

## **Fitoterápicos considerados emagrecedores comercializados por farmácias de manipulação**

### **Herbal therapy considered slimming marketed by handling pharmacies**

DOI:10.34117/bjdv7n8-152

Recebimento dos originais: 07/07/2021

Aceitação para publicação: 08/08/2021

#### **Ana Katarina Dias de Oliveira**

Mestre em Saúde e Sociedade

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN)

R. Atirador Miguel Antônio da Silva Neto, S/N. Aeroporto. Mossoró/RN – CEP: 59607 – 360

E-mail: akatarinadoli@gmail.com

#### **Andrea Raquel Fernandes Carlos da Costa**

Doutora em Engenharia Agrícola

Faculdades Nova Esperança de Mossoró (FACENE-RN)

Av. Presidente Dutra, 701. Alto de São Manoel. Mossoró/RN – CEP: 59628 - 000

E-mail: andrearaquel19@hotmail.com

#### **Kaio Vinícius Zacarias Nunes**

Residente do Programa de Residência Multiprofissional em atenção básica/Saúde da Família e Comunidade da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN).

Av. Prof. Antônio Campos - Pres. Costa e Silva, Mossoró - RN, 59610-210

E-mail: kaiovnutri@gmail.com

#### **Kalyane Kelly Duarte de Oliveira**

Doutora em Enfermagem

Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN)

R. Passos de Miranda, Santa Cruz - RN, 59200-000

E-mail: kenfoliveira@gmail.com

#### **Mayara Kelly Martins de Medeiros Dias**

Mestre em Fitotecnia

Universidade Potiguar (UNP)

Av. João da Escóssia, 1561 - Nova Betânia, Mossoró - RN, 59607-330

E-mail: mayarakellydias@hotmail.com

### **RESUMO**

Objetivo: identificar quais os principais fitoterápicos vendidos para perda de peso em farmácias de manipulação da cidade de Mossoró/RN. Metodologia: estudo descritivo de abordagem quantitativa em sete farmácias de manipulação da cidade de Mossoró/RN, realizada no período de agosto a outubro de 2019. A seleção da amostra foi realizada a partir das informações registradas na Associação Comercial e Industrial de Mossoró. O instrumento de coleta foi um questionário com perguntas abertas e fechadas respondido pelos farmacêuticos responsáveis por cada estabelecimento. O trabalho teve aprovação

do Comitê de Ética e Pesquisa. Resultados: 28 fitoterápicos foram citados como medicamentos vendidos para perda de peso. Desse total 22 apresentam efeito termogênico, ação lipolítica, inibição do apetite e diurético com ação terapêutica encontram respaldo na literatura. Os outros 6 fitoterápicos apresentam efeitos ansiolíticos, antidiabéticos e laxativos. Conclusão: o efeito dos fitoterápicos e sua dosagem, ainda carecem de estudos que comprovem sua eficácia, seja do seu consumo isolado ou associado a outras práticas como dietas e exercícios físicos. O consumo de produtos sem respaldo científico ou prescrição profissional adequada ainda é uma prática comum.

**Palavras-chave:** Fitoterapia, Obesidade, Emagrecimento.

## ABSTRACT

Objective: to identify the main herbal medicines sold for weight loss in manipulation pharmacies in the city of Mossoró/RN. Methodology: descriptive study with a quantitative approach in seven compounding pharmacies in the city of Mossoró/RN, carried out from August to October 2019. The sample selection was carried out based on information registered at the Commercial and Industrial Association of Mossoró. The collection instrument was a questionnaire with open and closed questions answered by the pharmacists responsible for each establishment. The work was approved by the Research Ethics Committee. Results: 28 herbal medicines were cited as sold weight loss drugs. Of this total, 22 have thermogenic effect, lipolytic action, appetite inhibition and diuretic with therapeutic action are supported by the literature. The other 6 herbal medicines have anxiolytic, antidiabetic and laxative effects. Conclusion: the effect of phytotherapeutic drugs and their dosage still lack studies that prove their effectiveness, whether from their isolated consumption or associated with other practices such as diet and exercise. The consumption of products without scientific support or adequate professional prescription is still a common practice.

**Keywords:** Phytotherapy, Obesity, Weight Loss.

## 1 INTRODUÇÃO

A obesidade é considerada uma Doença Crônica Não Transmissível (DCNT) caracterizada pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo em relação à massa corpórea magra. Está relacionada a desordens metabólicas que podem afetar significativamente a saúde dos indivíduos, pois apresenta estreita relação com a predisposição para doenças cardiovasculares, dislipidemia, hipertensão, Diabetes tipo 2, alguns tipos de câncer entre outras complicações (ROSA; MACHADO, 2016; ALVES, 2018; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2019). É uma doença multifatorial causada tanto por fatores endógenos como genética, distúrbios endócrino-metabólicos ou neurológicos, como por fatores exógenos: estilo de vida, alimentação, estresse e sedentarismo (VIEIRA; MEDEIROS, 2019).

