



Plantas empregadas para fins medicinais no tratamento da hipertensão

Plants used for medicinal purposes in the treatment of hypertension

Plantas utilizadas con fines medicinales en el tratamiento de la hipertensión

Guilherme Gabriel Ferreira de Sousa¹, Maria Eduarda Santos da Silva¹, Roberta Sabrine Duarte Gondim¹.

RESUMO

Objetivo: Destacar as plantas medicinais empregadas no tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica. **Revisão bibliográfica:** Estudos etnofarmacológicos e de revisão destacam algumas plantas medicinais comuns no tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS). Entretanto, ao verificar a Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS (RENISUS) do Ministério da Saúde, nota-se que a maioria das plantas utilizadas popularmente para tratar HAS, não consta na lista, incluindo apenas *Mentha piperita* (Hortelã) e *Allium sativum* (Alho). Levando a lacunas em pesquisas experimentais sobre a ação terapêutica de fitoterápicos no tratamento da HAS, resultando na falta de conhecimento técnico atualizado tanto por parte da população quanto dos profissionais de saúde, perpetuando o uso baseado em conhecimento empírico. Identificando a necessidade de haver comprovação científica para a correta para o tratamento da HAS, certificando-se do real efeito das plantas sobre o organismo, bem como garantindo seu uso apropriado. **Considerações finais:** A integração da fitoterapia na saúde pública brasileira destaca-se por preservar a tradição cultural e ampliar o acesso a alternativas terapêuticas. Apesar dos benefícios, é essencial realizar mais pesquisas clínicas para fortalecer a base científica, especialmente no tratamento da hipertensão, assegurando a eficácia e segurança das plantas medicinais.

Palavras-chave: Fitoterapia, Plantas medicinais, Hipertensão Arterial Sistêmica.

ABSTRACT

Objective: Highlight the medicinal plants used in the treatment of Systemic Arterial Hypertension. **Bibliographic review:** Ethnopharmacological and review studies highlight some common medicinal plants in the treatment of Systemic Arterial Hypertension (SAH). However, when checking the National List of Medicinal Plants of Interest to the SUS (RENISUS) of the Ministry of Health, it is noted that the majority of plants popularly used to treat SAH are not on the list, including only *Mentha piperita* (Mint) and *Allium sativum* (Garlic). Leading to gaps in experimental research on the therapeutic action of herbal medicines in the treatment of SAH, resulting in a lack of updated technical knowledge on the part of both the population and health professionals, perpetuating the use based on empirical knowledge. Identifying the need for scientific evidence for the correct treatment of SAH, ensuring the real effect of plants on the body, as well as ensuring their appropriate use. **Final considerations:** The integration of phytotherapy into Brazilian public health stands out for preserving cultural tradition and expanding access to therapeutic alternatives. Despite the benefits, it is essential to carry out more clinical research to strengthen the scientific basis, especially in the treatment of hypertension, ensuring the effectiveness and safety of medicinal plants.

Keywords: Phytotherapy, Medicinal plants, Systemic arterial hypertension.

¹ AFYA Faculdade de Ciências Médicas de Santa Inês. Santa Inês – MA.

RESUMEN

Objetivo: Destacar las plantas medicinales utilizadas en el tratamiento de la Hipertensión Arterial Sistémica. **Revisión bibliográfica:** Estudios etnofarmacológicos y de revisión destacan algunas plantas medicinales comunes en el tratamiento de la Hipertensión Arterial Sistémica (HAS). Sin embargo, al consultar la Lista Nacional de Plantas Medicinales de Interés para el SUS (RENISUS) del Ministerio de Salud, se observa que la mayoría de las plantas popularmente utilizadas para tratar la HAS no están en la lista, entre ellas sólo *Mentha piperita* (Menta). y *Allium sativum* (ajo). Generando vacíos en la investigación experimental sobre la acción terapéutica de los medicamentos herbarios en el tratamiento de la HAS, resultando en una falta de conocimientos técnicos actualizados tanto por parte de la población como de los profesionales de la salud, perpetuando el uso basado en conocimientos empíricos. Identificando la necesidad de evidencia científica para el correcto tratamiento de la HAS, asegurando el efecto real de las plantas en el organismo, así como asegurar su uso adecuado. **Consideraciones finales:** La integración de la fitoterapia en la salud pública brasileña se destaca por preservar la tradición cultural y ampliar el acceso a alternativas terapéuticas. A pesar de los beneficios, es fundamental realizar más investigaciones clínicas para fortalecer la base científica, especialmente en el tratamiento de la hipertensión, garantizando la eficacia y seguridad de las plantas medicinales.

