

Fitoterápicos utilizados em distúrbios do sistema digestivo: ação farmacológica

Dra. Gisele Damian Antonio
Farmacêutica

Fitoterápicos com ação no sistema digestivo

- Dispepsias
- Flatulência
- Fígado e Vesícula biliar
 - coleréticos e colagogos
 - Hepatoprotetores
- Diarreias
- Constipação intestinal
- Gastrite e úlcera



Camomila (*Matricaria recutita*)

- **Indicação:** antiespasmódico intestinal, antidispéptico.



Parte utilizada: flores

- ✓ Ação digestiva deve-se à presença de flavonóides (apigenina)

- ✓ **Precauções:** pode interferir na absorção de ferro em tratamentos prolongados; contraindicado para gestantes e pessoas alérgicas; efeitos colaterais dermatite de contato
- ✓ **Posologia:**
 - ✓ Infusão: 1 colher sobremesa 150mL de água, tomar 3x ao dia entre as refeições
 - ✓ Extrato seco: Camomila 300mg-1000mg/dia (2 a 24mg de apigenina-7-glicosídeo)

Mil folhas (*Achillea millefolium*)

- **Indicação:** antidis péptico, antiespasmódicos, falta de apetite.
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** contraindicada para portadores de úlceras gástricas, duodenais ou oclusões biliares e gestantes. O uso prolongado pode provocar cefaleia, reações alérgicas; aumenta efeito de anticoagulantes e depressores do SNC
- **Posologia:**
 - Infusão: 1 colher de chá em 150mL de água, tomar 3-4x dia.
 - Tintura: 20gts em 75mL de água, tomar 3x ao dia.

Ação digestiva deve-se à presença de flavonóides (antiinflamatórios e antiespasmódicos), princípios amargos (carminativos e eupépticos)



Marcela-do-campo (*Achyrocline satureioides*)

- **Indicação:** antidispéptico, antiespasmódico e antiinflamatório
- **Parte utilizada:** inflorescências
- **Precauções:** em caso de ocorrência de alergia, pode surgir petéquias na coxa após o uso da marcela
- **Posologia:**
 - Infusão: 3 a 4 inflorescências em 150mL de água, tomar 1 xícara 3 vezes ao dia, por 15 dias com intervalo de 5 dias antes de continuar o uso.

Ação digestiva deve-se à presença de flavonóides (quercetina, luteolina) - antiinflamatórios e antiespasmódicos



Melissa (*Melissa officinalis*)

- **Indicação:** antiflatulento, antiespasmódico, ansiolítico leve.
- **Parte utilizada:** folhas e flores
- **Precauções:** contraindicado para pessoas com hipotireoidismo, gestantes, lactantes; usar com cautela em hipertensos
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 colher sobremesa em 150mL água, Tomar 1 xícara 2-3x dia
 - Extrato seco: 400-900mg/dia (60 a 180 mg de ácidos hidroxicinâmicos expressos em ácido rosmarínico)

Ação digestiva deve-se à presença de óleos essenciais (citril, citronelal) – antiespasmódico, flavonóides (apigenina, luteína) – antiinflamatório, ácido cafeico, rosmarinico – colerético e mucilagens - protetor



Manjericão, Alfavaca (*Ocimum basilicum* L.)

- **Indicação:** antiespasmódico, antispéptico, emenagogo.
- **Parte utilizada:** folhas frescas
- **Precauções:** contraindicado gestação e lactação
- **Posologia:**
 - Infusão: 1 colher de chá 150ml de água, se necessário use durante 15 dias 2x ao dia e faça uma pausa de 7 dias
 - Tintura: 30 a 60gotas/dia em 75mL de água dividido em 3 tomadas

Ação digestiva, analgésica,
antiinflamatória e antiespasmódica
(óleos essenciais)



Alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.)

- **Indicação:** antidispeptico e antiinflamatório.
- **Parte usada:** folhas
- **Precauções:** não usar por pessoas com doenças prostáticas, gastrointestinais, dermatoses e convulsão, gestantes, lactantes. Dose acima do recomendado pode causar irritação renal e gastrointestinal
- **Posologia:**
 - Infusão 1 colher de chá (5 pontas) em 150mL de água, tomar 3-4 xícaras ao dia, entre as refeições
 - Tintura: 10mL diluída em 75mL de água, dividir em 3 doses diárias

Ação digestiva deve-se à presença de óleos essenciais (cineol) e flavanóides – antiespasmódico, ácido rosmarínico e antioxidante – antiinflamatório



Orégano (*Origanum vulgare* L.)

