



Prescrição de Fitoterápicos: Limites e possibilidades

Luciana Melo de Farias

Nutricionista, especialista em Distúrbios Metabólicos e Nutrição

Teresina
2011

Do ponto de vista do nutricionista



**Como prescrever
fitoterápicos de modo
seguro e ético?**



1º passo

- Conhecer a legislação: CFN e ANVISA
- Curso de especialização/atualização em fitoterapia:
 - entender o mecanismo de ação dos fitoterápicos.
 - diferenciar os prós e contras do seu uso.
 - compreender a interação com medicamentos e alimentos.
 - utilizar a fitoterapia na prática clínica



2º passo


Antes de prescrever

- Avaliar o estado nutricional
 - Exame clínico e físico
 - Inquérito alimentar
 - Exames laboratoriais
- Conhecer HPP e atuais
- Verificar uso de medicamentos e suplementos
- Conhecer as interações nutricionais



RESOLUÇÃO CFN Nº 402/2007

Regulamenta a prescrição de fitoterápicos pelo nutricionista de plantas *in natura* frescas, ou como droga vegetal nas suas diferentes formas farmacêuticas.



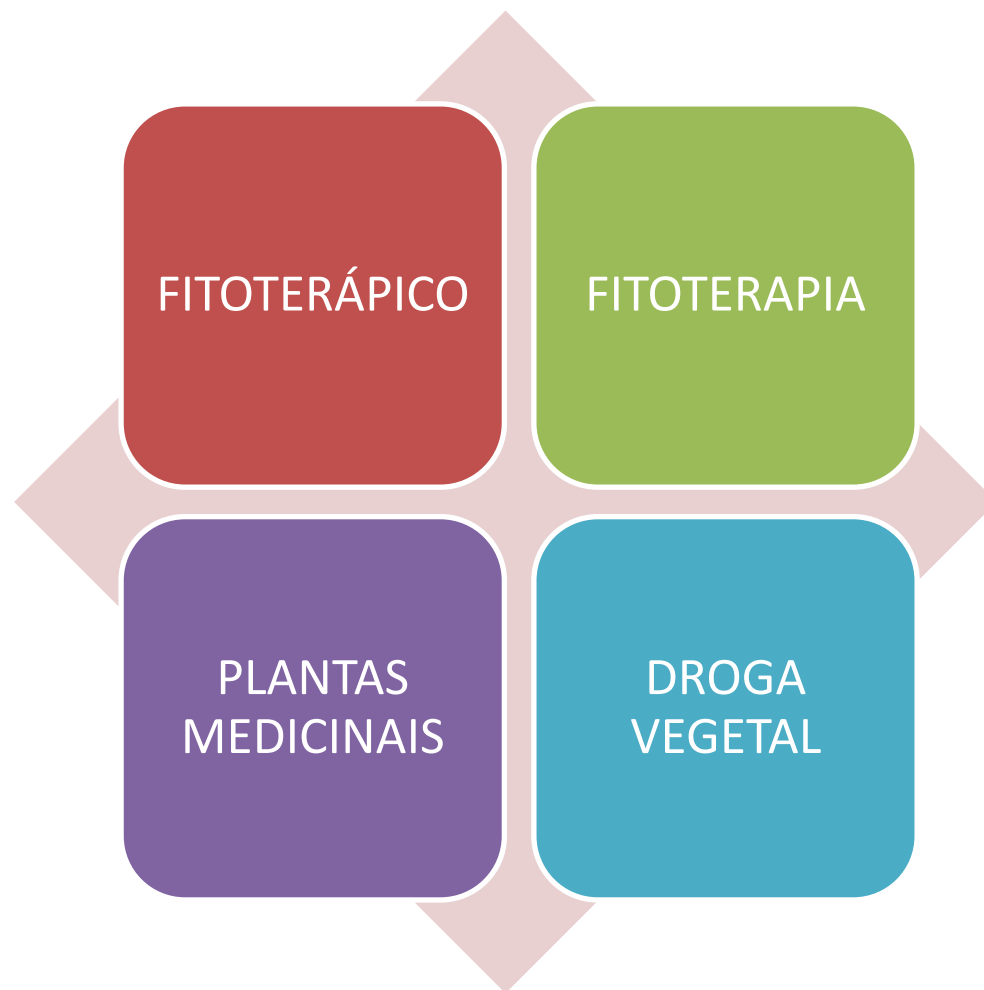
Prescrição de planta e drogas vegetais –
estratégia complementar à prescrição
dietética elaborada pelo nutricionista.