Atualmente o excesso de peso está entre os principais problemas de saúde pública, pois além da capacidade de elevar o risco de morbimortalidade das pessoas acometidas, teve também crescimento significativo nas últimas décadas (DIAS; FORTES, 2018). De

acordo com dados do Ministério da Saúde em 2019 o Brasil atingiu o maior índice de obesidade dos últimos 13 anos. Uma Pesquisa realizada pela Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL), em 2018 mostrou que 55,7% da população adulta do país estava com excesso de peso e 19,8% estava obesa. O problema acomete todas as faixas etárias, sexo e extratos de renda, embora tenha crescimento mais significativo nas pessoas com menor renda familiar (BRASIL, 2020; DIAS et al, 2017).

No Brasil o diagnóstico de sobrepeso e obesidade preconizado pelo Ministério da Saúde segue os critérios da Organização Mundial de Saúde (OMS) sendo realizado através do índice de massa corporal (IMC), calculado como a razão do peso corporal (em Kg) pela estatura (em metros) ao quadrado. O uso do IMC para diagnóstico de sobrepeso e obesidade encontra controvérsias na literatura por não mostrar a distribuição de gordura corporal, nem a relação entre massa magra e massa gorda, por isso recomenda-se combinar dados do IMC com outros métodos de avaliação de gordura corporal para um melhor diagnóstico (DIAS et al, 2017).

O tratamento da obesidade é complexo e multidisciplinar, e abrange mudanças no estilo de vida, reeducação alimentar e prática de atividade física. Algumas vezes é necessário também o uso de terapias medicamentosas e em casos extremos há indicação de cirurgia bariátrica (VIEIRA; MEDEIROS, 2019; SOUSA et al, 2019). A maioria dos fármacos sintéticos usados para tratamento da obesidade, atuam no sistema nervoso central, e por isso podem desencadear entre seus efeitos adversos ansiedade, insônia, irritabilidade e cefaleia, afetando a qualidade de vida dos pacientes. Além disso, esses medicamentos precisam de prescrição médica e alguns deles só apresentam efeito durante seu uso, levando o paciente a retomar o ganho de peso após o tratamento (WEISHEIMER et al, 2015; TARDIN; RODRIGUES; FREITAS, 2020).

Diante da complexidade dos tratamentos tradicionais para obesidade, dos efeitos colaterais e o custo das medicações sintéticas, muitas pessoas buscam terapias complementares como forma de atingir seus objetivos. Entre essas terapias a fitoterapia aparece como uma alternativa mais natural, segura e de fácil acesso (WEISHEIMER et al, 2015; VIEIRA; MEDEIROS, 2019; TARDIN; RODRIGUES; FREITAS, 2020).

Segundo a Resolução da Diretoria Colegiada, RDC nº 26 de 13 de maio de 2014, são considerados medicamentos fitoterápicos os obtidos com emprego exclusivo de matérias-primas ativas vegetais, cuja eficácia e segurança são validadas por meio de

levantamentos etno farmacológicos, documentos e publicações técnico-científicas com evidências clínicas (BRASIL, 2014; LUCAS et al, 2016).

Os fitoterápicos utilizados para emagrecimento funcionam como moderadores de apetite ou aceleradores de metabolismo, além de ter ação antioxidante. Por isso tem como efeito a redução da ingestão alimentar, dos níveis séricos de colesterol e em alguns casos da glicemia, além de ação diurética e lipolítica. Estes efeitos acontecem devido aos princípios ativos de cada fitoterápico, dentro das doses recomendadas, cada um com função específica, gerando assim a ação terapêutica (ROSA; MACHADO, 2016; VIEIRA; MEDEIROS, 2019; TARDIN; RODRIGUES; FREITAS, 2020).

O culto a boa forma física, ao corpo magro e a aversão a imagem corporal gorda, tão característicos das sociedades ocidentais atuais, tem levado um grande número de pessoas a buscarem recursos que possibilitem atingir esses objetivos (MELO; OLIVEIRA, 2011; SILVA et al, 2018). Algumas vezes esse processo é acompanhado por profissionais qualificados, embasados em tratamentos comprovados cientificamente e realizado de forma individualizada, respeitando as especificidades e etiologias de cada caso. Outras vezes acontece sem acompanhamento profissional, seguindo tendências e modismo carentes de respaldo científico. Portanto a importância de estudos que acompanhe as descobertas relativas a fitoterápicos indicados para esse fim e como esses estão sendo prescritos e utilizados.

