

Fitoterapia e a Prática do Nutricionista

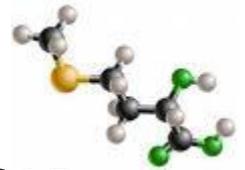
Nutricionista Jacira Santos



Nutrição Clínica



- Anos 70 – Dietoterapia Hospitalar
- Anos 80 – Dietoterapia em Consultório
- Anos 90/2000 – Regulamentação de prescrição de suplementos vitamínicos e minerais.
- 2007 – Regulamento de fitoterapia na prática do Nutricionista





Nutricionista: Um educador em Alimentação e Nutrição

Consultório - Ambulatórios

Personal Diet - Merenda Escolar

Geriatrics – Creches – Academias



- Ambientes Gastronomia



Produtos derivados de alimentos, plantas e ervas aromáticas

- Fitoquímicos nos alimentos - Alimentos funcionais, introduz conceitos que resgatam os benefícios de alimentos para a saúde além dos macronutrientes, vitaminas e minerais.
- fitoquímicos isolados
- Nutraceuticos
- Fitoterápicos



Nutricionista Clínico - Prescritor

- Mídia/Indústria farmacêutica
- Cultura da CURA!!!- estímulo ao consumo!!!!

Tendência ao biológico – natural

ALOPATIZAÇÃO DO NATURALISMO

Em prejuízo da consciência da prevenção

e estímulo do auto cuidado



Fitoterapia na prática do Nutricionista

- Resolução 402/ 2007

Regulamente prescrição fitoterápica pelo Nutricionista de plantas in natura frescas ou como droga vegetal em suas diferentes formas farmacêuticas.

Revisada apartir de 2012 – consulta pública com os Nutricionistas (maio 2012).

GT composto por Nutricionistas com especialização em fitoterapia e Farmacêuticos.

Uso de Plantas Medicinas – Fitoterápicos

- 2002 – Recomendação OMS de uso de conhecimento de Medicinas Tradicionais.
- 2004 – RDC 86 – 16/03/2004 - Instrução Normativa medicamentos Fitoterápicos de Registro simplificado.
- 2006 - Política Nacional. de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
- 2008- Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos - marco regulatório para estabelecer critérios de inclusão e exclusão de espécies nas Relações Nacionais e Regionais de Plantas Medicinais e que devem ser utilizados pelos prescritores como guia ou memento.
- 2008 – IN no. 5 11/12/ 2008 – Nova Lista de Medicamentos fitoterápicos
- 2009 – PNPIC - Programa Nacional de Práticas Integrativas e Complementares/
- 2010 - RDC nº 10 de 9/03/2010 - notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA..

PNPIC – Programa Nacional de Práticas Integrativas complementares

Princípios orientadores

- Ampliação de opções terapêutica – SUS;
- Uso sustentável da biodiversidade ;
- Valorização e preservação do conhecimento de comunidades de povos tradicionais;
- Fortalecimento da Agricultura Familiar;
- Geração de emprego e renda;
- Desenvolvimento tecnológico e industrial;

Fitoterapia

- “phyton” - vegetal
- “therapeia” - terapia.

Método de tratamento caracterizado pela utilização de plantas medicinais em suas diferentes preparações, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, ainda que de origem vegetal, sob orientação de um profissional habilitado.

Plantas medicinais

- Espécie vegetal cultivada ou não, utilizada com propósitos terapêuticos. Chama-se planta fresca aquela coletada no momento do uso e planta seca a que foi precedida de secagem equivalendo à droga vegetal;

Droga Vegetal

utilização de plantas medicinais *in natura*, de drogas vegetais, derivados de drogas vegetais e de medicamentos fitoterápicos.

Produtos

- **Fitoterápico:** Produto obtido de planta medicinal ou de seus derivados, exceto substâncias isoladas, com finalidade profilática, curativa ou paliativa.
- **Produto magistral:** É aquele obtido em farmácia aplicando-se as boas práticas de manipulação (BPM), a partir de: prescrições de profissionais habilitados ou indicação pelo farmacêutico e solicitação de compra, dispensados aos usuários ou à seu responsável e que estabelece uma relação prescrição-farmacêutico-usuário.

Derivado de droga vegetal

- - Produto de extração da planta medicinal in natura ou da droga vegetal, podendo ocorrer na forma de extrato, tintura, alcoolatura, óleo fixo e volátil, cera, exsudato e outros;

Fitoterapia na Prática do Nutricionista

- Estratégia complementar a prescrição dietéticas e que tenha indicações de uso relacionada com segurança quanto efeitos colaterais e as interações com alimentos e medicamentos.

O que o Nutricionista pode prescrever

O Nutricionista que adota a fitoterapia acompanhar as publicações da ANVISA que tratam deste tema e que atualizam com a relação de drogas vegetais notificadas e a lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado

- **Instrução Normativa no. 5 11/12/ 2008 – Lista de Medicamentos fitoterápicos.**
- 2010 - RDC nº 10 de 9/03/2010 - notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA..

