



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 13, Issue, 03, pp. 61924-61925, March, 2023

<https://doi.org/10.37118/ijdr.26340.03.2023>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

USO DE CHÁS PARA OS DESCONFORTOS DO PERÍODO GESTACIONAL

João Vitor de Menezes Santos*, Antônio Fernando S Marques, Rita de Cássia Barroso Tavares de Graça, Dhara Hanna Oliveira Silva, Brenda Michelly da Silva Carvalho, Fernanda Cafezakis Coelho Amoedo, Juliana Saraiva Gomes, Larisse Lima da Silva Nascimento, Maria Lohane Castilho de Almeida, Vitor Viana Alves, João Vitor de Menezes Santos, Giovanna Barcelos Fontenele Pereira and José Araújo de Figueiredo Neto

Brazil

ARTICLE INFO

Article History:

Received 11th January, 2023

Received in revised form

05th February, 2023

Accepted 21st February, 2023

Published online 28th March, 2023

KeyWords:

Chás medicinais; Obstetrícia;
Humanização da saúde.

ABSTRACT

Introdução: Definimos os chás como sendo parte da fitoterapia que é definida como a prática de tratamentos que utiliza matéria prima de origem exclusivamente vegetal, sendo seu uso regularizado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. A prática do uso de fitoterápicos pela população é fundamentada na facilidade do acesso a esses insumos e seu baixo custo de aquisição, desta forma, tornando se uma opção de fácil acesso. **Metodologia:** para a realização desse trabalho, optou-se pelo método de revisão narrativa da literatura, sendo um estudo qualitativo. Nesse contexto, sendo os critérios de inclusão: artigos disponíveis em inglês ou português, publicados nas bases de dados Lilacs, Pubmed, Scielo e Periodico Capes, além de serem relacionados com os Descritores em Ciências da Saúde (Chás medicinais; Obstetrícia; Humanização da saúde). **Resultados:** A região amazônica, sendo uma região que tem sua cultura grandemente fundamentada nas práticas e costumes de povos indígenas utiliza dos conhecimentos herdados desses povos para lidar com às necessidades básicas de saúde das populações locais. Na abordagem clínica, vemos o uso constante de chás, ervas, emulsões e “garrafadas” que são preparados a partir de matérias-primas como: cascas, folhas e raízes com o objetivo de tratar ou minimizar desconfortos do período gestacional, uso esse que é baseado na experiência empírica e conhecimento cultural da paciente. Devido à sua enorme variedade de espécies conhecidas e sua longa história de uso em chás, tanto para alimentação quanto para remédios em muitas culturas, as plantas continuam a ser uma promessa considerável como fonte de novos medicamentos. Segundo estudos, as plantas medicinais populares boldo (*Peumus boldus*) e carqueja (*Baccharis genistelloides*) apresentam propriedades antioxidantes, capacidade de retardar o aparecimento de diabetes, propriedades anti-inflamatórias e propriedades citoprotetoras em humanos adultos. No entanto, devido aos fortes indícios de teratogenicidade e hepatotoxicidade causados pelo chá de boldo e riscos estabelecidos de aborto espontâneo para gestantes que tomam chá de carqueja, os chás dessas duas ervas devem ser evitados pelas mesmas. Ademais, estudos randomizados conduzidos com a erva *Camellia sinensis*, popularmente conhecida como chá verde, indicaram que a mesma apresenta capacidades de induzir a rápida proliferação celular, diminui a inflamação, promove a revascularização e tem efeitos analgésicos para acelerar a cicatrização de feridas. No entanto, vários estudos observaram consequências negativas para a saúde do consumo de chá verde, incluindo hepatotoxicidade, distúrbios gastrointestinais (vômitos e diarreia), efeitos ansiogênicos e possíveis interações com medicamentos prescritos. Essa dicotomia de achados científicos realça a necessidade de novos estudos mais aprofundados nos efeitos da utilização de chás fitoterápicos durante a gravidez. **Considerações Finais:** Diante do exposto, pode-se notar a importância do profissional prestador de cuidados pesquisar novas metodologias de assistência, sendo a fitoterapia um mecanismo mas barato e com menos complicações para o binômio materno-infantil.