- **Indicação:** antidiséptico, antiespasmódico, antioxidante.
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** contraindicado em gestação, lactação. Os componentes fenólicos do orégano podem ligar-se ao ferro e diminuir sua absorção no intestino. Pessoas utilizando suplemento de ferro devem propiciar um intervalo de 2 horas antes da administração de medicamentos
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 colher de chá para 150mL de água, tomar 3x ao dia
 - Tintura: 3 a 5mL ao dia em 75mL de água

Ação digestiva deve-se à presença de princípios amargos e ácidos fenólicos.



Gengibre (*Zingiber officinale* Roscoe)

- **Indicação:** enjoo, náuseas, vômito (gravidez, de movimento e pós-operatório)
- **Parte utilizada:** rizoma “in natura”
- **Precauções:** evitar uso em pacientes em uso de anticoagulante, desordem circulatória, cálculos biliares, irritação gástrica, hipertensão e menores de 6 anos
- **Posologia:**
 - Decocção: 1 colher de café em 150mL de água. Tomar 1 xícara 2 a 4x ao dia.
 - Tintura: 25gotas 2 a 3x ao dia, em 75mL de água
 - Extrato seco: 200-1000mg/dia em 3 tomadas (4 a 16mg de gingeróis; adulto: 16 a 32mg de gingeróis)

Ação digestiva, carminativa, antiespasmódica e antiemética deve-se à presença de gingeróis (sua atividade foi comparada a da metoclopramida).



Carqueja (*Bacharis trimerera*)

- **Indicação:** antidiarréico e colagogo.
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precaução:** contraindicado por gestantes (promover contra uterinas). Evitar o uso concomitante com medicamento para hipertensão e diabetes. Pode causar hipotensão
- **Posologia:**
 - Infuso: 2 colheres de chá em 150mL de água, tomar 1 xícara de chá 2-3 x dia.

Ação digestiva deve-se à presença de flavonóides



Capim limão (*Cymbopogon citratus*)

- **Indicação:** antiespasmódico intestinal e uterino, ansiedade, calmante e insônia leve.
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** pode aumentar o efeito dos sedativos
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 colher de chá em 150mL de água, tomar 2-3 xícaras dia
 - Tintura: 40gts diluído em 75mL de água, tomar 3x dia.

Ação digestiva deve-se à presença de óleos essenciais e flavonóides



Hortelã (*Mentha sp.*)

- **Indicação:** antiespasmódico e antiflatulento.
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** contraindicado para pessoas com cálculo biliares, obstrução dos ductos biliares, danos hepáticos severos, lactação, crianças menores de 2 anos.
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 colher de sobremesa para 150mL de água, tomar 2-4 x ao dia
 - Tintura: 2 a 4mL em 75mL de água, ao dia

Ação digestiva deve-se à presença de flavanóides, princípios amargos, óleos essenciais



Funcho (*Foeniculum vulgare*)

- **Indicações:** antiflatulento, antidispéptico, antiespasmódico
- **Parte utilizada:** fruto
- **Precauções:** não usar em gestantes (devido à sua atividade estrogênica). Em casos raros podem aparecer reações alérgicas na pele e no sistema respiratório, tais como asma, dermatite de contato e rinoconjuntivite.
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 colher de café para 150mL de água, tomar 3x dia por 7 dias
 - Tintura: 50gts da tintura em 75mL de água 1-3x ao dia, por 7 dias
 - Pode ser usado em menores de 2 anos com cólicas, por 7 dias (1/4 dose adulta)

Ação digestiva carminativa, antiespasmódica deve-se à presença de de óleo essencial, composto principalmente por fenchona e anetol.



Erva doce (*Pimpinella anisum*)

- **Indicações:** antiflatulento, antidispéptico, antiespasmódico
- **Parte utilizada:** fruto
- **Precauções:** não usar em caso de alergias, gestantes, lactantes, hipertensão, hepatites, obstrução biliar, pessoas que fazem uso de medicamentos SNC. Não utilizar por períodos prolongados, pois pode causar irritação gástrica. Interação medicamentosa com metronidazol e dissulfuram .
- **Posologia:**
 - 3 colher café para 150mL de água, tomar 2-3x ao dia



Alcachofra (*Cynara scolymus*)