Palabras clave: Fitoterapia, Plantas medicinales, Hipertensión arterial sistémica.

INTRODUÇÃO

A utilização de plantas para fins medicinais, é historicamente, um dos principais mecanismos utilizados para o tratamento de diversas doenças, com importante papel na descoberta de novos fármacos e produção de medicamentos. Suas propriedades, variam conforme a planta e a finalidade desejada, extraídos de cascas de árvores, grãos, sementes, e outros insumos naturais, podendo ser utilizadas na forma de droga vegetal (planta inteira, fragmentada ou triturada) ou formulação de componentes extraídos das plantas (extratos e óleos) (BRASIL, 2022).

No Brasil, essa prática terapêutica é considerada forte por conta das tradições populares culturais e conhecimentos passados por gerações conforme as necessidades do passado, sendo utilizada empiricamente há muito tempo, além do clima brasileiro, que favorece o cultivo de uma grande variedade de plantas (PFEIFER GL, et al., 2022). Na atualidade, com o avanço da ciência, sua eficácia vem sendo estudada, questionando-se os reais efeitos no organismo e quais as melhores formas a serem aplicadas de forma benéfica (DO CARMO LOCH V, et al., 2020).

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), uma das principais Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) que afetam a população, relacionada ao aumento dos níveis da pressão exercida pelo sangue nas artérias, está diretamente ligada a hábitos de vida, como alimentação não saudável, sedentarismo, tabagismo, entre outros. Segundo o Ministério da Saúde, pacientes que não seguem adequadamente o tratamento ou o iniciam, mas não o mantêm conforme as recomendações, enfrentam riscos significativos de desenvolver doenças cardiovasculares graves, devido alterações funcionais e/ou estruturais em órgãos críticos, como coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos. Essas condições aumentam consideravelmente o risco de eventos cardiovasculares, tanto fatais quanto não fatais, como as Síndromes Coronarianas Agudas (SCA) e a Insuficiência Cardíaca (IC) (QUEIROZ MG, et al., 2020).

A fitoterapia em alguns casos, é empregada como tratamento alternativo/coadjuvante de DCNT devido à comprovada eficácia de alguns extratos na redução de sintomas dessas comorbidades. No entanto, sua adoção nas recomendações de tratamento por parte dos profissionais é limitada, especialmente em condições como a Hipertensão Arterial, em que existem opções de medicamentos de baixo custo e alto benefício. Com isso, apesar da comprovada eficácia da fitoterapia no organismo, sua utilização ainda é restrita devido à subjetividade na adesão, incluindo questões relacionadas à dose, duração, frequência e combinação com outros medicamentos (COSTA AR, et al., 2019). Contudo, o uso de fitoterápicos para tratar sintomas e progressão de doenças, em especial, a Hipertensão Arterial, deve ser bem avaliado, reconhecendo que o uso indiscriminado e doses elevadas desses fitoterápicos podem causar prejuízos, conferindo toxicidade ao organismo, ou subtratamentos. Portanto, é crucial promover uma colaboração científica mais ampla para

orientar a posologia desses insumos medicinais, não apenas incentivando a prática clínica como uma opção mais acessível, mas também reforçando a educação em saúde, focando na segurança do preparo desses insumos, incluindo quantidade, doses, modo e tempo de uso (AJEBLI M e EDDOUKS M, 2020).

O objetivo desta revisão foi examinar e sintetizar as evidências científicas existentes relacionadas às terapias alternativas empregadas no tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica, apresentando uma visão ampla e atualizada acerca da sua eficácia e segurança.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Fitoterapia no Brasil e no Sistema Único de Saúde (SUS)

O uso de plantas medicinais para o tratamento de enfermidades é uma prática que acompanha a humanidade ao longo da sua história evolutiva, utilizado por diferentes povos na tentativa de solucionar ou atenuar os problemas de saúde, sendo considerado o primeiro recurso terapêutico utilizado por grande parte da população, devido ao seu baixo custo e facilidade de aquisição. Com isso, seu uso difunde-se por meio da cultura e conhecimento popular, havendo grande exploração por parte da população mundial para aliviar sintomas indesejados (PATRÍCIO KP, et al., 2022).