RESOLUÇÃO CFN Nº 402/2007

RESOLUÇÃO CFN Nº 402/2007

Art.8º. O Conselho Federal de Nutricionista recomenda que o Nutricionista, que optar por utilizar em suas prescrições os produtos objetos desta resolução, seja devidamente capacitado.

Definições





Definições

PÓS

MACERADO

INFUSO

DECOCTO

Definições

EXTRATO

- São preparação líquidas, sólidas ou semi-sólidas, obtidas pela extração de drogas vegetais frescas ou secas, por meio líquido, extrator adequado, seguida de uma evaporação total ou parcial .

TINTURA

- Extração hidroalcolica, onde se utiliza sempre a planta seca na proporção de 20%.

ALCOOLATURA

- Extração hidroalcolica, onde se utiliza sempre a planta fresca na proporção de 50%.

Prescrição fitoterápica: itens obrigatórios

I - nomenclatura botânica (o nome popular é opcional);

II - a parte da planta usada;

III - Forma farmacêutica/modo de preparo;

IV - tempo de uso do medicamento;

V - Dosagem;

VI - frequência de uso;

VII - horários.

Exemplos

Nome:

Chá verde (*Camellia sinensis*).....250 mg
Excipiente padrão qsp..... 1 Caps

Elaborar: 120 cápsulas.

Ingerir 01 cápsula 1 hora antes do almoço e jantar
diariamente por dois meses

Luciana Melo de Farias
Nutricionista – CRN6: 4006
Tel. 86 9984-2502
Email: luciana@clinicamaxlift.com.br

Exemplos

Nome:

Koubo (*Cereus sp*).....200 mg
Goma base qsp..... 1 unid

Elaborar: 60 gomas.

Ingerir 01 goma 1 hora antes do almoço e jantar
diariamente por um mês.

Luciana Melo de Farias
Nutricionista – CRN6: 4006
Tel. 86 9984-2502
Email: luciana@clinicamaxlift.com.br

Exemplos

Nome:

Hibisco (*Hibiscus sabdariffa*), flores

Uso interno

Infusão: usar 1 colher de sopa para 1 litro de água. Verter a água fervente sobre a erva, tampar e deixar em repouso durante 15 min.

Coar e beber quente ou frio

Deverá ser consumido no mesmo dia do preparo.

Usar durante 3 dias.

Luciana Melo de Farias
Nutricionista – CRN6: 4006
Tel. 86 9984-2502
Email: luciana@clinicamaxlift.com.br

Hibiscus



hibiscus sabdariffa



hibiscus rosa-sinensis

Exemplos

Nome:

Castanha-da-índia (*Aesculus hippocastanum*)-
sementes

Uso interno

Decocção: usar 1 colher de sopa para 1 litro de
água. Ferver a água com erva durante 15 min.
Coar e tomar quente ou frio
Deverá ser consumido no mesmo dia do preparo.
Usar durante 3dias.

Luciana Melo de Farias
Nutricionista – CRN6: 4006
Tel. 86 9984-2502
Email: luciana@clinicamaxlift.com.br



Exemplos

Nome:

Chá verde (*Camelia sinensis*), folhas

Uso interno

Infusão: usar 2 colheres de sopa para 1 litro de água. Esquentar a água até pouco antes da ebulição e despejá-la nas folhas de chá bem devagar e do alto.