*Corresponding author:

João Vitor de Menezes Santos,

Copyright©2023, Danielle Freire Goncalves. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: João Vitor de Menezes Santos, Antônio Fernando S Marques, Rita de Cássia Barroso Tavares de Graça, Dhara Hanna Oliveira Silva, Brenda Michelly da Silva Carvalho, Fernanda Cafezakis Coelho Amoedo, Juliana Saraiva Gomes, Larisse Lima da Silva Nascimento, Maria Lohane Castilho de Almeida, Vitor Viana Alves, João Vitor de Menezes Santos, Giovanna Barcelos Fontenele Pereira and José Araújo de Figueiredo Neto. 2023. “Uso de chás para os desconfortos do período gestacional”. *International Journal of Development Research*, 13, (03), 61924-61925.

INTRODUCTION

A dieta de uma mulher grávida inclui uma variedade de alimentos, incluindo frutas, vegetais, chá, chocolate, café, chás de ervas e frutas, bem como vários suplementos nutricionais disponíveis

comercialmente que são ricos em substâncias derivadas de plantas biologicamente ativas. Em geral, essas substâncias têm efeitos positivos sobre a saúde das mulheres grávidas e seus fetos em desenvolvimento. Existem, no entanto, algumas hipóteses científicas sobre os benefícios para a saúde, tanto para a mãe quanto para o feto,

de uma dieta mais natural composta por uma quantidade específica de compostos fitoterápicos extraídos de ervas medicinais, o que evita o contato com o excesso de ingredientes artificiais (como polifenóis) e ao mesmo tempo previne possíveis efeitos adversos oriundos do consumo excessivo dessas ervas medicinais (LEWICKA et al., 2019). Devido à sua enorme variedade de espécies conhecidas e sua longa história de uso em chás, tanto para alimentação quanto para remédios em muitas culturas, as plantas continuam a ser uma promessa considerável como fonte de novos medicamentos. Segundo estudos, as plantas medicinais populares boldo (*Peumus boldus*) e carqueja (*Baccharis genistelloides*) apresentam propriedades antioxidantes, capacidade de retardar o aparecimento de diabetes, propriedades anti-inflamatórias e propriedades citoprotetoras em humanos adultos. No entanto, devido aos fortes indícios de teratogenicidade e hepatotoxicidade causados pelo chá de boldo e riscos estabelecidos de aborto espontâneo para gestantes que tomam chá de carqueja, os chás dessas duas ervas devem ser evitados pelas mesmas. (LÚCIA T. G. RUIZ et al., 2008). Ademais, estudos randomizados conduzidos com a erva *Camellia sinensis*, popularmente conhecida como chá verde, indicaram que a mesma apresenta capacidades de induzir a rápida proliferação celular, diminuir a inflamação, promove a revascularização e tem efeitos analgésicos para acelerar a cicatrização de feridas (SHAHRAHMANI et al., 2017). No entanto, vários estudos observaram consequências negativas para a saúde do consumo de chá verde, incluindo hepatotoxicidade, distúrbios gastrointestinais (vômitos e diarreia), efeitos ansiogênicos e possíveis interações com medicamentos prescritos (BEDROOD et al., 2018). Essa dicotomia de achados científicos realça a necessidade de novos estudos mais aprofundados nos efeitos da utilização de chás fitoterápicos durante a gravidez. Diante disso, este trabalho tem como intuito demonstrar a utilização de chás, para o alívio dos desconfortos do período gestacional.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, manuseando os arquivos das bases de dados Scielo, Lilacs, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Medline. Sendo selecionados os artigos publicados em inglês ou português, disponíveis de forma integral gratuitamente, além de serem relacionados com os Descritores em Ciência da Saúde (DECS): Chás medicinais; Obstetrícia; Humanização da saúde.