Em 2015oRio Grande do Norte foi considerado o estado Nordeste com o maior índice de pessoas obesas e com sobrepeso, com 21,1% e 58,3%, respectivamente. Ocupando a oitava colocação e a décima segunda posição no ranking nacional quanto aos índices de excesso de peso e obesidade (RN..., 2015).A procura por produtos naturais a base de plantas de acesso rápido, fácil e de ampla comercialização para tentar controlar a obesidade é crescente. Esse trabalho teve como objetivo identificar quais os principais fitoterápicos vendidos para perda de peso em farmácias de manipulação da cidade de Mossoró/RN.

## 2 METODOLOGIA

Esse trabalho consistiu numa pesquisa de campo de caráter descritivo e abordagem quantitativa e transversal em sete farmácias de manipulação da cidade de Mossoró/RN. A seleção da amostra foi realizada a partir das informações registradas na Associação Comercial e Industrial de Mossoró (ACIM) que na época registrava 10 empreendimentos do ramo.

Os pesquisadores fizeram contato inicial por telefone com os 10 estabelecimentos e em seguida foi agendada visita para melhores esclarecimentos sobre a pesquisa e apresentação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), caso aceitassem participar. Desse universo 3 ficaram fora da pesquisa devido a não concordância em participar, restando uma amostra de 7 estabelecimentos que concordaram em participar através da assinatura do TCLE.

A pesquisa aconteceu no período de agosto a outubro de 2019 e teve como instrumento de coleta um questionário com perguntas abertas e fechadas. Os dados foram analisados de forma descritiva e através do programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Os resultados foram apresentados em quadros, tabelas e discutidos a partir do referencial teórico pertinente.

Quanto aos aspectos éticos, a pesquisa seguiu os termos da Resolução do Conselho Nacional de Saúde (RNS) 466/2012, que trata das diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas que envolvem seres humanos. E foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE) com parecer nº 2.596.002.

### 3 RESULTADOS

De acordo com o levantamento realizado nas farmácias de manipulação 28 fitoterápicos foram citados como medicamentos vendidos para perda de peso. Desse total 22 apresentam efeito termogênico, ação lipolítica, inibição do apetite e diurético com ação terapêutica encontram respaldo na literatura conforme mostra o Quadro 1.

QUADRO 1: Fitoterápicos com efeito termogênico, lipolítico, diurético ou inibidor de apetite.

Fitoterápico	Nome científico	Princípio ativo	Autores
Erva-mate	<i>Ilexparaguariensis</i>	Reduz níveis de colesterol e gordura abdominal; promove saciedade precoce; ação lipolítica e desabsortiva	Fagundes, <i>et al.</i> , 2015; Saldanha, 2012; Oliveira <i>et al.</i> , 2014
Chá-verde	<i>Cameliasinensis</i>	Antiinflamatório, hipoglicemiante, hipolipidêmico, termogênico e lipolítico	Senger <i>et al.</i> , 2010; Faria, <i>et al.</i> , 2010; Duarte, <i>et al.</i> , 2014
Laranja amarga	<i>Citrusaurantium</i>	Termogênico e lipolítico	Oliveira <i>et al.</i> , 2017; Ferro, 2008; Arbo, 2008
Café	<i>Coffea arábica</i>	Aumento da lipólise no tecido; tem sido age como mobilizador de gorduras, poupando glicogênio muscular e retardando a fadiga	Machado, 2011; Millard-Stafford <i>et al.</i> , 2007; Sinclair e Geiger, 2000; Saldanha, 2012