Nos últimos anos, as pesquisas sobre fitoterapia incentivaram significativamente sua integração nos programas de Atenção Primária à Saúde (APS). Esse estímulo foi particularmente evidente após a Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde em Alma-Ata, realizada em 1978, quando a Organização Mundial da Saúde (OMS) oficialmente reconheceu o uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos, recomendando a disseminação dos conhecimentos necessários para promover o seu uso (WHO, 2002; DA CRUZ NETO MS, et al., 2023).

Em concordância com as recomendações da OMS foi elaborada a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos no Brasil, aprovada pelo Decreto nº 5.813, de 22 de junho de 2006, com o intuito de estabelecer diretrizes para a atuação governamental na área de plantas medicinais e fitoterápicos. Este decreto definiu orientações para o desenvolvimento de ações colaborativas, visando o acesso seguro e uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos no país, implementando assim, a fitoterapia a um conjunto de iniciativas voltadas para a promoção e proteção da saúde em populações assistidas pelo SUS, sendo empregada como terapia alternativa e complementar (DA COSTA MRB, et al., 2022).

Diante de uma audiência atendida pelo sistema de saúde pública, que adota extensivamente a terapia com fitoterapia baseada em conhecimentos empíricos, nota-se a falta de informações detalhadas sobre os efeitos benéficos e adversos dos extratos utilizados. Essas pessoas escolhem esse tratamento devido à sua simplicidade, facilidade de acesso, custos reduzidos e à limitada compreensão das possíveis consequências do uso inadequado, como doses elevadas e/ou períodos prolongados. No entanto, é responsabilidade do profissional de saúde orientá-las de forma esclarecedora e consciente, considerando as demandas de saúde que possam apresentar. Essa orientação deve manter uma relação de fortalecimento, respeitando sempre o conhecimento prévio do usuário de saúde (CHÁVEZ-CASTILLO M, et al., 2020).

Dentro da fitoterapia, as plantas medicinais e fitoterápicos são classificadas de forma distinta quanto a farmacologia, na qual as plantas medicinais são consideradas remédios, enquanto os fitoterápicos, são considerados medicamentos, pois passam por um processo de industrialização. Uma planta medicinal possui substâncias, que se utilizada de forma correta, atua no organismo de forma benéfica, causando o efeito medicinal, entretanto, não há quantificação do composto ativo presente. Em contrapartida, os fitoterápicos são os medicamentos produzidos a partir das plantas medicinais, no qual os princípios ativos são extraídos, isolados e quantificados conforme a posologia adequada, com apresentações em forma de cápsulas, comprimidos, pomadas ou xaropes (BRASIL, 2022).

Fitoterápicos e Plantas medicinais que auxiliam na HAS

Devido a aspectos culturais ou à dificuldade de adesão ao tratamento com fármacos anti-hipertensivos, associada ao receio da progressão da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), em alguns casos, a população

recorre ao conhecimento popular, buscando cuidados por meio do uso de plantas medicinais para alcançar níveis pressóricos adequados. A ação das plantas medicinais na pressão arterial decorre da presença de princípios ativos, determinando seu principal efeito farmacológico. Contudo, é crucial haver comprovação científica para a correta utilização das plantas no tratamento da HAS, certificando-se do real efeito do princípio ativo na planta sobre o organismo, bem como garantindo seu uso apropriado (LIMA MRS, et al., 2020).

A principal estratégia para mitigar os efeitos da HAS envolve o uso de terapia medicamentosa, como anti-hipertensivos, associada à terapia não medicamentosa, que inclui mudanças no estilo de vida. Diversos medicamentos com diferentes mecanismos de ação, como Diuréticos, Bloqueadores dos Canais de Cálcio, Inibidores da Enzima Conversora de Angiotensina, Bloqueadores dos Receptores da Angiotensina II e Betabloqueadores, estão disponíveis. No entanto, várias plantas demonstraram eficácia no controle da pressão arterial (**Quadro 1**), apresentando ações diuréticas, com aumento do volume da urina e a excreção do sal e ação vasodilatadora impactando na resistência vascular periférica (SILVA TJP, et al., 2022; DE OLIVEIRA FARIA M, et al., 2021).

