tratamento de diversas enfermidades. Essa recomendação baseia-se na ampla gama de aplicações terapêuticas desses produtos, que demonstram eficácia no manejo de diversas condições clínicas comuns, como feridas, constipação, dispepsia, artrite, hiperlipidemia e infecções do trato respiratório, entre outras (Lombardo, 2021).

Os produtos fitoterápicos oferecem diversos benefícios à saúde e têm sua eficácia

respaldada por estudos científicos, o que tem contribuído para o aumento significativo de sua procura. Considerados uma alternativa terapêutica complementar, esses medicamentos apresentam vantagens como menor incidência de efeitos colaterais, possibilidade de tratamento individualizado, baixo potencial de dependência, composição natural e uso de matéria-prima amplamente disponível. Entre os principais benefícios relatados estão: alívio de sintomas de ansiedade e estresse, auxílio no emagrecimento saudável, inibição do apetite, aceleração do metabolismo, redução da lipogênese, ação diurética, propriedades anti-inflamatórias, melhora na qualidade do sono e fortalecimento do sistema imunológico (Além da bula, 2025).

No entanto, é importante destacar que os efeitos terapêuticos dos fitoterápicos podem variar conforme as características individuais de cada paciente, como idade, condição clínica e metabolismo. Entretanto, o uso indiscriminado de fitoterápicos pode trazer prejuízos à saúde, ocasionando efeitos antagônicos, especialmente quando associados a outros medicamentos. As interações medicamentosas, somadas às intoxicações, configuram importantes consequências do uso irracional desses produtos, resultando em efeitos adversos que, em muitos casos, ainda são pouco conhecidos e subnotificados (Reihani et al., 2021).

Toxicidade, Dosagem e Contraindicações dos Medicamentos Fitoterápicos

O uso crescente de fitoterápicos como alternativa aos medicamentos convencionais tem se expandido por todas as classes sociais e diversas regiões do mundo. Esse crescimento é impulsionado por fatores como preocupações com a biodiversidade, busca por melhor qualidade de vida, o alto custo dos remédios industrializados e a disponibilidade de fitoterápicos reconhecidos por sua segurança e eficácia. Diante desse cenário, torna-se essencial compreender aspectos relacionados à toxicidade, contraindicações e posologia correta, a fim de garantir que o uso dos fitoterápicos proporcione benefícios terapêuticos, evitando riscos à saúde do consumidor, como intoxicações e reações adversas (Silva et al., 2021).

Para que plantas medicinais sejam registradas como derivados de drogas vegetais ou medicamentos fitoterápicos e disponibilizadas à população, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) exige que esses produtos passem por uma rigorosa avaliação, especialmente quanto ao seu potencial toxicológico. O objetivo é garantir a qualidade, a segurança e a eficácia terapêutica, assegurando que não representem riscos à saúde humana (Brasil, 2014).

Grande parte dos fitoterápicos e das plantas medicinais utilizadas pela população ainda

não possui perfis toxicológicos e farmacodinâmicos amplamente conhecidos. As substâncias com potencial tóxico presentes nas plantas variam significativamente em estrutura e propriedades químicas e são associadas à família botânica a que pertencem. Entre as espécies consideradas tóxicas, destacam-se plantas frutíferas como o cajueiro (*Anacardium occidentale*) e a mangueira (*Mangifera indica*), bem como espécies ornamentais como a flor-de-seda (*Calotropis procera*), o bico-de-papagaio (*Euphorbia pulcherrima*) e a arruda (*Ruta graveolens*), que, apesar de sua toxicidade conhecida, continuam sendo utilizadas popularmente no tratamento de diversas doenças (Campos et al., 2016).

O alarmante são as lacunas científicas na identificação das causas responsáveis pelos efeitos tóxicos dessas espécies, o que dificulta a avaliação precisa dos riscos envolvidos em seu uso. Além disso, a notificação de eventos toxicológicos relacionados ao uso de plantas medicinais e fitoterápicos não é obrigatória no Brasil, o que dificulta a construção de um panorama nacional preciso, comprometendo a formulação de políticas públicas voltadas à prevenção, ao controle de intoxicações e ao adequado atendimento clínico dos pacientes intoxicados, tanto no diagnóstico quanto no tratamento. Diante disso, torna-se fundamental a realização de estudos e ações educativas voltadas à orientação da população sobre os riscos associados ao uso inadequado desses produtos (Campos et al., 2016).

