

# FITOTERÁPICOS HIPOLIPEMIANTE UTILIZADOS NA PRÁTICA CLÍNICA NUTRICIONAL

<sup>1</sup>DA SILVA, JULIANA CRISTINA

<sup>1</sup>TELES, ALINE DE CARVALHO

<sup>1</sup>GOMES, SUELEN SCHIAVINI SEABRA

<sup>2</sup>SOARES, SANDRA

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Patos de Minas

<sup>2</sup>Docente do Centro Universitário de Patos de Minas

O Conselho Federal de Nutricionistas (CFN), através da Resolução nº 402 de 30 de julho de 2007, regulamenta a prescrição fitoterápica pelo nutricionista de plantas *in natura* frescas, ou como droga vegetal nas suas diferentes formas farmacêuticas. Pelo quarto artigo, da referida resolução, o nutricionista terá total autonomia para prescrever os produtos objetos da resolução, quando julgar conveniente a necessidade de complementação da dieta de indivíduos ou grupos, atuando isoladamente ou como membro integrante de uma equipe multiprofissional de saúde. Hipercolesterolemia e obesidade estão intimamente relacionadas. Existe um alto percentual de pessoas que apresentam níveis de colesterol alto como resultado de excesso de peso, essa realidade não pode passar despercebida. O colesterol, os triglicerídeos, os fosfolípidos e os ácidos graxos compõem os lipídios sanguíneos. Os lipídios estão na circulação sanguínea sob a forma de lipoproteínas e quando existem problemas na síntese e decomposição destas lipoproteínas, ocorre o que denominamos hiperlipidemia. Na atualidade, existem terapias medicamentosas bastante efetivas com ação hipolipemiante, como por exemplo, o uso de estatinas que são as drogas de escolha para controle e redução dos índices de colesterol. Não é incomum a procura por terapias alternativas, como os fitoterápicos, para tratamento da dislipidemia ou até mesmo para reduzir a dosagem padrão de outros medicamentos, aproveitando do efeito sinérgico de muitos fitoterápicos. Portanto, o objetivo deste trabalho foi realizar uma revisão sobre o uso, a eficácia e a segurança de medicamentos fitoterápicos no manejo da hiperlipidemia em seres humanos e confeccionar uma cartilha com os principais fitoterápicos, com ação hipolipemiante, utilizados na prática clínica do nutricionista. Foi realizado um levantamento bibliográfico em bases de dados (EBSCO e Medline) de artigos científicos e revisões de literatura. Utilizaram-se os descritores: “hipercolesterolemia”, “fitoterápicos”, “hipolipemiantes”, “*hypercholesterolemia*”, “*hypolipemiant*”, “*herbal medicine*”, “*phytotherapics*”. Foram pesquisadas 10 fontes bibliográficas e, dessas, selecionados os 7 artigos mais recentes, no período de 2010 a out. 2014. Os resultados foram resumidos em um quadro e mostram o efeito hipolipemiante do uso de garcínia (*Garcinia camboja*), feno grego (*Trigonella foenum-graecum*), alho (*Allium sativum*), arroz fermentado com levedura vermelha (*Monascus purpureus*), *Panax notoginseng*, alcachofra (*Cynara scolymus*), berinjela (*Solanum melongena*). Na revisão realizada o guggul (*Commiphora mukul*) não apresentou efeito hipolipemiante, causou efeitos adversos como *rash* cutâneo e ainda aumentou os níveis de colesterol LDL. Os hipolipemiantes naturais, quando utilizados com conhecimento, apresentam boa eficácia e segurança no tratamento da hipercolesterolemia, porém não devem ser o tratamento farmacológico de primeira escolha. A mudança de hábitos para saudáveis e a inclusão de atividade física devem ser sempre estimuladas.

**Área temática:** Nutrição