

FITOTERAPIA NO MANEJO DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

¹ Larissa Ivna da Costa Torres; ² Mariana Nascimento Domingues; ³ Juliana Araújo de Vasconcelos;
⁴ Isabelle Bruna Menezes Ferreira Alencar; ⁵ Kellen Miranda Sá

^{1, 2, 3, 4} Graduando em Farmácia pela Universidade Federal do Ceará – UFC; ⁵ Doutoranda Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade de Federal do Ceará – UFC

Área temática: Temas transversais

Modalidade: Pôster simples

E-mail do autor: larissa.ivna@gmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: A fibromialgia (FM) é uma síndrome caracterizada por dor musculoesquelética crônica generalizada, frequentemente associada a sono não reparador, rigidez, fadiga, dificuldade cognitiva e sofrimento psicológico, sendo o segundo distúrbio mais comum observado em consultórios reumatológicos. Entretanto, muitos pacientes não respondem satisfatoriamente aos recursos convencionais ou apresentam efeitos colaterais consistentes associados a esses medicamentos em uso prolongado. Desta forma, muitos recorrem a Medicina Complementar e Alternativa como terapia auxiliar. A fitoterapia tem grande importância neste meio, pois as plantas medicinais são uma porta para o desenvolvimento de novos recursos terapêuticos para a FM. **OBJETIVO:** avaliar o potencial da fitoterapia como terapia complementar no alívio dos sintomas da FM. **MÉTODOS:** Para realização da presente revisão os artigos foram buscados nas bases de dados Scielo, Pubmed, Scopus e ScienceDirect utilizando os descritores: Fibromyalgia, Phytotherapy, Plant medicinal, Fibromialgia e Terapia complementar, o operador booleano foi o “AND”. Foram selecionados 6 artigos após passarem pelos critérios de exclusão. **RESULTADOS:** Alguns estudos verificaram a frequência com que os pacientes com FM faziam uso da MCA, mostrando que essas práticas vêm se tornando mais comum entre eles e a fitoterapia se encontra presente. Também foram elaborados ensaios clínicos com as plantas *Ocimum basilicum* e *Annona muricata* L. em camundongos, e ambos mostraram ser eficazes na redução da dor e melhora da fadiga. Um ensaio randomizado utilizando *Panax ginseng* em pacientes, comparando os resultados com um grupo placebo e outro tratado com amitriptilina, mostrou que não houveram muitas diferenças entre eles, apresentando uma distinção apenas na melhora da fadiga, a qual ocorreu mais rapidamente no grupo tratado com *Panax ginseng*. **CONCLUSÃO:** Foi observado que a fitoterapia tem um potencial efeito terapêutico no alívio dos sintomas da FM, entretanto há uma necessidade de realizar mais ensaios clínicos para determinar a eficácia das plantas medicinais para este fim.

Palavras-chave: Fibromialgia; Fitoterapia; Terapia complementar.

1 INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma síndrome caracterizada por dor musculoesquelética crônica generalizada, frequentemente associada a sono não reparador, rigidez, fadiga, dificuldade cognitiva e sofrimento psicológico (MOHABBAT *et al.*, 2019). É o segundo distúrbio mais comum observado em consultórios reumatológicos, com uma prevalência estimada de 2% a 8%. Nos Estados Unidos, mais de 11,28 casos por 1.000 mulheres e 6,88 casos por 1.000 homens são diagnosticados anualmente. (MOHABBAT *et al.*, 2019)

Tal síndrome é amplamente conhecida por responder melhor a uma abordagem de tratamento multimodal, incluindo tratamento medicamentoso e não medicamentoso (MOHABBAT *et al.*, 2019). Muitos pacientes respondem bem ao exercício e até 50% dos casos respondem adequadamente ao tratamento com antidepressivos tricíclicos, como amitriptilina em baixa dose (BRAZ *et al.*, 2013). Vários outros medicamentos usados em estudos controlados aliviam os sintomas da FM. A terapia farmacológica recomenda o uso de antidepressivos, moduladores dos canais de cálcio, relaxantes musculares e analgésicos (NASCIMENTO *et al.*, 2015), tais como fluoxetina, duloxetine, milnaciprano, ciclobenzaprina, gabapentina, pregabalina e tramadol (BRAZ *et al.*, 2013). No entanto, muitos pacientes não respondem satisfatoriamente ou apresentam efeitos colaterais consistentes associados a esses medicamentos em uso prolongado (NASCIMENTO *et al.*, 2015). Tal situação desperta interesse em Medicina Complementar e Alternativa (MCA) para o tratamento desta doença (BRAZ *et al.*, 2013).