- **Indicação:** colerético (estimula produção da bile pelo fígado), colagogo (estimula a eliminação da bile pela vesícula biliar).
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precaução:** Não usar em gestantes, lactantes, crianças menores de dois anos, alcoolistas, diabéticos e pessoas com cálculos biliares e obstrução dos ductos biliares e, em caso de tratamento com anticoagulantes, Interação medicamentosa com diuréticos (furosemida, clortalidona, hidroclorotiazida, indapamida).
- **Posologia:**
 - Tintura: 2,5 a 5,0 mL da tintura do extrato seco das folhas da alcachofra (20g/100mL) em 75 mL de água divididos em até três doses diárias antes das principais refeições para tratamento de hipercolesterolemia leves e moderadas e na dispepsia funcional
 - Administrar cerca de 30 minutos antes das refeições

Ação digestiva lenta deve-se aos princípios amargos que promove estimulação dos receptores do sabor amargo nas papilas gustativas = estímulo das secreções salivares e gástricas = estímulo da secreção biliar = melhora digestão.



Boldo-do-chile (*Pneumus boldus*)

- **Indicação:** colerético, colagogo e hepatoprotetor
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** contraindicado para gestantes, lactantes, obstrução vias hepáticas, crianças menores de 6 anos. Não usar po tempo prolongado devido à presença de ascaridol (tóxico). Doses altas provocam alucinações.
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 a 3g planta seca/dia
 - Tintura: 1mL, 2x ao dia
 - Extrato seco 100mg 3x dia (0,1% de boldina)

Ação colerética, colagoga deve-se aos princípios amargos, alcalóide (boldina) e óleos essenciais (ascaridol)



Boldo-de-jardim (*Plectranthus barbatus*)

- **Indicação:** antispasmodico, colerético, colagogo e hepatoprotetor
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** contraindicado para gestantes, lactantes, obstrução vias biliares, crianças menores de 6 anos, pessoas que fazem uso de medicamentos para o SNC. Doses altas provocam irritação gástrica. A tintura não é recomendada para alcoolistas, diabéticos e pessoas em tratamento com dissulfuram, metronidazol e medicamentos para o SNC.
- **Posologia:**
 - ✓ Macerado frio: 1 colher de chá em 150mL de água, utilizar 1 xícara 2-3x dia
 - ✓ Tintura: 25-50gts da tintura, diluída em 75mL de água, meia hora antes da refeição.

Ação colerética e colagoga deve-se aos princípios amargos, alcalóide (boldina).



Dente de leão (*Taraxacum officinalis*)

- **Indicação:** antidiséptico, estimulante do apetite, diurético, colerético e colagogo.
- **Parte utilizada:** raiz e folhas
- **Precauções:** aumenta efeito dos hipoglicemiantes e hipotensores. Contraindicado para crianças menores de 2 anos. Não deve ser utilizado por portadores de obstrução biliar, trato intestinal, cálculos biliares
- **Posologia:**
 - Infuso: 3-4 colheres de chá em 150mL de água, tomar 1 xícara 3x ao dia
 - Tintura: 3 a 5mL/dia, diluído em 75mL de água
 - Extrato seco: 250-500mg/dia

Ação digestiva deve-se aos princípios amargos, alcalóide (taraxina e lactupicrina) e flavonóides (apigenina e luteolina).



Goiabeira (*Psidium guajava*)

- **Indicação:** diarreico não infecciosa
- **Parte utilizada:** folhas jovens
- **Precaução:** não utilizar continuamente
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 colher de sobremesa em 150mL de água, utilizar 1 cálice (30mL) após a evacuação em no máximo 10x ao dia

Ação antidiarreica deve-se aos taninos, pectinas, mucilagem (absorventes, modificadores da motilidade). Os taninos possuem ação adstringente: precipitam proteínas => quando aplicados a membranas mucosas, formam uma membrana estável e consistente. Esse processo pode revestir o lúmen do intestino com uma película protetora que normaliza a motilidade intestinal.



Pitanga (*Eugenia uniflora*)

- **Indicação:** diarreia não infecciosa
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** não utilizar continuamente
- **Posologia:**
 - Infuso: 1 colher de sopa em 150mL de água. Utilizar 1 cálice (30mL) após as evacuações em máximo 10x ao dia.



Chá verde (*Camellia sinensis*)

- **Indicação:** antioxidante
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precaução:** contém cafeína (causa excitação, contra indicada para hipertensos, pacientes com úlcera gástrica). Os taninos podem interferir na absorção de nutrientes
- **Posologia:**
 - Infuso: 3 a 10 g de droga vegetal – o chá deve ficar em infusão no mínimo 10 minutos, para que sejam extraídos os taninos. Isso dá um sabor amargo a bebida.