Guaraná	<i>Paulinia cupana</i>	Ação lipolítica, através do uso dos lipídios do tecido adiposo como fonte de energia	Krewer, 2012; Boozeretal, 2001; Lima et al., 2005; Fitoterapia Magistral, 2005
Alcachofra	<i>CynaraScolymus</i>	Ação antioxidante; acelerador da oxidação de lipídios	Wheisheimeret al., 2015; Botsaris; Alves, 2007; Verdi et al., 2013
Pimenta vermelha	<i>Capsicumannuum</i>	Indução na termogênese; possui efeito hipocolesterolêmico e hipotrigliceridêmico	Dutra et al., 2010; Cardoso et al., 2010; Stark, 2008; Inoueet al., 2007
Garcínia	<i>Garcíniacambogia</i>	Inibição da enzima adenosina trifosfatasecitrato-liase bloqueando assim a lipogênese; reduz deposição de gordura, efeito sacietógeno,anorexígeno regulando receptores de serotonina no SNC hipotálamo	Simão, 2013; Rosa; Machado, 2016
Gengibre	<i>Zingiberofficinale</i>	Hipocolesterolêmico, hipoglicemiante e hipotrigliceridêmico, antioxidante; diminui o peso corporal,	Manenti, 2010; Lima et al., 2014; El-Seweidy, 2013
Centela	<i>Centellaasiatica</i>	Atua normalizando a produção de colágeno, permitindo a liberação de gordura localizada devido a possibilidade de penetração das enzimas lipolíticas	Gohilet al., 2010
Cavalinha	<i>Equisetumsp.</i>	Tratamento de doenças reumáticas, cálculos renais e demais infecções do trato urinário, possuindo também ação diurética.	Guimarães et al., 2015
Pholia magra/Porangaba	<i>Cordiaecalyculata</i>	Supressora do apetite, propriedades emagrecedoras, redutores do colesterol LDL, redutores de medidas, diuréticos, antioxidantes e lipolíticos.	Cardoso-Lopes et al., 2008; Freitas et al.,2013
Faseolamina	<i>Phaseolusvulgaris</i>	Impede a quebra de carboidratos maiores pelo bloqueio da $\alpha$ -amilase com consequente redução da glicemia pós-prandial, além de prolongar o esvaziamento gástrico contribuindo, assim, para o aumento da saciedade	Manenti, 2010; Colaço&Degaspári, 2014; Andrezza et al., 2015; Molz; Cordeiro, 2014
Bodelho	<i>Fucusvesiculosus</i>	Estimula a tireóide regularizando a produção do hormônio tireotrofina e acelerando o metabolismo de glicose e ácidos graxos, ação diurética, laxante, potencializador do metabolismo e saciantegástrico.	Monegoet al., 1996; Monteiro, 2008.
Konjac–Glucomanan	<i>Amor phophalluskonjac</i>	Reduz os níveis plasmáticos das lipoproteínas de alta densidade (HDL) e da relação TG/HDL.	Teixeira, 2009; Gregório et al., 2001.
Carqueja	<i>Baccharistrimera</i>	Possui efeito hepatoprotetor e antioxidante.	Karamet al., 2013; Lorenzi, 2000.
Hibisco	<i>Hibiscosabdariffa</i>	Diurético e termogênico.	Alarcon-Alonso et al., 2012.
Cassiolamina	<i>Cassia tomame.</i>	Inibidor da lípase pancreática.	Yamamoto et al., 2000.
GinkgoBiloba	<i>Ginkgobiloba L</i>	Inibidor da lípase pancreática.	Bustanjiet al., 2011.
Pholia Negra	<i>Illexparaguariensis</i>	Retarda o tempo de esvaziamento gástrico e da redução da leptina circulante. Ativa proteínasdesacopladoras e a fosforilação da	Bernardi et al., 2011; Arçariet al., 2009.

		enzima AMPK- Adenosina MonofosfatoKinase, que altera o metabolismo de ácidos graxos e de glicose, diminuindo a absorção de gordura visceral.	
Mandacaru	<i>Cactuscereus</i>	Diurética	Zaraet <i>al.</i> , 2012
Chlorella	<i>Chlorellapyrenoidosa</i>	Inibidor de apetite	Teixeira, <i>et al.</i> , 2008

Fonte: Dados coletados durante a pesquisa, 2019.

Os outros 6 fitoterápicos listados na pesquisa como comercializados para perda de peso, apresentam efeitos ansiolíticos, antidiabéticos e laxativos. Por isso, embora não tenham ação direta no emagrecimento, podem ser utilizados como coadjuvante do tratamento para obesidade e estão citados no Quadro 2.

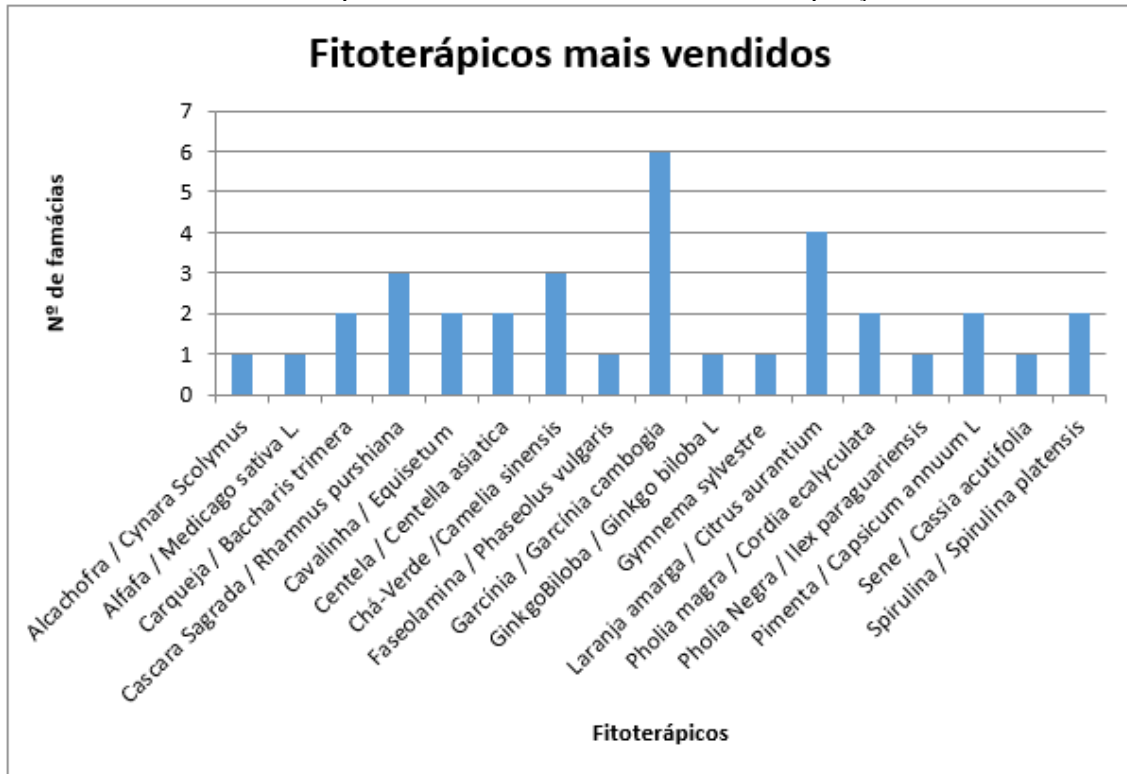
QUADRO 2: Fitoterápicos como coadjuvantes na perda de peso.