O uso da MCA aumentou significativamente em países desenvolvidos e em desenvolvimento (GOZCU *et al.*, 2019). De acordo com o Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos EUA, em colaboração com os Centros de Controle e Prevenção de Doenças e o Centro Nacional de Estatísticas de Saúde, em seu relatório de 2018, o uso da MCA está aumentando nos Estados Unidos entre pessoas com distúrbios de dor musculoesquelética (MOHABBAT *et al.*, 2019). O conhecimento dos médicos sobre as aplicações é limitado, e muitas vezes eles abordam tais práticas com preconceito. No entanto, especialmente em doenças crônicas, os pacientes e seus familiares muitas vezes podem se inscrever em aplicações da MCA (GOZCU *et al.*, 2019).

Um dos principais métodos de desenvolvimento de novos medicamentos é a extração de princípios ativos a partir de fontes naturais, como é o caso das plantas. Desta forma, para um melhor progresso na descoberta de tratamentos cada vez mais eficazes para a fibromialgia e seus sintomas, é

de suma importância a realização de estudos e ensaios clínicos envolvendo as plantas medicinais. Algumas já são popularmente utilizadas, mas é necessário executar mais pesquisas na área a fim de validar cientificamente a ação de tais recursos bem como mensurar os possíveis efeitos adversos causados, garantindo assim uma maior segurança na utilização da fitoterapia pelos pacientes com fibromialgia e consequentemente lhes proporcionando uma melhor qualidade de vida.

2 OBJETIVO

Consiste em avaliar o potencial da fitoterapia como opção de terapia complementar no tratamento e alívio dos sintomas da fibromialgia.

3 MÉTODO

Primeiramente foi realizada uma pesquisa de artigos científicos sobre o tema nas seguintes bases: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Pubmed, Scopus e ScienceDirect. A busca foi guiada pelas palavras chaves fornecidas pelo site DeCS (Descritores de Ciências da Saúde), as quais foram: Fibromyalgia, Phytotherapy, Plant medicinal, Fibromialgia e Terapia complementar. Com a finalidade de definir mais precisamente a busca, foi utilizado como operador booleano o “AND”. Os critérios de inclusão foram artigos publicados a partir de 2012 que traziam informações sobre a fibromialgia e/ou testes de plantas medicinais usadas como terapia complementar no tratamento dos sintomas desta doença, por conta da disponibilidade foram selecionados apenas textos em inglês. Já os critérios de exclusão foram artigos sem visualização completa ou que ao invés da planta medicinal utilizassem um fitocomposto como alvo de sua pesquisa. No total foram encontrados quarenta e cinco trabalhos onde apenas seis estavam aptos a serem usados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O número de pacientes que vêm utilizando estratégias de medicina complementar e alternativa (MCA) aumentou significativamente nos últimos anos, no intuito de melhorar e proteger a saúde, tratar doenças e lidar melhor com os sintomas. Em um estudo realizado na universidade Fýrat, a MCA foi aplicada nos pacientes inscritos no ambulatório de reumatologia, dentre esses 47,8% possuíam fibromialgia e 29,2% doenças reumáticas inflamatórias. Dentre as MCA's, a fitoterapia foi a escolhida com maior frequência, entretanto, algumas práticas como acupuntura e suplementos alimentares foram usadas em proporções semelhantes. Os pacientes com FM foram aqueles que

obtiveram melhor resposta. Apesar de haver a possibilidade das MCA's aumentarem a toxicidade dos medicamentos, poucos pacientes informam aos seus médicos da aplicação, devido à falta de conhecimento acerca dessas práticas. (GOZCU *et al.*, 2021, p. 36-41).

