TÍTULO: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO CUIDADO DA DOR COM FITOTERAPIA SEGUNDO A MEDICINA TRADICIONAL CHINESA.

Ivana Glauca Barros da Cunha¹; Lo Wong²; Aline Furukawa³

¹ Tutora do Curso de Farmácia da Faculdade Pernambucana de Saúde;² Unifacex; ³ Faculdade Pernambucana de Saúde

Área temática: Temas Transversais.

Modalidade: Comunicação Oral Online

E-mail dos autores: glauiv53@gmail.com¹; dr.wongmtc@hotmail.com; ³ ac.yumi05@gmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: A fitoterapia pode ser uma alternativa de tratamento que traz benefícios no cuidado de dores crônicas. **OBJETIVO:** Relatar a experiência do cuidado da dor com fitoterapia segundo a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) no ambulatório da Extensão Curricularizada de Práticas Integrativas e Complementares: cuidado ao paciente do 7ºP de Farmácia da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS). **MÉTODOS:** Relato de Experiência, descritivo e prospectivo dos pacientes que receberam cuidado com fitoterapia segundo a MTC para tratamento de dor crônica no Ambulatório da Extensão Curricularizada de Práticas Integrativas: cuidado ao paciente 7ºP de Farmácia da FPS no semestre 2024.1. Tempo do estudo foi de um mês de observação após os participantes receberem a prescrição do fitoterápico no ambulatório na Extensão curricularizada de Práticas Integrativas Complementares: cuidado ao paciente do 7ºP de farmácia da FPS. Coleta das informações foram realizadas através da escuta do participante no retorno ao atendimento do ambulatório da Extensão Curricularizada de PICs depois do início do uso do fitoterápico. Critério de seleção: participantes com dor crônica que realizaram somente uso de fitoterápico. Critério de exclusão: participantes sem dor crônica, os que receberam cuidado com acupuntura, massagem e grávidas. Este trabalho não precisa da avaliação do Comitê de ética, por se tratar de um relato de experiência. **RESULTADOS:** Observamos que a maioria dos participantes que apresentavam dor crônica são do sexo feminino. Elas relataram dor na cervical, ombro e braço. O fitoterápico mais prescrito foi *Boswellia serrata*, *Cúrcuma longa* e *Citrus aurantium*. Após 15 dias de uso dos fitoterápicos, a maioria dos participantes relaram melhoras da dor. **CONCLUSÃO:** Podemos relatar a importância da fitoterapia como cuidado complementar da dor crônica, contudo, o tempo de estudo foi pequeno e estamos trabalhando em projetos de pesquisa que possa fornecer dados com amostras significativas.

Palavras-chave: Fitoterapia; prescrições; terapias complementares e integrativas.

1. INTRODUÇÃO

A dor é uma experiência comum na vida humana moderna, frequentemente associada ao cansaço e estresse. Ela desempenha um mecanismo fisiológico de proteção do corpo quando o organismo detecta qualquer alteração nas cartilagens, músculo, óssea ou agressões físicas e químicas (Kobayashi *et al.*, 2019).

Dor crônica é caracterizada pela dor persistente que dura mais de três meses. Cerca de 30% dos brasileiros sofrem com essa condição, que contribui para a ausência no trabalho e está frequentemente associada a problemas como depressão, ansiedade e dificuldades de mobilidade. (Borges *et al.*, 2023).

O tratamento da dor crônica requer uma abordagem multiprofissional envolvendo médicos, nutricionista, fisioterapeutas, psicólogos, farmacêuticos e acupunturistas. O tratamento clássico pode incluir o uso de fármacos anti-inflamatórios e analgésicos, com opioides sendo considerados em casos mais graves (Martins *et al.*, 2023).

Na visão da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) a dor é causada pela estagnação do Qi (energia vital) e pelo acúmulo de sangue na área afetada. Na MTC a dor é chamada de Síndrome Bi, que significa obstrução (Chonghuo, 1993; Hong-cai *et al.*, 2020). A MTC é uma das técnicas que compõem as PICs e abrange técnicas de acupuntura, fitoterapia, auriculoterapia, entre outras (Brasil, 2006).

A fitoterapia é uma alternativa no tratamento da dor crônica, podendo auxiliar de forma complementar no manejo da dor com menos efeitos adversos do que os medicamentos alopáticos. No entanto, para prescrever fitoterápicos segundo a MTC, é essencial realizar uma avaliação detalhada do paciente (Zapata; Fernández-Parra, 2023).

Na visão da MTC, a avaliação da dor requer uma abordagem integrativa que considera todo o organismo e busca entender a origem da dor. Além dos exames clínicos e das queixas do paciente, a dor pode estar associada à deficiência energética de alguns órgãos, como, por exemplo: deficiência do Yin e do Yang do Rim, Estagnação de Qi do Fígado, Ascendência do Yang do Fígado e Deficiência do Yang do Baço, além da avaliação das emoções do paciente. Na MTC existe uma relação dos órgãos/vísceras com as emoções (Auteroche; Navaih, 1992).