Fitoterápico	Nome científico	Princípio ativo	Autores
Spirulina	<i>Spirulina platensis</i>	Redução na hipercolesterolemia, efeito antidiabético, antihipertensivo, modulador imunológico	Oliveira <i>et al.</i> , 2013
Sene	<i>Cassia acutifolia</i>	Laxativo	MANSO, 2013; COSTA, 2015
Cáscara sagrada	<i>Rhamnuspurshiana</i>	Laxativo	LÔBO, 2012.
Valeriana	<i>Valeriana Officinalis</i>	Propriedades sedativas e hipnóticas	Secchi; Virtuoso, 2012
Alfafa	<i>Medicago sativa L.</i>	Antioxidante	Oliveira, 2018
Gimena	<i>Gymnemasylvestre</i>	Inibição da absorção de açúcares no intestino	Galleto, 2005

Fonte: Dados coletados durante a pesquisa, 2019.

A relação com os nomes populares e botânicos dos 17 fitoterápicos mais vendidos e a quantidade de farmácias que mencionaram suas vendas aparece no Gráfico 1.

GRÁFICO 1. Fitoterápicos mais vendidos nas Farmácias de Manipulação de Mossoró.



Fonte: Dados coletados durante a pesquisa, 2019.

Sobre quais os fitoterápicos eram vendidos para fins diretos de emagrecimento, os participantes informaram que todos os citados tinham este fim. Porém não especificaram se eram vendidos associados a outros componentes que não tenha ação direta na perda de peso.

De acordo com os participantes dessa pesquisa as fórmulas para emagrecimento têm procura considerável entre os produtos comercializados pelas farmácias de manipulação. Em Mossoró o público consumidor é variado, não apresentando diferença significativa entre sexo, embora os mecanismos de ação dos fitoterápicos mais procurados por homens e mulheres variassem.

A maior procura por fitoterápicos voltados para o emagrecimento, é por pessoas acima do peso e praticantes de atividade física, porém uma farmácia relatou que além desse público, indivíduos hipertensos e diabéticos fazem parte dessa lista, provavelmente pela ação diurética e inibição da absorção de açúcares, presentes em alguns componentes coadjuvantes na perda de peso.

Numa das farmácias foi informado que as vendas de fitoterápicos para emagrecimento variam com a época, pois dependem de modismo, portanto as substâncias citadas nessa pesquisa podem sofrer variações com o tempo. Em relação frequência de



vendas, 5 estabelecimentos registram vendas desse tipo de produto todos os dias, e 2 semanalmente.

Os entrevistados não especificaram se os fitoterápicos eram vendidos de forma isolada ou associados a outros componentes que não tenha ação direta na perda de peso. No levantamento, 5 informaram que só vendiam com prescrição, 1 informou a venda sem prescrição e 1 informou que a prescrição era feita no momento da venda, pelo próprio farmacêutico com especialidade em fitoterápicos. Em relação as prescrições, todos informaram que recebem prescrições de nutricionistas, apenas 3 locais se referiram a médicos e 2 estabelecimentos se referiram a farmacêuticos, essa informação lança a reflexão sobre quais os profissionais de saúde estão realmente envolvidos nos tratamentos de emagrecimento.