Quadro 1 - Espécies de plantas medicinais que atuam na pressão arterial.

Nomenclatura popular	Espécie	Autor(es)/Ano
Chuchu	<i>Sechium edule</i>	Alves MF e da Silva Mattos F, 2021
Alecrim	<i>Rosmarinus officinalis</i>	de Souza Trevizani M, et al., 2023
Capim Santo	<i>Cymbopogon Citratus (DC) Stapf.</i>	da Costa ARFC, et al., 2019
Erva-Cidreira	<i>Melissa officinalis</i>	Ramos ES, et al., 2019; Sarrico LD, et al., 2022
Alho	<i>A. sativum L.</i>	Lima MRS, et al., 2020; Camargo VB, et al., 2023
Boldo	<i>Peumus boldus</i>	de Azevedo SS, et al., 2020; da Costa ARFC, et al., 2019
Hortelã	<i>Mentha piperita</i>	da Costa ARFC, et al., 2019
Camomila	<i>Matricaria recutita L.</i>	de Souza Pereira P e de Paula LLRJ, 2018; da Silva Lima L, et al, 2023
Gengibre	<i>Zingiber officinale</i>	de Sousa LS e Proença D, 2023

Fonte: Sousa GGF, et al., 2024.

O chuchu (*Sechium edule*), uma das espécies de plantas medicinais, apresenta ação diurética com efeito hipotensor, especialmente a partir de seu extrato aquoso rico em potássio, encontrado principalmente no caule, folhas e polpa. As interações medicamentosas observadas estão relacionadas à potencialização de fármacos sedativos, calmantes, hipotensores e anti-histamínicos. Para o preparo caseiro, recomenda-se a infusão de 4 folhas de chuchu em 1 litro de água por cerca de 10 minutos, seguido de coagem e consumo após esfriar (ALVES MF e DA SILVA MATTOS F, 2021).

O alecrim (*Rosmarinus officinalis*) é composto por várias moléculas bioativas, incluindo ácido rosmarínico e ácido carnosico, responsáveis por diversas atividades farmacológicas, como anti-inflamatória, antioxidante, antimicrobiana, antiproliferativa, antitumoral e protetora. Geralmente sua utilização se dá por meio das folhas, mas é importante evitar doses elevadas, sendo contraindicado durante a gravidez e a amamentação devido a possíveis efeitos toxicológicos (DE OLIVEIRA JR, et al., 2019). Estudos in vitro com o extrato aquoso da espécie indicam que, quando combinado com anti-hipertensivos da classe dos Bloqueadores dos Receptores da Angiotensina II, como losartana e valsartana, pode resultar em interação sinérgica devido à atividade inibitória da Enzima Conversora de Angiotensina (DE SOUZA TREVIZANI M, et al., 2023).

O capim santo (*Cymbopogon Citratus (DC) Stapf.*), conhecido popularmente como capim-limão, capim-cidreira e capim de cheiro, originário do velho mundo e amplamente utilizado no Brasil, é reconhecido por suas diversas ações benéficas. Esta erva aromática possui folhas com aroma de limão. O chá preparado a partir dessa planta possui propriedades calmantes e analgésicas, sendo útil em crises de cólicas uterinas e intestinais devido à presença de mirceno, um calmante suave. Além disso, evidenciou-se eficácia no auxílio

ao tratamento da hipertensão arterial, resultado principalmente do citral, um composto presente em seu óleo essencial. Estudos sobre o uso de plantas medicinais por hipertensos também destacam a ação diurética do capim-santo, atribuída à presença do citral. Para preparar o chá, realiza-se a infusão das folhas, utilizando cerca de 1 a 3g em 150 ml de água, e a recomendação é ingerir uma xícara de chá de 2 a 3 vezes ao dia (DA COSTA ARFC, et al., 2019). A erva-cidreira (*Melissa officinalis*) da Família Botânica Lamiaceae (Labiatae), é comumente utilizada na forma de chá como calmante, possui também atividade fungicida, bactericida, antidiarreica, atua como anti-inflamatório, antiespasmódico, anticonvulsivo, analgésico, antiemético, antirreumático, antisséptico e tratamento de distúrbios nervosos e febres e gastrointestinais. Sua composição inclui diversos fotoquímicos, como polifenóis, terpenos, taninos, flavonoides, ácido rosmarínico, ácido caféico, citral e acetato de eugenol. Além disso, a erva-cidreira demonstra atividade anti-hipertensiva, agindo diretamente na musculatura lisa, causando vasodilatação (RAMOS ES, et al., 2019, SARRICO LD, et al., 2022).