De acordo com a MTC, a dor pode surgir da estagnação do Qi do Fígado, cuja emoção relacionada é a raiva, frustração e o estresse. Com o passar dos anos, o excesso dessas emoções pode ocasionar processos inflamatórios e degenerativos no corpo (Auteroche; Navaih, 1992).

Após a avaliação energética da dor, o conhecimento sobre a atividade biológica, farmacológica e energética dos fitoterápicos pode auxiliar no manejo da dor crônica. Desta forma, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência no cuidado da dor crônica com fitoterapia, segundo a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), no Ambulatório da Extensão Curricularizada de Práticas Integrativas: cuidado ao paciente do 7ºP de farmácia da FPS, e observando se os fitoterápicos podem auxiliar de forma complementar no tratamento da dor crônica.

2. MÉTODO

Relato de Experiência, descritivo e prospectivo dos pacientes que receberam cuidado com fitoterapia para o tratamento de dor crônica no Ambulatório da Extensão Curricularizada de Práticas Integrativas: cuidado ao paciente do 7ºP de farmácia da FPS, no semestre 2024.1. O estudo teve a duração de um mês de observação após o participante receber a prescrição do fitoterápico no ambulatório da Extensão citada acima. A coleta das informações foi realizada por meio da escuta do participante durante o retorno ao atendimento, após o início do uso do fitoterápico. Critérios de seleção: participantes com dor crônica. Critério de exclusão: participantes sem dor crônica, grávidas e aqueles que receberam cuidado com acupuntura e massagem. Este trabalho não precisa da aprovação do Comitê de Ética, por se tratar de um relato de experiência no ambulatório da Extensão Curricular de Práticas Integrativas e Complementares: cuidado ao paciente 7ºP de Farmácia da FPS.

3. RESULTADOS

O ambulatório da Extensão Curricularizada de Práticas Integrativas e Complementares: cuidado ao paciente do 7ºP de Farmácia da FPS é realizado às quintas-feiras na sala de ginástica da FPS Sport. São atendidas, geralmente, 20 pessoas, divididas da seguinte forma: 10 pessoas comunidade assistida pela IES 10 colaboradores (técnicos e administrativos) da IES. Neste primeiro semestre de 2024.1, oito colabores do sexo feminino relataram queixa de dor na cervical, ombro e

braço há mais de três meses. Apresentavam inchaço e dor do trapézio e formigamentos nas mãos. Foi realizado a avaliação energética destas pacientes e foi prescrito fitoterápico como: *Boswellia serrata*, *Cúrcuma longa*, *Citrus aurantium*. Das oito colaboradoras que realizaram o uso do fitoterápico por um mês, ao retornarem ao atendimento no ambulatório, relataram melhora na diminuição da dor na região cervical, ombro e braço. Foram orientadas a procurarem a clínica escola de fisioterapia da IES para realizarem outras avaliações e receberem novos cuidados.

4. DISCUSSÃO

Neste relato de experiência, observamos a melhora dos sintomas da dor crônica das participantes do ambulatório após quinze dias de uso dos fitoterápicos. As fitoervas utilizadas foram: *Boswellia serrata*, *Curcuma longa* e *Citrus aurantium*. Todas as fitoervas possuem ação inflamatória comprovadas cientificamente.

Para as participantes do ambulatório, foram prescritas as fitoervas na concentração de 100 mg, associando *Boswellia serrata* e *Curcuma longa*, *Curcuma longa* e *Citrus aurantium* com posologia de duas cápsulas ao dia por 30 dias. Esta associação é necessária para melhorar o sinergismo da atividade farmacológica das fitoervas, além de equilibrar a térmica e natureza da formulação, diminuindo assim os efeitos adversos que poderiam existir no organismo dos participantes.

Na visão na MTC *Curcuma longa* é uma erva de natureza amornante, amarga, tem ação energética no meridiano do fígado, coração e vesícula biliar, auxiliando na circulação de Qi e sangue no organismo. Na visão ocidental, seu principal ativo é a curcumina (1,7-bis(4-hidroxi-3-metoxifenol)-1,6-heptadieno-3,5-diona). Os efeitos biológicos esperados são diversos, incluindo ação antioxidantes, anti-inflamatórios, anticancerígenos, antineoplásico, antimicrobiano, anti-reumático, cardioprotetor, imunomodulador, hipoglicêmico, nefroprotetor, cardioprotetor e hepatoprotetor. Dentre as propriedades farmacológicas da curcumina, a atividade capaz de inibir várias moléculas pró-inflamatórias, torna a curcumina eficaz no tratamento de doenças inflamatórias, como artrite reumatoide e osteoartrite. Além disso, seu efeito anti-inflamatório pode contribuir para a redução do risco de doenças crônicas relacionadas à inflamação (Tomeh *et al.*, 2019).