#### **4 DISCUSSÃO**

Além da dimensão biológica natural, o corpo humano é também uma construção sócio-cultural que sofre influência de modismos impostos pela sociedade e passa por transformações de acordo com cada época e cultura. O corpo gordo, que até o início do século XX era visto como símbolo de riqueza e abundância, atualmente é estigmatizado. A obesidade é objeto de preconceito e rejeição, levando algumas pessoas a desenvolverem problemas como depressão, distúrbios alimentares e de imagem, entre outros. Ter um corpo magro há muito deixou de ser um sinal de escassez ou doença e hoje representa saúde, cuidado pessoal, beleza e até mesmo felicidade (MILITO, 2012; BARACAT; BARACAT, 2016; SILVA et al, 2018).

A influência social sobre a estética corporal é antiga, entretanto o surgimento da televisão no século XX, a popularização da publicidade, da mídia em geral e mais recentemente o advento da internet e redes sociais contribuíram significativamente para a difusão do estereótipo de beleza magro (KLEINE et al, 2021; MILITO, 2012). Para muitas pessoas está fora dos padrões de beleza traz a ideia de fracasso, inadequação, e com isso inicia-se a busca por técnicas que possam melhorar ou modificar o corpo. Entre os meios de se conquistar o corpo desejado a alimentação, exercícios físicos, medicamentos alopáticos e mais recentemente fitoterápicos, associados ou não, são estratégias mais comumente usadas para tal fim.

Estudos semelhantes mostram que o acesso mais fácil aos fitoterápicos, quando comparados aos medicamentos alopáticos que precisam de prescrição médica para comercialização, além da popularização da ideia de que apresentam menor efeito

colateral, podem ser alguns dos motivos para a considerável procura por esse tipo de produto nas farmácias de manipulação, que inclusive vem aumentando nos últimos anos (BRITO et al, 2019).

Nesse estudo os participantes apontaram os nutricionistas como os principais prescritores de fitoterápicos para emagrecimento, seguido de médicos e farmacêuticos. De acordo com o Conselho Federal de Nutrição (2015) através da Resolução CFN nº 556/2015 que regulamenta a prática da fitoterapia como complemento da prescrição dietética, a indicação de chás e plantas medicinais é livre a todos os nutricionistas independentes de especialização.

Mas prescrição de fitoterápicos e preparações magistrais é restrita aos profissionais de nutrição que possuem especialização em fitoterapia reconhecidas por esse conselho e pela Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN). Essa orientação sobre prescrição de fitoterápicos por nutricionistas foi alterada em junho de 2021 pela Resolução CFN 688/2021 que retira a obrigatoriedade do reconhecimento pela ASBRAN e estabelece a prescrição de fitoterápicos por nutricionistas com inscrição ativa no respectivo Conselho Regional de Nutricionistas (CRN) e com curso de especialização em fitoterapia reconhecidos pelo Ministério da Educação (MEC).

Entretanto, a norma não especifica quais fitoterápicos podem ser prescritos, mas estabelece que os produtos prescritos devem ter indicações de uso relacionadas ao objetivo da dieta, além de respaldo em estudos científico ou uso tradicionalmente reconhecidos. O CFN esclarece que devido às constantes atualizações nas normas dessa área é importante que o nutricionista acompanhe as publicações da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). A nova resolução mantém a orientação da anterior sobre a prescrição de plantas medicinais por nutricionista independente de especialização na área.

Entre os fitoterápicos citados como mais vendidos a Garciniacambogia, aparece em primeiro lugar, reforçando a tendência da literatura que mostra um efeito promissor desse fitoterápico no tratamento da obesidade, com poucos efeitos colaterais. Entretanto estudos realizados por Simão (2013) e por Rosa e Machado (2016) mostram a necessidade de mais pesquisas à longo prazo e com amostras maiores, uma vez que existe controvérsias entre trabalhos que tem resultados positivos e outros insatisfatórios.

O segundo fitoterápico mais comercializado pelas farmácias de manipulação para redução de peso foi o Citrusaurantium, conhecido na literatura por sua ação termogênica e lipolítica, também tem sua eficácia questionada em alguns trabalhos como os realizados

por Oliveira et al (2017) e Souza et al (2019) que vêem a necessidade de padronização de uma dosagem diária que mostre efeito efetivo na obesidade, além de mais pesquisas da substância em humanos e seus efeitos de forma isolada ou combinada conforme mostram alguns trabalhos (SOUSA et al, 2020).

Um estudo semelhante a esse realizado por Sousa et al (2019) no Maranhão, apontou nos resultados 9 fitoterápicos em comum com os mais vendidos pelas farmácias de manipulação de Mossoró. Foram eles: *Camelliasinensis*, *Citrusaurantium*, *Ilexparaguariensis*, *cordiaecalyculata*vell, *Capsicumannuum*, *Garciniacambogia*, *Baccharistrimera*, *Equisetum arvense* e *phaseulusvulgaris*. Estudo anterior realizado por Sousa et al (2017) em 4 farmácias de manipulação de um município do interior de Minas Gerais teve em comum apenas a *Camelliasinensis* e a *Garciniacambogia* entre os fitoterápicos mais vendidos. O levantamento bibliográfico realizado durante a construção desse trabalho mostra que algumas substâncias utilizadas como emagrecedoras além de bastante utilizadas popularmente são temas de vários estudos científicos, entretanto, outras como *Capsicumannuum*, *Equisetumsp*, *Ginkgobiloba L* são citadas em poucos estudos.