Dentre todas as plantas medicinais para o tratamento de HAS, destaca-se o alho (*A. sativum L.*), uma das plantas medicinais mais promissoras e estudadas. Essa planta apresenta diversos metabólitos, incluindo alipropil, aliina, alicina, S-aliilcisteína, ajoeno, vinilditiinas, péptidos, terpenoides, fenóis, saponinas, aminoácidos como a arginina, além de minerais como selênio e enzimas como mirosinase e peroxidase. Esses componentes conferem uma variedade de efeitos terapêuticos, como propriedades antibacterianas, antifúngicas, antiparasitárias, antivirais, anti-hipertensivas, antiateroscleróticas, antitrombóticas, antioxidantes, antimutagênicas, anti-hiperglicêmicas, antilipídicas, antihelmínticas, diuréticas, digestivas, hepatoprotetoras, radioprotetoras e cardioprotetoras. Alguns autores também sugerem seu potencial hipotensor devido à composição química do enxofre, que atua no sistema cardiovascular promovendo vasodilatação, resultando na redução da resistência vascular periférica e, conseqüentemente, na diminuição dos níveis pressóricos (LIMA MRS, et al., 2020; CAMARGO VB, et al., 2023).

A ação antioxidante, que atua preventivamente contra a HAS, é fundamentada na hipótese de que o estresse oxidativo endotelial leva a um aumento na produção de O₂⁻ (radicais livres). Esse aumento pode inibir a ação do óxido nítrico, que é o principal agente responsável pela vasodilatação. Além disso, os radicais livres podem reagir diretamente com o óxido nítrico, formando o Peroxinitrito (ONNO⁻), que, por sua vez, contribui para lesões endoteliais e a geração de outro radical chamado Hidroxila (OH). Juntos, esses elementos aumentam a disponibilidade de endotelina, que atua como vasoconstritor (CAIRES A, et al., 2019).

Quanto ao boldo (*Peumus boldus*), indicado para tratar problemas no fígado, má digestão, gastrite e azia, embora as propriedades farmacocinéticas não estejam completamente definidas, alguns autores afirmam que a boldrina e outros alcaloides (do grupo dos benzoquinolínicos) podem sequestrar radicais livres no vaso, promovendo maior disponibilidade de fatores endoteliais vasodilatadores e atuando de forma hipotensora. No entanto, é crucial estar atento ao seu uso, pois, segundo alguns relatos, o boldo pode ter efeito na elevação da pressão arterial (DE AZEVEDO SS, et al., 2020; DA COSTA ARFC, et al., 2019).

A hortelã (*Mentha piperita*) é uma erva aromática que contém óleo essencial, principalmente em suas folhas de cor verde escuro. É comumente utilizada no tratamento de dislipidemias, demonstrando ação antiespasmódica, anti-inflamatória e antiviral. Também é empregada para tratar má digestão, sensação de flatulência e melhorar a circulação sanguínea, influenciando a pressão arterial por meio do polifenol e do óxido nítrico. Os polifenóis, presentes em algumas frutas e folhas, destacam-se por suas propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes. O chá é preparado principalmente por infusão, utilizando folhas frescas para preservar seus princípios ativos. A recomendação é usar 1,5 g de folhas em 150 ml de água, preparando o chá de 2 a 4 vezes por dia (DA COSTA ARFC, et al., 2019).

Estudos indicam que a camomila (*Matricaria recutita L.*), popularmente conhecida como camomila-vulgar, camomila-alemã, maçania ou maçanilha, é uma planta da família Asteraceae, originária da Europa. Tradicionalmente utilizada para diversos fins, como má digestão, cólica uterina, efeitos sedativos, queimaduras de sol, conjuntivite, olhos cansados, vermífugo, dores musculares, tensão menstrual, estresse, insônia, diarreia e inflamações das vias urinárias. Alguns autores sugerem seu efeito hipotensor devido à sua ação calmante, resultando em vasodilatação e conseqüente redução da resistência vascular periférica.