Além disso, é imprescindível o desenvolvimento de projetos interdisciplinares que ampliem o conhecimento científico sobre as espécies vegetais da biodiversidade brasileira, abordando suas interfaces químicas, toxicológicas e farmacológicas, a fim de promover um uso mais seguro e racional da fitoterapia no país.

A administração em doses elevadas ou por períodos prolongados pode aumentar a incidência de efeitos adversos e, em alguns casos, levar ao desenvolvimento de dependência. Certos fitoterápicos, como a valeriana (*Valeriana officinalis*), quando utilizados sem orientação, podem causar sedação excessiva, tolerância e potencial dependência. Além disso, há evidências de que o uso prolongado ou em altas doses de alguns extratos vegetais pode provocar hepatotoxicidade, ou seja, danos ao fígado. Diante disso, é essencial que os usuários estejam atentos à posologia recomendada, às contraindicações e aos possíveis efeitos colaterais, reforçando a importância da orientação profissional no uso seguro desses medicamentos (Além da bula, 2025).

Embora considerados uma opção terapêutica natural, podem ser contraindicados em determinadas situações clínicas. Em casos de doenças graves, a substituição de tratamentos

convencionais por alternativas fitoterápicas sem orientação médica pode comprometer a eficácia terapêutica e agravar o quadro do paciente. Grupos populacionais como gestantes, lactantes, crianças, idosos, pacientes em pós-operatório, portadores de doenças crônicas e indivíduos com histórico de alergia a determinadas plantas também requerem atenção especial. Muitos fitoterápicos são formalmente contraindicados para essas populações devido ao risco aumentado de reações adversas, interações medicamentosas ou efeitos imprevisíveis. Dessa forma, o uso desses produtos deve sempre ser precedido por avaliação profissional, respeitando as particularidades clínicas de cada paciente (Além da bula, 2025).

Efeitos Adversos Decorrentes do Uso Indiscriminado de Medicamentos Fitoterápicos

Assim como qualquer medicamento, o uso inadequado de fitoterápicos pode causar sérios danos à saúde. Entre os efeitos adversos possíveis estão alterações na pressão arterial, comprometimento das funções do sistema nervoso central, além de lesões hepáticas e renais, que podem evoluir para quadros graves, exigindo hospitalização e, em casos extremos, levando ao óbito. A crença popular de que “sendo natural, se não fizer bem, mal também não fará” é equivocada e representa um risco ainda maior quando se trata de fitoterápicos irregulares, os quais podem estar contaminados por microrganismos, substâncias tóxicas ou até mesmo conter adulterações com medicamentos sintéticos.

Além disso, por se tratar de organismos vivos, as plantas medicinais estão sujeitas a interferências ambientais que influenciam diretamente na produção de seus compostos bioativos e na presença de contaminantes. Estudos no Brasil têm documentado casos preocupantes de lesão hepática induzida por fitoterápicos consumidos sem supervisão. Baldon et al. (2025) relataram um quadro de hepatite autoimune induzida pelo uso de óleo de borragem (*Borago officinalis*) em uma mulher de 53 anos, que evoluiu positivamente após tratamento imunossupressor. Esses relatos reafirmam a necessidade de vigilância médica e alerta para os riscos de automedicação com extratos vegetais.

A utilização de fitoterápicos em crianças, muitas vezes justificada pela crença em sua segurança, apresenta riscos particulares no público pediátrico. Cardoso, Mendonça e Silva (2022) destacam que crianças podem desenvolver lesões hepáticas, renais e até efeitos neurológicos graves, como coma e perfuração intestinal, após uso sem orientação de fitoterápicos. Como consequência, os autores recomendam que os profissionais de saúde incluam rotineiramente

perguntas sobre uso de ervas nos anamneseis pediátricos, visando identificar potenciais intoxicações.

Santos e Moreira (2022) realizaram uma revisão integrativa apontando efeitos adversos gerais do uso indiscriminado de fitoterápicos no Brasil, como hepatotoxicidade, nefrotoxicidade, risco de teratogenicidade, oscilações pressóricas, hipotensão e contaminação infecciosa. As autoras enfatizaram que interações com medicamentos alopáticos, especialmente em pacientes hipertensos ou em uso de anticoagulantes, podem comprometer seriamente a eficácia e segurança do tratamento.