Ação antidiarreica deve-se aos taninos. Chá verde: folhas aquecidas imediatamente após a colheita e secas para evitar alterações enzimáticas. Alto teor de taninos. Chá preto: produzido por fermentação, as folhas são prensadas depois de murcharem e deixadas em um ambiente úmido por várias horas (ocorrem alterações enzimáticas).



Cascara sagrada (*Ramnus purshiana*)

- **Indicação:** constipação intestinal eventual
- **Parte utilizada:** casca
- **Precaução:** não deve ser utilizada por pessoas com obstrução intestinal, refluxo, inflamação aguda do intestino, dor abdominal, apendicites, história de pólipos, gestantes e lactantes, menores de 12 anos.
- **Posologia:**
 - Infusão: 1 colher de café em 150mL de água, tomar ½ a 1 xícara de chá antes de dormir
 - Extrato seco: 300-500mg/dia

Ação deve-se às antraquinonas. Aumentam os movimentos peristálticos e diminuem a absorção de água e eletrólitos.

Agem diretamente na mucosa intestinal. Geralmente induzem um movimento intestinal não fisiológico, com fezes soltas e cólicas frequentes.



Sene (*Senna alexandrina*)

- **Indicação:** constipação intestinal eventual
- **Parte utilizada:** fruto e folíolo
- **Precaução:** não deve ser utilizada por pessoas com obstrução intestinal, refluxo, inflamação aguda do intestino, apendicite, dor abdominal, constipação crônica diagnosticada, crianças menores de 10 anos. Pode provocar desconforto do trato gastrointestinal e coloração na urina.
- **Posologia:**
 - Infusão: 1 colher de café em 150mL de água, tomar 1 xícara de chá antes de dormir

Ação deve-se às antraquinonas e mucilagens. As antraquinonas aumentam os movimentos peristálticos e diminuem a absorção de água e eletrólitos, agem diretamente na mucosa intestinal. Geralmente induzem um movimento intestinal não fisiológico, com fezes soltas e cólicas frequentes.



Linhaça (*Linum usitatissimum*)

- **Indicação:** constipação intestinal
- **Parte utilizada:** semente
- **Precauções:** contraindicada para gestação e lactação pelos efeitos hormonais.
- **Posologia:**
 - Usar 30g de semente/dia, preferencialmente, rachada para absorver líquido e intumescer.

Contém pentosanas , que intumescem e outras hemiceluloses, fibras e ligninas: são indigeríveis, formam massas; promovem proliferação de bactérias intestinais.



Trigo (*Triticum aestivum*)

- **Indicação:** constipação intestinal
- **Parte utilizada:** farelo do grão
- **Precauções:** Não usar em crianças abaixo de 3 anos e pacientes com enteropatia induzida por glutina.
- **Posologia:**
 - Farelo de trigo (12 a 30 g /dia), grãos inteiros ou fibras na forma de farelos.

Contém pentosanas, que intumescem e outras celuloses, fibras e ligninas: são indigeríveis, formam massas; promovem proliferação de bactérias intestinais.



Espinheira Santa (*Maytenus ilicifolia*)

- **Indicação:** dispepsias, azias e gastrites, coadjuvante no tratamento de úlceras em uso de antiinflamatório não-esteroidal
- **Parte utilizada:** folhas
- **Precauções:** não deve ser utilizada em menores de 6 anos. Não utilizar em gestantes e lactantes.
- **Posologia:**
 - Decocção: 1 colher de sobremesa com 150mL. Utilizar 1 xícara de 2x ao dia
 - Tintura: 10 a 30 mL por dia
 - Extrato seco: 350 a 500 mg , 2 vezes por dia (contendo 60-90mg de taninos total)

Contém taninos. Atividade inibitória da bomba de prótons, diminuindo a secreção gástrica.