Misturada ao chá de hortelã com mel, é utilizada no combate a gripes e resfriados, hemorroidas, problemas no fígado, ações antialérgicas, dores reumáticas, nevralgias e como sudorífico. Contudo, é necessária precaução ao tratar pacientes hipertensos que utilizam medicamentos anticoagulantes, pois a associação desses pode intensificar os efeitos anticoagulantes, aumentando o risco de episódios de sangramento (DE SOUZA PEREIRA P e DE PAULA LLRJ, 2018; DA SILVA LIMA L, et al., 2023).

O gengibre (*Zingiber officinale*), uma planta exótica originária do sudeste asiático e pertencente à família Zingiberaceae, é recomendado para tratar gripes, resfriados e problemas gastrointestinais, como náuseas, dores de estômago, diarreia, úlceras gástricas e vômitos, inclusive em situações de gravidez ou durante a quimioterapia. Suas propriedades terapêuticas incluem ação antimicrobiana, antiinflamatória, antipirética, diurética e antioxidante, sendo benéfico contra problemas reumáticos e artrite. A raiz do tubérculo contém diversos componentes, como ferro e cálcio. Pode ser consumida seca ou fresca, cru ou preparada em diferentes formas, como infusão, xarope, tintura, óleo e extrato seco. Embora alguns estudos sugiram um efeito hipotensor relacionado ao sistema renina-angiotensina-aldosterona, a literatura apresenta divergências quanto aos impactos reais na pressão arterial. Alguns estudos indicam eficácia, enquanto outros sugerem que a quantidade e o tempo de ingestão do gengibre podem ter efeito contrário, aumentando a pressão arterial (DE SOUSA LS e PROENÇA D, 2023).

Substâncias como flavonoides, taninos, esteroides e saponinas demonstram propriedades relevantes na redução da pressão arterial. Ao examinarem espécies do cerrado brasileiro com essa finalidade, autores destacam pau-paraíba (*Simarouba versicolor*), pau-santo (*Kielmeyera coriacea*), abiu-do-cerrado (*Pouteria torta*), guarandi (*Calophyllum brasiliense*), bacaba (*Oenocarpus bacaba*), puçá-amarelo (*Mouriri elliptica*), fava-d'anta (*Dimorphandra mollis*), murici (*Byrsonima crassifolia*) e cereja-do-cerrado (*Eugenia calycina*) como potenciais candidatas para futuros estudos científicos sobre efeitos hipotensores. Há ainda, relatos de que a mangabeira (*Hancornia speciosa*), pode exibir efeito hipotensor ao inibir a Enzima Conversora de Angiotensina (ECA), aumentando os níveis de óxido nítrico e demonstrar ação antioxidante (TRINDADE MA, et al., 2022).

Riscos e Benefícios da terapia com fitoterápicos

O uso adequado e consciente da terapia com fitoterápicos pode proporcionar diversos benefícios. Contudo, é essencial que essa terapia seja supervisionada por um profissional de saúde capacitado, capaz de fornecer orientações sobre o uso seguro e apropriado desses medicamentos. Isso é crucial para garantir a eficácia e segurança do tratamento. Em alguns casos, a utilização de fitoterápicos pode ser considerada como terapia complementar, integrada ao tratamento convencional, visando aprimorar os resultados terapêuticos e minimizar os riscos à saúde (JÚNIOR JRML, et al., 2023). Grande parte dos usuários não associam o uso de plantas medicinais aos efeitos maléficos que as mesmas podem causar. Estudos observacionais mostram que pouco mais da metade da população, opta como primeiro recurso para práticas fitoterápicas em caso de doença simples, possuindo a crença que essa terapia, por ser de origem natural, não traz malefícios, como efeito adverso ou interação medicamentosa. Entretanto, a automedicação e o baixo nível de conhecimento dos usuários sobre os fitoterápicos, podem trazer grandes desvantagens para saúde, principalmente para idosos, uma vez que o uso de plantas medicinais concomitantemente com medicamentos de forma inadequada, pode potencializar efeitos toxicológicos ou inibir efeitos terapêuticos, levando assim, a intoxicações ou subtratamentos. (DE SOUZA TREVIZANI M, et al., 2023).