No caso do *Citrus aurantium*, que possui um o sabor ácido, amargo e refrescante, sua ação é direcionada ao baço, estômago e intestino grosso. Ele promove a livre circulação do fluxo de Qi no tórax e elimina umidade do organismo. Seu principal ativo é p-sinerina (alcaloide), e também contém, flavonoides, que contribuem para as propriedades terapêutica: anti-inflamatório, antioxidante, ansiolítico e outro (Suntar *et al.*, 2018).

Boswellia serrata é amplamente utilizada no Oriente, possui característica Yin, natureza amornante e tem propriedade de nutrir o organismo e dispersar a estagnação de Qi. Seu principal ativo é o ácido boswellico, que apresenta atividade anti-inflamatória ao inibir seletivamente cascata do ácido aracdônico (5- LOX) sem afetar as outras atividades da LOX e COX. A inibição da 5-LOX e leucotrienos reduz o nível de citocinas pro-inflamatórias, diminuindo assim, a degeneração do colágeno nas cartilagens (Zapata; Fernández-Parra, 2023).

5. CONCLUSÃO

Apesar do período limitado para a observação do tratamento no estudo, verificou-se que a fitoterapia, conforme a visão na MTC, pode ser um complemento valioso no manejo da dor crônica. A associação de fitoervas contribui para o sinergismo das atividades biológicas e promove a harmonização integral da saúde do paciente. No entanto, é essencial orientar os pacientes a buscar o acompanhamento de outros profissionais para um tratamento mais abrangente da dor crônica. Além disso, este estudo pode servir como base para o desenvolvimento de novos projetos de pesquisa, visando consolidar os resultados obtidos.

REFERÊNCIAS

AUTEROCHE, B; NAVAIH, P. **O diagnóstico na medicina chinesa**. São Paulo: Editora Andrei, 1992.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. [Internet]. Brasília, DF Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <http://bibliotecadigital.economia.gov.br/handle/123456789/958>. Acesso em: 15 abr. 2022.

BORGES, Paula de Andrade; KOERICH, Micheline Henrique Araujo da Luz; WENGERKIEVICZ, Karina Correa; KNABBEN, Rodrigo José. Barreiras e facilitadores para adesão à prática de exercícios por pessoas com dor crônica na Atenção Primária à Saúde: estudo qualitativo. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 33, p. e33019, 2023. DOI:10.1590/S0103-7331202333019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-7331202333019>. Acesso em: 6 set. 2023.

CHONGHUO, Tian. **Tratado de medicina chinesa**. Tradução: Wembu Xi. São Paulo: Editora Roca, 1993.

HONG-CAI, Wang.; XIN-NONG, Cheng; CHENG-JIE, Guo; LI-XIA, Zhu. **Grandes mestres da acupuntura chinesa**: estudos de casos. Tradução: Alberto Cantídeo. Belo Horizonte: Editora Taiyang, 2020.

KOBAYASHI, Ricardo; LUZO, Marcus Vinicius Malheiros; COHEN, Moisés. (Coords.). **Tratado de dor músculo esquelética**. São Paulo: Editora ALEF, 2019.

MARTINS, Marcos Antonio Miranda; CORRÊA, Lianna Paula Guterres; RESENDE, Raissa Rodrigues Luz; SILVA, Isabele Ferreira da; SANTOS, Larissa Scarlet Martins Pimentel; GALLAS, Fernanda; OLIVEIRA, Ana Paula Rodrigues; GOMES, Thays Costa; ARAGÃO, Carmem Raquel Marques Coura. Explorando a ligação entre dor crônica e estresse: estratégias para alívio e autocuidado. **Revista Coopex**, [s. l.], v. 14, n. 3, p. 2668–2680, 2023. DOI:10.61223/coopex.v14i3.363. Disponível em: <https://doi.org/10.61223/coopex.v14i3.363>. Acesso em: 25 ago. 2024.

SUNTAR, Ipek; KHAN, Haroon; PATEL, Seema. CELANO, Rita; RASTRELLI, Luca. An overview on Citrus aurantium L.: its functions as food ingredient and therapeutic agent. **Oxidative Medicine and Cellular Longevity**, [s. l.], v. 2018, Article ID 7864269, 2018. DOI:10.1155/2018/7864269. Disponível em: <https://doi.org/10.1155/2018/7864269>. Acesso em: 6 set. 2023.

TOMEH, Anas; HADIANAMREI, Roja; ZHAO, Xiubo. A review of curcumin and its derivatives as anticancer agents. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 20, n. 5, Article ID 1033, 2019. DOI: 10.3390/ijms20051033. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijms20051033>. Acesso em: 6 set. 2023.

ZAPATA, Ana; FERNÁNDEZ-PARRA, Rocio. Manejo da osteoartrite e suporte articular usando suplementos alimentares: uma revisão de escopo do colágeno tipo II não desnaturado e Boswellia serrata. **Animais** (Basileia), v.13, n. 5, fev. 2023. DOI: 10.3390/ani13050870. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ani13050870>. Acesso em: 6 set. 2023