RESULTADOS

Definimos os chás como sendo parte da fitoterapia que é definida como a prática de tratamentos que utiliza matéria prima de origem exclusivamente vegetal, sendo seu uso regularizado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. A região amazônica, sendo uma região que tem sua cultura grandemente fundamentada nas práticas e costumes de povos indígenas utiliza dos conhecimentos herdados desses povos para lidar com às necessidades básicas de saúde das populações locais. Na abordagem clínica, vemos o uso constante de chás, ervas, emulsões e “garrafadas” que são preparados a partir de matérias-primas como: cascas, folhas e raízes com o objetivo de tratar ou minimizar desconfortos do período gestacional (CARDOSO; SOARES, 2017), uso esse que é baseado na experiência empírica e conhecimento cultural da paciente. A prática do uso de fitoterápicos pela população é fundamentada na facilidade do acesso a esses insumos e seu baixo custo de aquisição, desta forma, tornando-se uma opção de fácil acesso. Entretanto, por apresentarem efeitos sistêmicos, mesmo possuindo origem natural, os fitoterápicos necessitam de atenção no uso, como está descrito na cartilha de orientações sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais feito pela ANVISA (2022) o mal uso desse tipo de prática pode ocasionar em problemas hepáticos, neurológicos e comprometimento renal.

Na gravidez, o momento pelo qual o organismo da mãe passa por grandes mudanças e adaptações para melhor abrigar e nutrir o bebê, traz consigo uma série de sinais comuns como: náuseas, pirose e, sintomas esses que podem ser amenizados com chás feitos a partir de plantas que são facilmente encontradas a venda em supermercados. Entretanto, alguns princípios ativos de algumas ervas possuem efeitos sistêmicos no binômio mãe-bebê assim podendo oferecer riscos a essa gestação. O uso desordenado dos chás durante a gravidez, pode trazer resultado diferente dos desejados para o uso de uma determinada planta. Os efeitos mais preocupantes do uso indiscriminado de plantas medicinais são: teratogênico, embriotóxico e abortivo. O estudo dirigido por Rodrigues et al (2011) lista sobre a ingestão de plantas que estão relacionadas a esses efeitos adversos. Aos efeitos abortivos estão associadas plantas como: Alecrim (*Rosmarinus officinalis*), Espinheira Santa (*Maytenus ilicifolia*) e Eucalipto (*Eucalyptus globulus*). O efeito embriotóxico está relacionado a ingestão de plantas como: Boldo (*Vernonia Condensata*) e Barbatimão (*Stryphnodendron polyphyllum*) e o efeito teratogênico está relacionado a ingestão de Hortelã (*Mentha piperita*) e Cambará (*Lantana câmara*).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, pode-se notar a importância do profissional prestador de cuidados pesquisar novas metodologias de assistência, sendo a fitoterapia um mecanismo mais barato e com menos complicações para o binômio materno-infantil. Além disso, faz-se necessário entender o contexto cultural desta gestante e os mitos passados por gerações, sendo a ciência capaz de elucidar os fatos. Ademais, pode-se compreender a necessidade de estudar-se acerca dos saberes tradicionais amazônicos, além de estreitar as relações entre as enfermeiras obstétricas e as parteiras para se estabelecer um partear mais seguro e humanizado, assim, mitigando a violência obstétrica. Além disso, é indubitavelmente necessário que o Estado em todas as suas instâncias, investa em políticas públicas de educação permanente e pesquisas científicas sobre como a natureza pode auxiliar durante o período gravídico e o parto.

REFERÊNCIAS

- BEDROOD, Zeinab *et al.* Toxicological effects of *Camellia sinensis* (green tea): A review. *Phytotherapy research*, [s. l.], 25 mar. 2018. DOI 10.1002/ptr.6063. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ptr.6063>. Acesso em: 13 dez. 2022.
- LEWICKA, Aneta *et al.* Supplementation of Plants with Immunomodulatory Properties during Pregnancy and Lactation—Maternal and Offspring Health Effects. *Nutrients*, [s. l.], 20 ago. 2019. DOI 10.3390/nu11081958. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/11/8/1958>. Acesso em: 13 dez. 2022.
- LÚCIA T. G. RUIZ, Ana *et al.* Farmacologia e Toxicologia de *Peumus boldus* e *Baccharis genistelloides*. *Revista Brasileira de Farmacognosia Brazilian Journal of Pharmacognosy*, [s. l.], 5 mar. 2008.
- SHAHRAHMANI, Hadis *et al.* The effect of green tea ointment on episiotomy pain and wound healing in primiparous women: A randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial. *Phytotherapy Research*, [s. l.], 7 nov. 2017. DOI doi.org/10.1002/ptr.5999. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ptr.5999>. Acesso em: 13 dez. 2022.