Apesar de serem considerados naturais, acredita-se que o risco de ocorrência de interações relacionadas a plantas medicinais pode ser maior do que o de interações entre medicamentos alopáticos. Isso ocorre porque os medicamentos alopáticos geralmente contêm substâncias químicas únicas, ao passo que quase todas as plantas apresentam misturas complexas e farmacologicamente ativas de substâncias. Essas composições podem provocar alterações significativas nas concentrações plasmáticas dos medicamentos, trazendo consigo potenciais riscos à saúde dos usuários (NICÁCIO RAR, et al., 2020). Estudos etnofarmacológicos e de revisão destacam algumas plantas medicinais comuns no tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica. No entanto, ao verificar a RENISUS, nota-se que a maioria das plantas utilizadas popularmente para tratar HAS, mencionadas em estudos, não consta na lista. A RENISUS inclui apenas

Copaifera langsdorffii Desf. (Antibiótico da mata), *Mentha piperita* (Hortelã) e *Allium sativum* (Alho). Essa lacuna levanta questionamentos sobre a falta de estímulo para pesquisas experimentais sobre a ação terapêutica de fitoterápicos no tratamento da HAS. Isso resulta na falta de conhecimento técnico atualizado tanto por parte da população quanto dos profissionais de saúde, perpetuando o uso baseado em conhecimento empírico, o que pode acarretar riscos à saúde dos pacientes (SILVA TJP, et al., 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A integração da fitoterapia nos serviços de saúde do Brasil representa um avanço significativo para a saúde pública nacional, preservando a rica tradição cultural do uso de plantas medicinais pela população. Essa prática visa não apenas ampliar o acesso a alternativas terapêuticas baseadas na fitoterapia, mas fomentar a manutenção, recuperação e promoção da saúde. No entanto, mesmo diante do crescente interesse e dos benefícios potenciais relacionados ao uso de plantas medicinais, é crucial ressaltar a necessidade de mais pesquisas envolvendo seres humanos. Com isso, a inclusão de estudos clínicos aprofundados pode proporcionar evidências mais robustas quanto à eficácia clínica dessas plantas para o emprego no tratamento da hipertensão arterial, assegurando sua utilização segura em ambientes reais de tratamento. Portanto, é imperativo incentivar e realizar mais pesquisas clínicas que explorem a eficácia e segurança das plantas medicinais, a fim de fortalecer a base científica que sustenta a integração da fitoterapia nos cuidados de saúde.

REFERÊNCIAS

1. ALVES MF e DA SILVA MATTOS F. O uso de plantas medicinais no auxílio do tratamento da hipertensão arterial sistêmica atrelado a atuação educadora do enfermeiro. *Revista Científica de Enfermagem*, 2021; 11(36): 462-471.
2. AJEBLI M e EDDOUKS M. Phytotherapy of Hypertension: An Updated Overview. *Endocr Metab Immune Disord Drug Targets*, 2020; 20(6): 812-839.
3. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA. 2022. Cartilha de orientações sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/medicamentos/publicacoes-sobre-medicamentos/orientacoes-sobre-o-uso-de-fitoterpicos-e-plantas-medicinais.pdf>. Acessado em: 24 de setembro de 2023.
4. CAIRES A, et al. Efeito antioxidante de antagonista dos receptores de endotelina-1 protege ratos contra lesão renal crônica induzida por hipertensão e hiperglicemia. *Brazilian Journal of Nephrology*, 2019; 41; 451-461.
5. CAMARGO VB, et al. Efeitos de fitoterápicos para o tratamento da hipertensão arterial sistêmica: uma revisão integrativa. *CERES-Health & Education Medical Journal*, 2023; 1(3): 129-149.
6. CHÁVEZ-CASTILLO M, et al. Fitoterapia para Doenças Cardiovasculares: Uma Abordagem do Banco ao Leito. *Current Pharmaceutical Design*, 2020; 26(35): 4410-4429.
7. COSTA AR, et al. Uso de plantas medicinais por idosos portadores de hipertensão arterial. *Revista De Ciências Da Saúde Nova Esperança*, 2019; 17(1): 16-28.
8. DA CRUZ NETO MS, et al. Práticas de utilização de plantas medicinais na atenção básica: uma revisão da literatura. Tese de Doutorado. Escola Superior Madre Celeste, 2023; 68-78.
9. DA COSTA ARFC, et al. Uso de plantas medicinais por idosos portadores de hipertensão arterial. *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança*, 2019; 17(1): 16-28.
10. DA COSTA MRB, et al. Plantas medicinais: como é garantido seu acesso seguro e seu uso racional no SUS. *Pesquisa Multidisciplinar*, 2022.
11. DA SILVA LIMA L, et al. Uso de chás para hipertensos: um relato de experiência. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 2023; 9(7): 576-583.
12. DE AZEVEDO SS, et al. Avaliação da atividade antioxidante de chás comercializados em feiras livres e de chás industrializados em São Luís-Maranhão, Brasil. *Research, Society and Development*, 2020; 9(8): e06985320.