Alcachofra

Nomenclatura botânica: *Cynara scolymus* L. 9

Nome popular: Alcachofra

Parte usada :Folhas

Padronização/Marcador: Derivados do ácido cafeoilquínico expressos em
ácido clorogênico

Derivado de droga vegetal: Extratos/tintura

Indicações/Ações terapêuticas: Colerético, colagogo

Dose Diária : 7,5 a 12,5 mg de derivados do ácido cafeoilquínico
expressos em ácido clorogênico

Via de Administração: Oral

Restrição de uso : Venda sem prescrição médica

O que prescrever

- Lista de Medicamentos fitoterápicos IN no. 5 de 11/12/2008
- 1 – Alho (*Allium sativum*) 2 - alcachofra (*Cynara scolymus*L);
- 3 - camomila (*Matricaria recutita*L) 4- -espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia*);
- 5 – melissa (*Melissa officinalis* L) - 6 - hortelã-pimenta (*Mentha piperita*);
- 7 - boldo (*Pneumus boldus* Molina) 8- - erva-doce, Anis (*Pimpinella anisum*L);
- 9 - Cáscara-sagrada (*Rhamnus purshiana*) 10 -- -sene (*Senna alexandrina*)
- 11.- Ginseng (*Panax ginseng*)
-
- Não prescrever os medicamentos fitoterápicos assinalados como de “venda sob prescrição médica”;

Níveis de aperfeiçoamento em fitoterápia

- Nutricionista com graduação:
(tipos de apresentações que pode prescrever)
- Nutricionista com especialização em fitoterapia:
(tipo de especialização – carga horária mínima e tipos de apresentação que pode prescrever)

prescrição fitoterapica



Queixa (s) principal (is)

Indicação:

Prescrição:

Marcador/padronização



Apresentação: chá, extrato, cápsulas, xarope, comprimido, drágea, balas de colágeno,

- **Dosagem** – quantidade total diária
- **Dose** – quantidade por tomada, medidas claras
- * Horário
- **Efeitos colaterais** • **Risco de intoxicação – dependência**
 - * uso de substâncias que o organismo produz, incremento de rota bioquímica.



Tem que ficar claro para o paciente e Nutricionista
Retorno de consulta – tempo de utilização

ALCALÓIDES Atuam no sistema nervoso central; sedativos
calmante, estimulante, anestésico, analgésicos. (causam
dependência física)

FLAVONÓIDES: fortalece os vasos capilares, antiesclerótico,
antihepatotóxico colerético e antimicrobiano.

TANINOS Adstringentes e antimicrobianos (antidiarréico).
. Ex: vitis vinífera...

ÓLEOS ESSENCIAIS; bactericida, cicatrizante, expectorante
mentol (hortelã), timol (tomilho e alecrim)

ÁCIDOS ORGÂNICOS: citrico, silícico, borragináceas

Princípios

- Saponinas: emulsionam óleo na água. Mucolíticas, depurativas e diurética.
- Antraquinonas: purgativas, estimulam movimentos peristálticos. Efeitos colaterais hepatóxica - perda de eletrólitos
- Salicilatos: contém salicina, ação analgésica

Conhecimentos complementares

Interações

fitoterápico X alimentos

fitoterápico X medicamento

Prescrição e adequação na indicação das quantidades

- **MEDIDAS CASEIRAS DAS**
- Uma colher de folhas verdes – 5 gramas.
- Uma colher de folhas secas - 2 grama
- Uma colher das de café - 2,5g ou 2,5 cm³.
- Uma colher das de chá - 5g ou cinco cm³.

* **ALONSO, J R. Tratado de fitomedicina - bases clínicas y farmacológicas.**

INFUSÃO

- 2,5 a 5% das plantas secas
- 5 a 10% das plantas frescas
- 5 a 10ml/kg dia 3 a 4 x



INFUSO

- **95 partes de água / 5 partes da planta**
- Espera-se de 5 a 10 minutos, sendo esta forma ideal para as **folhas, flores e ramos finos**



DECOCTO



- **DECOCTO**

Ervas em fogo brando por 15 a 20 minutos.

150 partes de água /10 parte da planta

2 minutos = flores e folhas

7 minutos= raízes e caules 10 minutos Exemplo:



COGUMELO DO SOL (agaricus blazei Muril)

Infusão, decocto e ingestão do cogumelo

(aumento imunidade - ergosterol →

metabolismo do cálcio, B1e B 2 - proteínas)





MACERAÇÃO- TINTURA

Vegetais termolábeis



- É uma preparação líquida que requer longa imersão

Água, álcool, vinho, vinagre 30 min a varios dias;

Para qualquer parte da planta

Pode anteceder a decocção



prolongadas com água, álcool, vinho e vinagres

- **Tônicos: alecrim, vinho e gergelim preto - Noni**
- **Chás: malva - boldo**



Outras formulações



EXTRATO FLUÍDO; São preparações obtidas a partir de 1000g de erva seca; não sofre ação do calor

XAROPES:

CÁPSULAS/ COMPRIMIDOS: Feitas com o pó ; óleo ou extrato seco da planta

FÓRMULA FITOTERÁPICA: Relação quantitativa de todos os componentes de um medicamento fitoterápic





Formulário de Prescrição Nutricionista crn...xx

- **Para Sr.(a) João Mariano**

Solicito a formulação: sssssssssssss.xx mg.

dose 1 cápsula com xxxmg e xx mg. De (marcador).

Horário: junto com almoço e jantar.

Tempo de uso: por xx dias.

Assinar e datar –