Alem disso, Mohiuddin (2019) ainda chama a atenção para o fato da planta em si ser um produto estranho que ao ser ingerido sofre biotransformação, logo, pode gerar produtos tóxicos, que causam não somente efeitos imediatos e facilmente correlacionados com a sua ingestão, como náuseas, tontura, confusão mental, agitação psicomotora, perda de cabelo, entre outros, mas também, os efeitos que se instalam ao longo prazo e de forma assintomática, como os carcinogênicos, hepatotóxicos e nefrotóxicos.

Um outro fator que merece atenção diz respeito à falta de controle de qualidade durante as etapas de produção e preparo de fitoterápicos desde a colheita até o armazenamento do produto final, Lima et al. (2020) ressaltam que esse fato aumenta o risco de contaminação por fungos, bactérias, pesticidas e metais pesados, o que pode provocar doenças como hepatite, nefrite e sequelas neurológicas, portanto, aprimorar a fiscalização e promover campanhas educativas são medidas essenciais para mitigar esses riscos e proteger a saúde pública.

Conseqüentemente, o fácil acesso a plantas medicinais, muitas vezes cultivadas nos próprios quintais, pode representar um fator de risco adicional, especialmente quando não há manejo adequado ou conhecimento sobre seu uso correto. Diante disso, torna-se essencial promover ações educativas voltadas tanto à população em geral quanto aos profissionais de saúde, com o objetivo de orientar quanto ao uso seguro, preparo e manipulação dessas espécies. A disseminação de informações claras e fundamentadas contribui para uma melhor compreensão dos benefícios e riscos envolvidos, favorecendo um uso racional, eficaz e seguro dos fitoterápicos.

Farmacoterapia Fitoterápica e Farmacovigilância

O uso de medicamentos fitoterápicos tem se destacado como uma alternativa terapêutica

eficaz e segura em diversas áreas da saúde. Estudos recentes apontam que o consumo controlado de substâncias de origem vegetal pode promover efeitos benéficos tanto no tratamento de doenças crônicas quanto na prevenção de distúrbios metabólicos (Rodrigues; Oliveira; Silva, 2023). Compostos como a curcumina, o resveratrol, a quercetina e os ginsenosídeos, apresentam propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias comprovadas, contribuindo para a melhora da sensibilidade à insulina e do controle glicêmico (Privado et al., 2025).

No campo da saúde mental, a literatura científica também apresenta evidências sólidas dos benefícios de plantas medicinais como a camomila (*Matricaria recutita*), a melissa (*Melissa officinalis*) e a lavanda (*Lavandula officinalis*), cujos compostos bioativos demonstraram potencial ansiolítico e calmante (Silva; Pachú, 2021). A atuação dessas plantas está associada à modulação dos receptores responsáveis pelo controle da ansiedade e do relaxamento.

Além dos benefícios metabólicos e neurológicos, há evidências que apontam o potencial dos fitoterápicos na promoção da saúde cardiovascular. Compostos fenólicos e terpenoides de espécies como o alho (*Allium sativum*) e o ginseng (*Panax ginseng*) demonstraram capacidade de reduzir níveis de colesterol LDL e triglicerídeos, além de atuar na modulação da pressão arterial e na prevenção de processos ateroscleróticos (Rodrigues; Oliveira; Silva, 2023). Tais propriedades consolidam o papel da fitoterapia como estratégia coadjuvante eficaz em programas de prevenção e controle de doenças cardiovasculares.

Por outro lado, a toxicidade dos fitoterápicos permanece uma preocupação central. Estudo sobre as plantas medicinais de interesse do SUS revelou que, embora 71 espécies sejam utilizadas tradicionalmente, apenas 12 foram liberadas para uso no sistema público, devido à ausência de dados toxicológicos adequados para a maioria delas (Fernandes; Félix; Nobre, 2016). Esse dado evidencia a lacuna científica na segurança do uso popular de fitoterápicos.