Ao contrário do que aponta algumas pesquisas realizadas em outras cidades brasileiras como os estudos de Melo e Oliveira (2011) e Baracat e Baracat (2016) que mostram as mulheres como principais consumidoras de produtos para emagrecimento nesse estudo não foi encontrado diferença significativa de consumo de fitoterápicos entre homens e mulheres.

Essa pesquisa mostrou que as mulheres consomem fitoterápicos com atuação no metabolismo, inibição de apetite, sensação de saciedade, diuréticos, laxantes. Enquanto os homens procuram mais produtos com o objetivo de ganho de massa muscular. Não foi possível identificar a faixa etária nem o grau de escolaridade dos consumidores nessa pesquisa, pois essas informações não são solicitadas pelas farmácias para efetuar as vendas.

Apesar da maioria das farmácias de manipulação que participaram desse estudo informar só vender com prescrição, percebe-se que ainda há estabelecimentos que não fazem essa exigência no momento da comercialização. Isso mostra que na busca do corpo ideal muitas vezes se desconsidera os riscos que essas substâncias podem trazer. Dosagem inadequada, interações com outras medicações ou drogas, com alimentos ou mesmo contra-indicações de princípios ativos de algumas plantas para doenças preexistentes no

público consumidor, podem prejudicar o processo de emagrecimento e comprometer a saúde.

Estudos mostram que o consumo indiscriminado de fitoterápicos sem a adequada prescrição ou acompanhamento profissional pode levar a intoxicações graves e em alguns casos até mesmo a morte, principalmente quando utilizados longo prazo. Witt e Schneider (2013) e Brito et al (2019) lembram que muitas dessas substâncias carecem de estudos consistentes que comprovem a segurança e eficácia dessa utilização.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A busca por estratégias que auxiliam na perda de peso, entre elas o consumo de fitoterápicos parece ser uma prática comum à população estudada. Esse trabalho cita que 28 fitoterápicos com o intuito de auxiliarem no emagrecimento são comercializados semanalmente em todos os estabelecimentos envolvidos na pesquisa, o que representa uma procura considerável.

Todavia o efeito dessas substâncias, bem como a dosagem de cada uma delas, ainda carece de estudos que comprovem sua eficácia, seja do seu consumo isolado ou associado a outras práticas como dietas e exercícios físicos. A pesquisa mostrou ainda que o consumo de produtos sem prescrição profissional adequada ou sem respaldo científico também permeia esse universo.

Como limitação da pesquisa e espaço para outros estudos cita-se o fato de que não foi possível conhecer o perfil dos consumidores desses produtos nem avaliar o grau de satisfação dos mesmos com esse consumo.

O fato da maioria das farmácias de manipulação vender diariamente fitoterápicos para fins de emagrecimento evidencia a tendência atual de valorização da aparência magra e saudável.

## REFERÊNCIAS

ALVES, C.A.L. Revisão bibliográfica sobre caracterização de fitoterápicos com potencial de uso para emagrecimento. Monografia (Bacharelado em farmácia) Universidade de Brasília, Brasília, 2018.

BARACAT, M.; BARACAT, J. A influência social e cultural da idealização do corpo perfeito através dos meios de comunicação e seu impacto na formação da imagem corporal. Revista científica eletrônica de psicologia FAEF.p.1-11. Disponível em: [http://faef.revista.inf.br/imagens\\_arquivos/arquivos\\_destaque/Xwf05ZDP3MtONsC\\_2017-10-17-21-27-33.pdf](http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/Xwf05ZDP3MtONsC_2017-10-17-21-27-33.pdf). Acesso em: 29 nov. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Brasileiros atingem maior índice de obesidade nos últimos treze anos. Brasília. Agência de Saúde/MS. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46485-mais-da-metade-dos-brasileiros-esta-acima-do-peso>. Acesso em: 11 mar. 2020.

BRASIL. Ministério da saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. RDC nº 26 de 13 de maio de 2014. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. v.14. Seção 1. p 52-58. Mai, 2014.