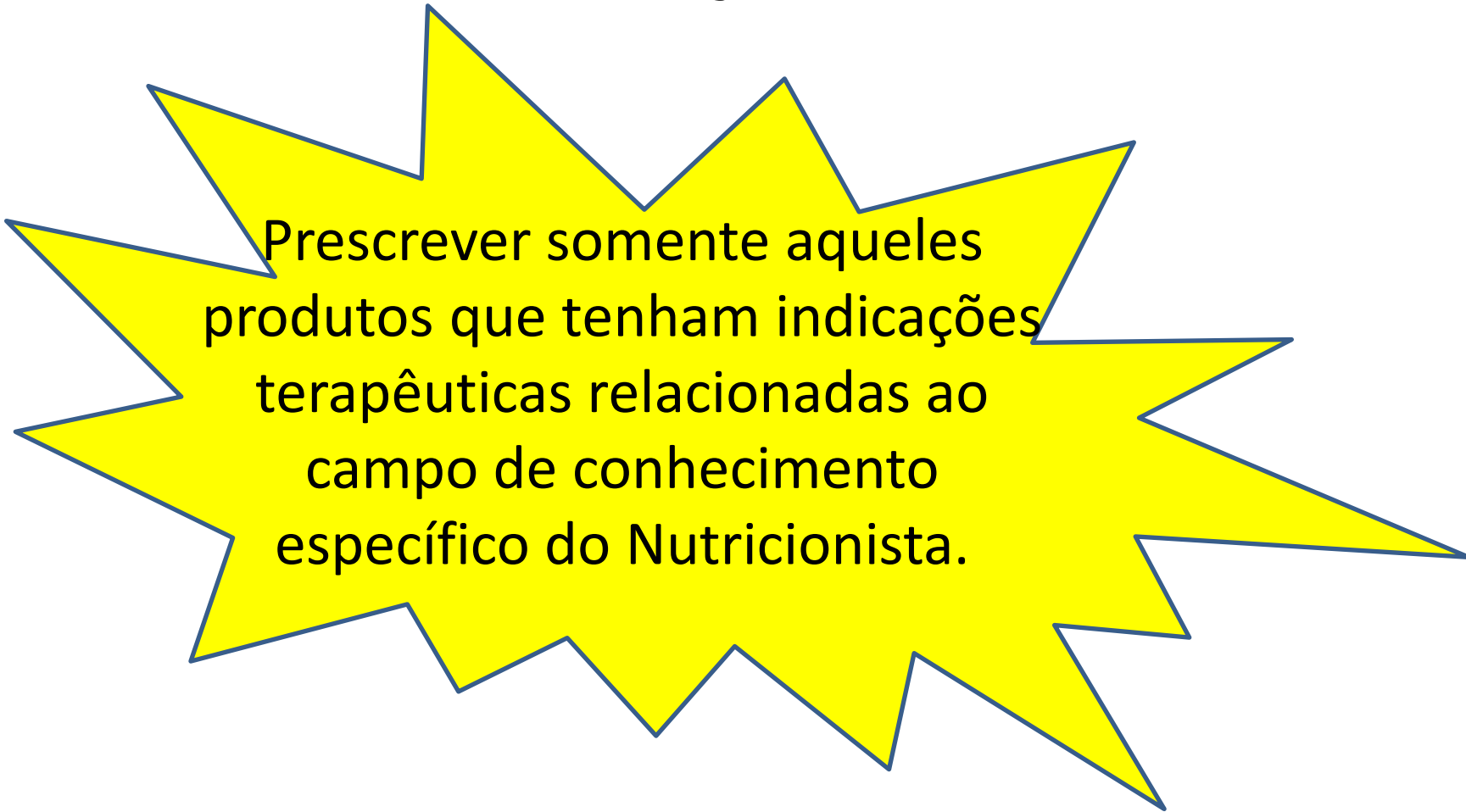
Coar e beber quente ou frio

Deverá ser consumido no mesmo dia do preparo.

Luciana Melo de Farias
Nutricionista – CRN6: 4006
Tel. 86 9984-2502
Email: luciana@clinicamaxlift.com.br



Atenção!



Prescrever somente aqueles produtos que tenham indicações terapêuticas relacionadas ao campo de conhecimento específico do Nutricionista.

RESOLUÇÃO CFN Nº 402/2007

Cuidado!