Ademais as interações medicamentosas constituem um risco relevante. Relatos de possíveis interações entre fitoterápicos e medicamentos contínuos também foram identificados. Por exemplo, estudo recente examinou o uso combinado de varfarina com camomila (*Matricaria chamomilla*) e guaco (*Mikania glomerata*), encontrando risco de alteração no efeito anticoagulante. Esse tipo de interação é preocupante, pois pode causar sangramentos ou comprometer a terapêutica anticoagulante, especialmente em populações vulneráveis. (Oliveira, 2023)

Revisão sistemática com plantas da Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME) identificou riscos de interações relevantes, destacando espécies como espinheira-

santa, hortelã-pimenta, babosa e garra-do-diabo. Os efeitos descritos incluem redução da eficácia de fármacos convencionais e aumento do risco de toxicidade (Albuquerque et al., 2022).

No campo da farmacovigilância, estudos apontam fragilidade dos sistemas de notificação de eventos adversos relacionados a fitoterápicos. A crença de que “se é natural, não faz mal” contribui para o sub-registro, dificultando a implementação de políticas públicas eficazes (Roxo et al., 2022).

Assim, os resultados apontam para uma dualidade: de um lado, benefícios clínicos comprovados em situações específicas; de outro, riscos significativos quando não há orientação adequada. Os achados reforçam a necessidade de políticas públicas que incluam maior fiscalização, programas de educação em saúde e fortalecimento da fitovigilância, a fim de assegurar que o uso de fitoterápicos seja complementar, seguro e baseado em evidências.

Por fim, observa-se que os fitoterápicos, quando utilizados de forma orientada e respaldada por evidências científicas, representam uma alternativa terapêutica sustentável, acessível e culturalmente aceita. O avanço dos estudos sobre seus mecanismos de ação, farmacocinética e interação medicamentosa tem contribuído para consolidar seu uso racional no contexto clínico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa identificou que os fitoterápicos representam uma alternativa terapêutica relevante e promissora no campo da saúde. Seu uso racional e orientado tem demonstrado resultados positivos em diversas condições clínicas, especialmente no controle de doenças metabólicas, distúrbios emocionais e processos inflamatórios. Além de oferecerem benefícios fisiológicos comprovados, os fitoterápicos contribuem para uma visão mais integrada do cuidado, que valoriza a interação entre corpo, mente e natureza.

No entanto, o estudo também permitiu compreender que o uso de produtos fitoterápicos requer responsabilidade e conhecimento técnico. A automedicação, a falta de padronização das doses e a ausência de acompanhamento profissional podem reduzir a eficácia dos tratamentos e, em alguns casos, gerar efeitos adversos. Assim, é essencial que o consumo desses produtos esteja inserido em um contexto de orientação médica e farmacêutica, assegurando o equilíbrio entre segurança e benefício terapêutico.

Recomenda-se, portanto, que políticas públicas ampliem o acesso e o incentivo à

fitoterapia de forma institucionalizada, especialmente nos serviços do Sistema Único de Saúde. É fundamental que haja investimentos em pesquisa científica, capacitação de profissionais e conscientização da população sobre o uso correto dos produtos de origem vegetal. A criação de protocolos clínicos e a regulamentação de processos produtivos podem contribuir significativamente para a segurança e a confiabilidade dos fitoterápicos no mercado nacional.

Por fim, é importante destacar que o futuro da fitoterapia depende do diálogo constante entre tradição e ciência. A valorização do conhecimento popular, aliada ao rigor técnico e às evidências laboratoriais, pode consolidar os fitoterápicos como instrumentos eficazes de promoção da saúde integral. Ao unir saberes ancestrais e inovação científica, torna-se possível avançar rumo a um modelo de cuidado mais humano, sustentável e acessível, capaz de atender às demandas contemporâneas da sociedade.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, G. K. et al. Possíveis interações medicamentosas de fitoterápicos e plantas medicinais incluídas na relação nacional de medicamentos essenciais do SUS: revisão sistemática. **Revista Fitos**, v. 16, n.1, p. 93-119. Rio de Janeiro, 2022.

ALÉM DA BULA. **Fitoterápicos: Guia completo sobre uso, benefícios e cuidados.** Disponível em <<https://blog.drogarianovaesperanca.com.br/medicamentos-fitoterapicos-guia-completo-sobre-uso-beneficios-e-cuidados/#cuidados-importantes-ao-usar-medicamentos-fitoterapicos>>. Acesso em 19 de junho de 2025.

BADKE, M. R. et al. Saberes e práticas populares de cuidado em saúde com o uso de plantas medicinais. **Texto Contexto Enferm**, v. 21, n. 2, p. 363-370. Abr-Jun, 2012.