Um estudo comparativo no centro médico acadêmico Mayo Clinic analisou a prevalência do uso das práticas de MCA como forma de obter alívio dos sintomas gerados pela fibromialgia comparando com os dados obtidos do ano de 2003 no mesmo centro. Ao todo, 310 pacientes completaram a pesquisa, sendo em sua maioria mulheres com uma média de 44 anos de idade. De acordo com as respostas fornecidas pelos pacientes, 98,1% faziam o uso de MCA, dentre elas estavam massagem terapêutica, aromaterapia, uso de chás, ervas e óleos essenciais. Quando comparados com os dados de 2003, percebeu-se que foram incrementadas ao cotidiano deles algumas práticas que envolviam o uso de produtos naturais, como gengibre, alho, semente de linhaça e outras que apresentam potencial atividade no tratamento de dores e outros distúrbios relacionados a inflamações, no geral, houve um aumento do uso de terapias complementares pelos pacientes do centro médico. (Mohabbat, Arya B *et al.*, 2019 vol. 3, p. 418-428)

Quanto ao uso de plantas medicinais, foram realizados alguns ensaios específicos para avaliar a atividade farmacológica de algumas espécies no tratamento dos sintomas da fibromialgia, especialmente das dores crônicas que acometem tais pacientes.

Em um ensaio avaliando os efeitos de uma dieta suplementada por extratos aquosos de folhas de *Annona muricata* L. (*Annonaceae*) em um modelo de fibromialgia induzida por estresse por frio intermitente (ICS) em camundongos, foi possível observar que os animais que foram tratados com *Annona muricata* L. apresentaram redução significativa da dor e melhora da força muscular, além de haver redução dos sintomas da inflamação crônica e fadiga dos animais tratados com o ICS. Os principais componentes encontrados nesta planta incluem: taninos, flavonóides e ácidos fenólicos, sendo este último com atividade antioxidante, responsável por melhorar significativamente os sintomas da doença. Ademais, os metabólitos secundários em conjunto induzem um efeito preventivo na síndrome da dor crônica. (QUILEZ *et al.*, 2018 v. 6, p. 81-84).

A erva *Ocimum basilicum* possui relatos de exercer atividades anticonvulsivante, analgésica e anti-inflamatória, mas seu efeito para diminuição de dores ocasionadas pela FM ainda não havia sido estudado. Visando suprir tal lacuna foi realizado um estudo experimental com 48 camundongos machos utilizando seu óleo essencial complexado com ciclodextrina (LEO/γ-CD). O óleo foi extraído

da folha da planta e é constituído majoritariamente por linalol (68,96%) sendo necessária a complexação com ciclodextrina para corrigir características físico químicas que dificultavam seu efeito farmacológico. O tratamento foi durante 35 dias e os camundongos foram diariamente avaliados 60 minutos após a aplicação das substâncias (LEO/ γ -CD, óleo essencial de *O. basilicum*, tramadol ou solução salina) em diferentes doses. No decorrer do estudo, foram realizados testes comportamentais específicos para avaliar se o óleo essencial causaria um efeito negativo nos seguintes parâmetros: hiperalgesia mecânica, coordenação motora e força muscular dos camundongos e viu-se que tais aspectos não foram afetados pelo produto. Além disso, os pesquisadores também executaram teste de imunofluorescência à proteína Fos para visualizar quais campos do cérebro foram ativados com o uso deste óleo essencial e foi verificado que houve uma ativação dos neurônios em áreas do sistema nervoso central (SNC) muito importantes no controle da dor (cinza periaquedutal, núcleo magno da rafe e locus coeruleus), sugerindo assim que o óleo essencial de *Ocimum basilicum* complexado com a ciclodextrina exerceu um efeito redutor da sensibilidade à dor através do SNC. (Nascimento *et al.*, 2014 v. 16,1 p.547-63)