Ao prescrever Fitoterápicos:

Recomendar os fitoterápicos de origem conhecida

Quando industrializados:

Como rotulagem adequado às normas da ANVISA

Quando *in natura*:

Observar as condições de Higiênico-sanitárias da espécie vegetal prescrita



Fitoterápicos **COM** prescrição médica

Arctostaphylos uva-ursi (uva-ursina)

Cimicifuga racemosa (cimicífuga)

Echinacea purpurea (equinácea)

Ginkgo biloba (ginkgo)

Hypericum perforatum (hipérico)


Piper methysticum (kava-kava)

Serenoa repens (saw palmeto)

Tanacetum parthenium (tanaceto)

aleriana officinalis (valeriana)

ANVISA - Instrução Normativa nº 5, de 12 de dezembro de 2008



Fitoterápicos SEM prescrição médica

Nomenclatura botânica	Zingiber officinale Rosc.
Nome popular	Gengibre
Parte usada	Rizomas
Padronização/Marcador	Gingeróis (6-gingerol, 8-gingerol, 10-gingerol, 6-shogaol)
Derivado de droga vegetal	Extratos
Indicações/Ações terapêuticas	Profilaxia de náuseas causada por movimento (cinetose) e pós-cirúrgicas
Dose Diária	Crianças acima de 6 anos: 16mg de gingeróis; adulto: 32mg de gingeróis
Via de Administração	Oral
Restrição de uso	Venda sem prescrição médica

<http://www.anvisa.gov.br/medicamentos/fitoterapicos/index.htm>.

Fitoterápicos SEM prescrição médica

Nomenclatura botânica	Senna alexandrina Mill., Cassia angustifolia Vahl ou Cassia senna L.
Nome popular	Sene
Parte usada	Folhas e frutos
Padronização/Marcador	Derivados hidroxiantracênicos expressos
Derivado de droga vegetal	Extratos/tintura
Indicações/Ações terapêuticas	Laxativo
Dose Diária	30 mg de derivados hidroxiantracênicos expressos
Via de Administração	Oral
Restrição de uso	Venda sem prescrição médica

Fitoterápicos SEM prescrição médica

Nomenclatura botânica	Paullinia cupana H.B.&K.
Nome popular	Guaraná
Parte usada	Sementes
Padronização/Marcador	Trimetilxantinas (cafeína)
Derivado de droga vegetal	Extratos/tintura
Indicações/Ações terapêuticas	Psicoestimulante/astenia
Dose Diária	70 mg de trimetilxantinas (cafeína)
Via de Administração	Oral
Restrição de uso	Venda sem prescrição médica

OUTROS...

- Castanha da Índia
- Alho
- Erva-doce, Anis
- Boldo, Boldo-do-Chile
- Babosa ou áloe
- Centela, Centela-asiática
- Alcachofra
- Eucalipto
- Alcaçuz
- Camomila
- Espinheira-Santa
- Melissa, Erva-cidreira
- Hortelã-pimenta
- Maracujá, Passiflora

Chá verde (*Camellia sinensis*)

- Composição química
- Propriedades



- American Dietetic Association (2004)

4-6 xícaras /dia

1 litro de água/ 4 colheres de sopa de erva fresca
ou 2 colheres de sopa de erva seca

Senger AEV et al. Sci Med;20(4):292-300, 2010



Chá verde (*Camellia sinensis*)