BADKE, M. R. et al. Panorama brasileiro dos serviços de plantas medicinais e fitoterápicos. **Revista de Enfermagem**. UFSM, v. 9, p. 1-19, 2019.

BALDON, R. Y. et al. Hepatotxicidade fitoterápica: dificuldades no diagnóstico e tratamento de lesões hepáticas por óleo de borragem. **Research, Society and Development**, v. 14, n. 1, p. 1 -7, 2025.

CARDOSO, E. M. R.; MENDONÇA, K. E. P.; SILVA, R. S. 2022. 32 fls. **Hepatotoxicidade causada por uso indiscriminado de fitoterápicos.** Trabalho de conclusão de curso (Graduação). Curso de Farmácia do Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Recife, 2022.

DONADEL, G. et al. Investigações de Segurança de suas formulações para uso vaginal obtidas de Eugenia uniflora L. Leaves in Female Rats. **Pharmaceuticals**, v. 15, n. 12, p. 1567-1580, 2022.

FERNANDES C.P.M.; FÉLIX, S. R.; NOBRE, M. O. Toxicidade dos fitoterápicos de interesse do SUS: uma revisão. Semina: **Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 37, n. 1, p. 83-96, Londrina, jan./jun. 2016.

FERREIRA, E. E.; CARVALHO, E. S.; SANT'ANNA, C. C. A importância do uso de fitoterápicos como prática alternativa ou complementar na atenção básica: revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 1, p. 1-15, 2022.

FRANCA, M. A. et al. O uso da Fitoterapia e suas implicações. **Brazilian Journal of Health Review**, v.4, n.5, p. 19626-19646. sep./oct. 2021

HOFFMANN, R.; ANJOS, M. C. R. Construção histórica do uso de plantas medicinais e sua interferência na socialização do saber popular. **Guaju**, v.4, n.2, p. 142-163, jul./dez. 2018.

LIMA, B. S. S. et al. Fitoterapia: toxicidade e desinformação. Saúde Dinâmica. Revista Científica Eletrônica. 9ª Edição. Ano III, nº 3, p. 84-97, 2020.

LOMBARDO, M. Fitoterápicos na atenção básica de problemas gastrointestinais. **Revista Ciências em Saúde**, v. 6, n.1, p. 34-47. 2021.

MOHIUDDIN, A. Uma breve revisão das plantas tradicionais como fonte de recursos farmacológicos interessantes. Revista Aberta de Ciência Vegetal, v. 4, n. 1, p. 1-8, Jan. 2019.

PEDROSO, R.S.; ANDRADE, G.; PIRES, R.H. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. Physis: **Revista de Saúde Coletiva**, v. 31, n. 2, p. 1-19. 2021.

PRIVADO, M. L. C. et al. Potencial antioxidante e anti-inflamatório de fitoterápicos no tratamento de doenças metabólicas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 4, p. 255-266, 2025.

REIHANI, H. et al. Tratamento não baseado em evidências: uma causa não intencional de morbidade e mortalidade relacionadas ao covid-19. **Am J Emerg Med**. v. 39, p. 221-222, 2021.

RODRIGUES, M. S.; OLIVEIRA, B. K. T.; SILVA, D. P.. Benefícios do uso de fitoterápicos contra a obesidade: um estudo de revisão. **Scire Salutis**, v.13, n.2, p.18-26, 2023.

ROXO, A. P. S et al. Fitovigilância: avaliação das interações e reações adversas de fitoterápicos no mercado. **Revista Vigilância Sanitária em Debate**, v. 10, n. 3, p. 46-57. Rio de Janeiro, Agosto, 2022.

SILVA, A. P.; PACHÚ, C. O. Camomila (*Matricaria recutita*) no controle da ansiedade: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Farmácia**, v. 17, n. 4, p. 15-22, 2021.

SILVA, M. G. et al. A importância dos ensaios de toxicidade para o desenvolvimento e o registro de fitoterápicos no Brasil. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 12, p.1-10, 2021.

SOARES, A. J. S. et al. Potencialidades da prática da atenção farmacêutica no uso de fitoterápicos e plantas medicinais. **Revista de Ciências Farmacêuticas Aplicadas**, v. 7, n. 2, p. 10-21, 2021.