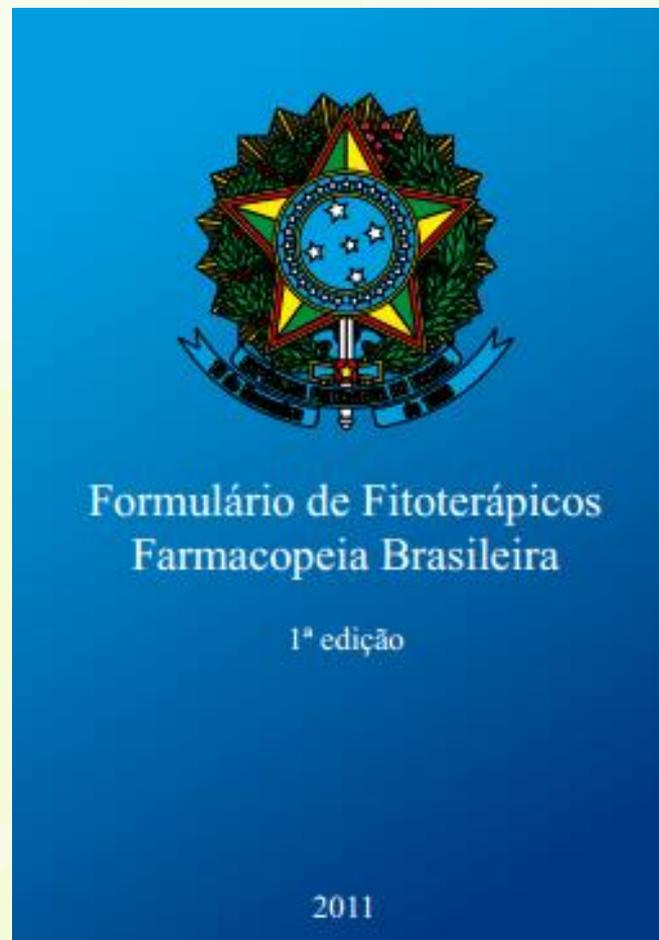
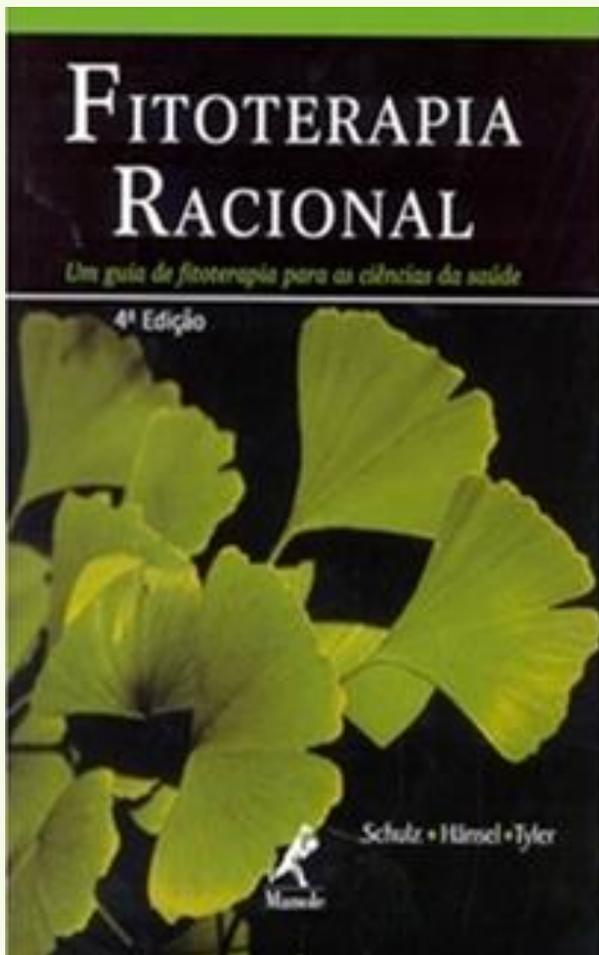
Referências



Ministério da Saúde
Agência Nacional de Vigilância Sanitária

RESOLUÇÃO - RDC Nº 10, DE 9 DE MARÇO DE 2010

Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências.





Para receber mais informações sobre os fitoterápicos abordadas nesta webconferência, solicite uma teleconsultoria pelo portal [telessaude.sc.gov.br](https://www.telessaude.sc.gov.br)

Assunto: Plantas medicinais utilizadas em distúrbios gastrointestinais

Dúvidas: quais as evidências científicas sobre o uso de plantas medicinais para tratamento de distúrbios gastrointestinais?

Obrigada!

Gisele Damian Antonio
Farmacêutica-acupunturista
Doutora em Saúde Coletiva
Teleconsultora de processo de trabalho
Telessaude.consultoria2@gmail.com

(48) 32123505



Se aparecerem novas dúvidas sobre o tema discutido hoje, ou sobre qualquer questão clínica ou de processo de trabalho, solicite uma teleconsultoria! É fácil e rápido. Estamos dispostos a ajudar!

[http:// telessaude.sc.gov.br](http://telessaude.sc.gov.br)

telessaude@gmail.com