13. DE SOUZA TREVIZANI M, et al. Interações entre plantas medicinais e medicamentos alopáticos utilizados por idosos de uma unidade básica de saúde em um município do cone sul do estado de Rondônia. *Brazilian Journal of Development*. 2023; 9(9): 26797-26818.
14. DE SOUZA PEREIRA P e DE PAULA LLRJ. Ações terapêuticas do capim-santo: uma revisão de literatura therapeutic actions of grass-saint: a literature review. *Revista Saúde em Foco*, 2018; 10.
15. DE SOUSA LS e PROENÇA D. Os benefícios do gengibre (*Zingiber officinale*) para a saúde humana. *Saúde e meio ambiente: revista interdisciplinar*. 2023; 12: 79-92.
16. DE OLIVEIRA FARIA M, et al. O uso de plantas medicinais como forma complementar no controle da hipertensão arterial. *Amazônia: Science & Health*. 2021; 9(3): 2-12.
17. DE OLIVEIRA JR, et al. *Rosmarinus officinalis* L. (alecrim) como agente terapêutico e profilático. *J Biomed Sci.*, 2019; 26: 5.
18. DO CARMO LOCH V, et al. Os raizeiros e as plantas medicinais comercializadas nas feiras livres de São Luís, MA. *Cadernos de Agroecologia*, 2020; 15: 2.
19. JÚNIOR, JRML, et al. Uso de plantas medicinais por idosos: Conhecimento dos riscos e benefícios. *Nursing (São Paulo)*, 2023; 26(298): 9509-9522.
20. LIMA MRS, et al. Efeito terapêutico do *allium sativum* l. N no controle da hipertensão arterial. *Revista de Atenção à Saúde*, 2020; 18: 65.
21. NICÁCIO RAR, et al. Potenciais interações entre medicamentos alopáticos e fitoterápicos/plantas medicinais no Município de Rondonópolis–MT. *Revista de Ciências Médicas e Biológicas*, 2020; 19(3): 417-422.
22. PATRÍCIO KP, et al. O uso de plantas medicinais na atenção primária à saúde: revisão integrativa. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2022; 27: 677-686.
23. QUEIROZ G, et al. Hipertensão arterial no idoso-doença prevalente nesta população: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Development*. 2020; 6:4; p. 22590-22598.
24. RAMOS ES, et al. Avaliação do uso de Plantas Medicinais para o tratamento de Hipertensão Arterial Sistêmica entre os usuários de uma Unidade Básica de Saúde. *Rev Psicologia*, 2019; 13(48): 651-661.
25. SARRICO LD, et al. Um estudo do uso de chás da hortelã (*Mentha x Villosa Huds*), folha de Maracujá (*Passiflora Edulis*), Camomila-vulgar (*Matricaria Chamomilla* L.) E de Erva-cidreira (*Melissa Officinalis*) no auxílio ao tratamento e prevenção à ansiedade: uma revisão bibliográfica. *Brazilian Journal of Development*, 2022; 8(9): 61985-62005.
26. SILVA TJP, et al. Utilização popular de plantas medicinais para tratamento e controle da hipertensão arterial: Uma revisão integrativa. *Amazônia: science & health*, 2022; 10(1): 79-93.
27. TRINDADE MA, et al. Medicinal plants with potential antihypertensive properties: emphasis on natural products from the Brazilian Cerrado. *Hoehnea*. 2022; 49.
28. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Tradicional Medicine Strategy 2002-2005*. Geneva: WHO; 2002. Disponível em: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/67163/WHO_EDM_TRM_2002.1_eng.pdf?sequence=1
Acessado em: 25 de fevereiro de 2024.