BRITO, J.V.B. et al. Principais fitoterápicos utilizados no tratamento da obesidade, comercializados em uma farmácia de manipulação. Braz. J. Surg. Clin. Res. v. 27, n.1, p. 22-27, 2019.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRIÇÃO. Resolução CFN nº 556/2015. Altera as Resoluções nº 416, de 2008, e nº 525, de 2013, e acrescenta disposições à regulamentação da prática da Fitoterapia para o nutricionista como complemento da prescrição dietética. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res\\_556\\_2015.htm](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_556_2015.htm). Acesso em: 20 nov. 2019.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRIÇÃO. Resolução CFN nº 688/2021. Altera as Resoluções CFN nº 679 e nº 680, de 19 de janeiro de 2021 sobre a regulamentação da prática da Fitoterapia para o nutricionista como complemento da prescrição dietética. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res\\_688\\_2021.html](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_688_2021.html). Acesso em: 01 jul. 2021.

DIAS, M.C.; FORTES, R.C. Efeitos metabólicos, imunitários e inflamatórios da suplementação dietética de panaxginseng em indivíduos com sobrepeso e obesidade. Rev. Cient. Sena Aires. v.7, n.3, p. 260-266, 2018.

DIAS, P.C. et al. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. Cad. Saúde Pública. v.33, n.7, p.1-12, 2017.

KLEINE, M.C.G. et al. A influência da mídia nos padrões de beleza de estudantes dos cursos técnicos integrados do IFMS- Campus Ponta Pora/MS. Brazilian Journal of Development. v.7, n.5, p.49175 - 49181 mai, 2021.

LUCAS, R.R. et al. Fitoterápicos aplicados à Obesidade. Demetra. v.11, n.2, p.473-492, 2016.

MELO, C. M.; OLIVEIRA, D. R. O uso de inibidores de apetite por mulheres: um olhar a partir da perspectiva de gênero. *Ciência & Saúde Coletiva*. v. 16, n. 5, p. 2523-2532, 2011.

MILITO, C. A. K. Culto ao corpo na publicidade: novas tecnologias para a construção do eu. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologia) - Universidade Estadual Paulista. Rio Claro, 2012.

OLIVEIRA, T. W. N. et al. Laranja Amarga (*Citrus aurantium*) como coadjuvante no tratamento da obesidade. *RSC online*. v. 6, n. 1, p. 114 – 126, 2017. Disponível em: <https://rsc.revistas.ufcg.edu.br/index.php/rsc/article/view/171/167>. Acesso em: 23 nov. 2019.

RN é estado do Nordeste com maior índice de pessoas acima do peso. *Tribuna do Norte*; 21 ago 2015; Disponível em: <http://www.tribunadonorte.com.br/noticia/rn-a-estado-do-nordeste-com-maior-a-ndice-de-pessoasacima-do-peso/322337>. Acesso em: 11 fev. 2020.

ROSA, F. M. M.; MACHADO, J. T. O efeito anti-obesidade da *Garcinia cambogia* em humanos. *Revista Fitos*. v. 10, n. 2, p. 177-219, 2016.

SILVA, A. F. S. et al. Construção imagético-discursiva da beleza corporal em mídias sociais: repercussões na percepção sobre o corpo e o comer dos seguidores. *Demetra*. v. 13, n. 2, p. 395-411, 2018.

SIMÃO, A. A. Composição química, eficácia e toxicidade de plantas medicinais utilizadas no tratamento da obesidade. Tese (Doutorado em Agroquímica) - Lavras: Universidade Federal de Lavras, Lavras, 2013.

SOUZA, A. F. et al. Análise da utilização de medicamentos emagrecedores dispensados em farmácias de manipulação de Ipatinga-MG. *Única Cadernos Acadêmicos*. n. 3, p. 1-8, 2017.

SOUSA, D. M. D. et al. Fitoterápicos utilizados para perda de peso comercializados em farmácias. *Res. Soc. Dev*. v. 8, n. 4, p.1-15, 2019.

SOUSA, L. Q. R. et al. Análise dos medicamentos fitoterápicos comercializados em farmácia magistral do sertão paraibano. *Research, Society and Development*. v. 9, n. 7, p. 1-12, 2020.

TARDIN, R. N. M.; RODRIGUES, K. A.; FREITAS, E. C. O uso da Laranja Amarga como Coadjuvante no tratamento da Obesidade. *Id on Line Ver. Mult. Psic*. v. 14, n. 50, p. 956-063, 2020.

VIEIRA, A. R. R.; MEDEIROS, P. R. M. S. A utilização de fitoterápicos no tratamento da obesidade. *Ver Cient Esc Estadual Saúde Pública Goiás Cândido Santiago*. v. 5, n. 1, p. 44-57, 2019.

Weisheimer, N. et al. Fitoterapia como alternativa terapêutica no combate à Obesidade. *Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança*. v. 13, n.1, p. 103-111, 2015.

WITT, J. D. S. G. Z.; SCHNEIDER, A. P. Nutrição Estética: valorização do corpo e da beleza através do cuidado nutricional. *Ciência & Saúde Coletiva*. n. 16, p. 3909-3916, 2013.

World Health Organization. Obesity e overweight. Disponível em: <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 23 nov. 2019.