Estudos experimentais

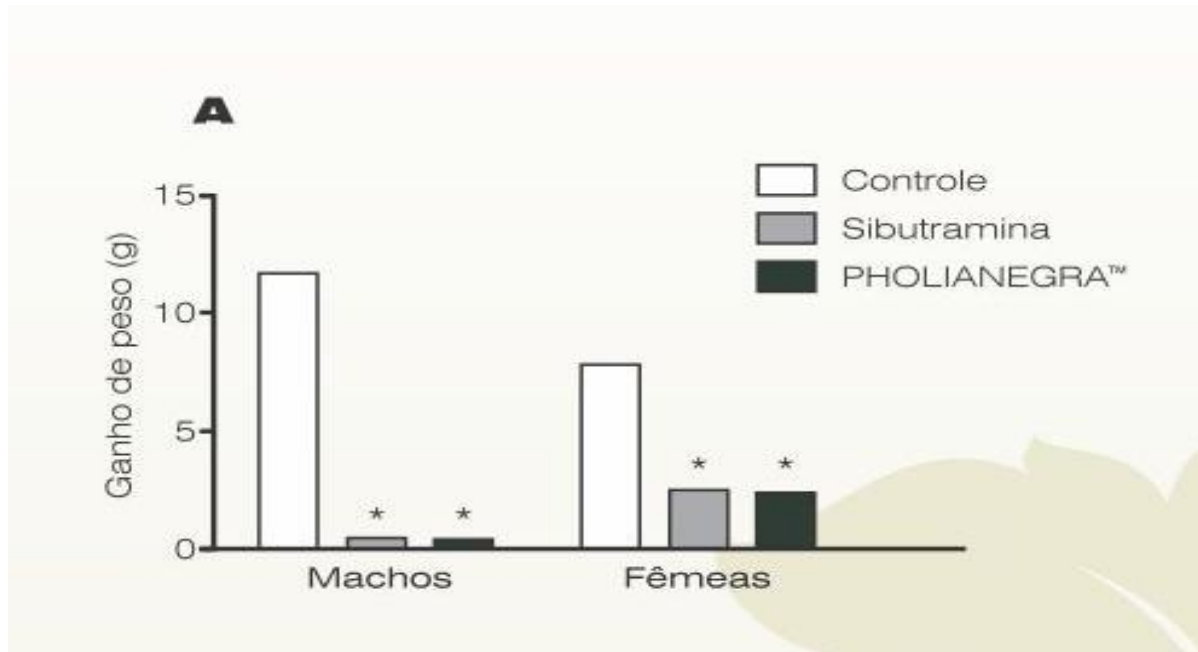
Estudo com humanos

Ashida H *et al.* *Biofactors* 22(1-4):135-40, 2004

Pholia Negra™ (*ilex paraguariensis*.)

A Eficácia e Segurança do Insumo Fitoterápico Pholia Negra™

BERNARDI, M.M.; SPINOSA, H.S; RICCI, E.L; REIS-SILVA, M; SILVA, A.C; DALMOLIN, D.P;
Departamento de Patologia, Faculdade de Medicina Veterinária e Zootecnia, **UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO.**



Koubo(Cereus sp)

Atividades:

- ✓ Moderador do apetite
- ✓ Lipolítica
- ✓ Hipocolesterolêmica
- ✓ Diurética
- ✓ Antioxidante



Mecanismo de ação: não está esclarecido

Possivelmente – tiramina (MAO)

Indicações e contra-indicações

- *Cynara scolymus* (Alcachofra)
Contra-indicada na: Lactação
Justificativa: Redução do Leite e sabor amargo no leite
- *Cymbopogon citratus* (Capim santo / Capim limão)
Contra-indicada na: Gestação
Justificativa: Relaxante do útero
- *Curcuma longa* (Açafrão falso)
Contra-indicada na: Gestação
Justificativa: Emenagoga, abortiva
- *Cassia senna* (Sene)
Contra-indicada na: Gestação e lactação
Justificativa: Contrações, aborto, diarreia no lactente
- *Allium sativum* (Alho)
Contra-indicada na: Lactação
Justificativa: Cólicas no lactente
- *Panax ginseng* (Ginseng)
Contra-indicada na: Lactação
Justificativa: Pode causar androgenização

Indicações e contra-indicações



Chá verde
(*Camellia
sinensis*)



Koubo
(*Cereus sp*)

Indicações e contra-indicações



Pholia Magra-
porangaba
(*Cordia ecalyculata*
Vell)



Pholia Negra™ -
chá mate
(*Ilex p.*)

Obesity (Silver Spring, Md. 17, 2009

Pharmaceutical Biology. 47:08, 2009



Considerações

Bom senso e responsabilidade

Reflexão:

Por que recomendar este fitoterápico?

Quais seus benefícios?

E seus efeitos colaterais?

Faz parte de minha competência e formação?



Obrigada!



lfarias@novafapi.com.br

luciana@maxlift.com.br