Outra planta que tem uso popular para dores crônicas é a *Panax ginseng*, que tem como constituintes ativos principais os ginsenosídeos. Em um ensaio clínico randomizado realizado com 52 pessoas pelo período de 12 semanas foi avaliado a eficácia do extrato da raiz de *P. ginseng* em pacientes com FM, comparando seus efeitos com os do medicamento amitriptilina e do placebo. O estudo teve participação exclusivamente de mulheres visto que se tinham poucas informações a respeito da gravidade dos sintomas da FM nos homens, e apenas 38 destas foram até o final do estudo. As participantes interromperam o uso de analgésicos, opióides e anti-inflamatórios 3 semanas antes do início do ensaio. Posteriormente foram divididas em 3 grupos e lhes foram fornecidos os frascos com as cápsulas, sendo o grupo I tratado com cloridrato de amitriptilina (25 mg/d), o II com placebo (pó de talco) e o III com *P. ginseng* (100 mg/ d - 27% de ginsenosídeos). Elas foram analisadas nos critérios de melhoria de dor, fadiga, qualidade do sono e ansiedade através de um acompanhamento médico por meio de questionários e exames físicos. No geral, apesar do grupo III apresentar boa tolerabilidade ao tratamento, o resultado não foi muito diferente daquele obtido pela ação do medicamento (grupo I). Em relação a fadiga, o efeito do *P. ginseng* se deu em um período de tempo mais rápido que o da amitriptilina, o contrário aconteceu em relação a qualidade de sono e ansiedade. Sendo assim, a partir dos resultados do ensaio percebe-se que o uso desse extrato é uma potencial

opção de tratamento que necessita de mais estudos controlados para determinar fatores como posologia, duração do tratamento e outros pontos importantes. (BRAZ *et al.*, 2013 v. 35, p. 21–28).

5 CONCLUSÃO

Diante do exposto, viu-se que embora a fitoterapia seja uma prática que esteja com uma tendência em se tornar cada vez mais comum entre os pacientes, faltam de fato estudos que comprovem e especifiquem a eficácia das plantas medicinais para este fim, o que atrapalha a incorporação delas na prescrição para o manejo dos sintomas da fibromialgia. Os pacientes acometidos com fibromialgia procuram cada vez mais opções para o tratamento das dores causadas pela doença, visto que muitas vezes as terapias convencionais dão uma resposta limitada quanto a seu alívio ou então causam muitos efeitos colaterais, o que diminui a adesão do tratamento levando a uma piora de seus quadros e maior sofrimento. Como já se trata de uma doença que não tem cura, há uma responsabilidade ainda maior para os profissionais da saúde e pesquisadores da área buscarem métodos que proporcionem uma melhor qualidade de vida a esses pacientes.

6 REFERÊNCIAS

- BELLATO, Enrico *et al.* Fibromyalgia Syndrome: Etiology, Pathogenesis, Diagnosis, and Treatment. *Pain Research And Treatment*. Turin (Itália). 2012.
- BRAZ, Alessandra S *et al.* Effects of Panax ginseng extract in patients with fibromyalgia: a 12-week, randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Brazilian Journal of Psychiatry*, vol. 35, p. 21–28, 2013.
- GOZCU E. *et al.* Medicina alternativa complementar em doenças reumáticas: causas, escolhas e resultados de acordo com os pacientes. *Eur J Rheumatol*. vol. 9(1) p. 36-41, 2021.
- MOHABBAT, Arya B. *et al.* “Use of Complementary and Integrative Therapies by Fibromyalgia Patients: A 14-Year Follow-up Study.” *Mayo Clinic proceedings*. Innovations, quality & outcomes vol. 3,4 p. 418-428, 2019
- NASCIMENTO, Simone S. *et al.* Cyclodextrin-complexed Ocimum basilicum leaves essential oil increases Fos protein expression in the central nervous system and produce an antihyperalgesic effect in animal models for fibromyalgia. *International Journal Of Molecular Sciences*. São Cristóvão (Sergipe), p. 547-563, 2015.
- QUILEZ, Ana M. *et al.* Diets supplemented with Annona muricata improve the symptoms of fibromyalgia. *Elsevier*, [S. l.], v. 6, n. 3, p. 81-84, 2018.