



**FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

**HERBAL MEDICINE IN THE TREATMENT AND CONTROL OF OBESITY: A SYSTEMATIC REVIEW**

João Marcos Alves Pereira<sup>1</sup>, Hélio Tavares de Oliveira Neto<sup>2</sup>, Daniel Oliveira Medeiros<sup>3</sup>, Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho<sup>4</sup>, Artur Vital Leite Silva<sup>5</sup>, Milena Nunes Alves de Sousa<sup>6</sup>

e311066

<https://doi.org/10.47820/recima21.v3i1.1066>

**RESUMO**

A obesidade decorre do acúmulo excessivo de gordura no organismo de um indivíduo, podendo prejudicar a saúde e reduzir a qualidade de vida da população. Nesse contexto, a Fitoterapia surgiu como um método alternativo, com baixo custo e com uma ação menos agressiva comparada aos medicamentos tradicionais. Muitos têm ação antioxidante, de modo que moderam o apetite e aumentam o metabolismo de quem faz uso deles. Portanto, objetivou-se avaliar a eficácia dos fitoterápicos no controle da obesidade. Foi realizada revisão sistemática da literatura, em que foram selecionados sete artigos pela busca ativa nas bases de dados *Publisher Medline*, Biblioteca Virtual em Saúde e *Google Scholar* a partir dos Descritores em Ciências da Saúde em inglês: “*Phytotherapy*”, “*Obesity*”, “*Therapeutic*” e “*Efficacy*”, articulados por meio do operador booleano “AND”. Foram aplicados em meio aos critérios de inclusão: artigos de 2015 a 2021, escritos em português e inglês, e aos de exclusão: artigos repetidos em mais de uma base de dados e que não representassem o tema em questão. Como resultado, evidenciou-se que há efeitos positivos do uso da fitoterapia no tratamento e controle da obesidade por meio da redução, em porcentagens consideráveis, de gordura corporal nos indivíduos participantes dos ensaios clínicos analisados. Constatou-se, portanto, que os Fitoterápicos vêm sendo considerada uma alternativa excelente para substituir as medicações tradicionalmente utilizadas no tratamento da obesidade, contribuindo para uma melhoria na qualidade de vida do paciente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fitoterápicos. Tratamento. Obesidade

**ABSTRACT**

*Obesity results from the excessive accumulation of fat in an individual's body, which can harm health and reduce the population's quality of life. In this context, Phytotherapy emerged as an alternative method, with low cost and with a less aggressive action compared to traditional medicines. Many have antioxidant action, so they moderate the appetite and increase the metabolism of those who use them. Therefore, the objective was to evaluate the effectiveness of herbal medicines in the control of obesity. A systematic literature review was carried out, in which seven articles were selected by active search in the Publisher Medline, Virtual Health Library and Google Scholar databases from the Health Sciences Descriptors in English: “Phytotherapy”, “Obesity”, “Therapeutic” and “Efficacy”, articulated through the Boolean operator “AND”. Among the inclusion criteria were applied: articles from 2015 to 2021, written in Portuguese and English, and exclusion criteria: articles repeated in more than one database and that did not represent the topic in question. As a result, it was evidenced that there are positive effects of the use of herbal medicine in the treatment and control of obesity through the reduction, in considerable percentages, of body fat in the individuals participating in the analyzed clinical trials. It was found, therefore, that herbal medicines have been considered an excellent alternative to replace medications traditionally used in the treatment of obesity, contributing to an improvement in the patient's quality of life.*

<sup>1</sup> Centro Universitário de Patos - UNIFIP

<sup>2</sup> Centro Universitário de Patos - UNIFIP

<sup>3</sup> Centro Universitário de Patos - UNIFIP

<sup>4</sup> Centro Universitário de Patos - UNIFIP

<sup>5</sup> Centro Universitário de Patos - UNIFIP

<sup>6</sup> Centro Universitário de Patos - UNIFIP



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

**KEYWORDS:** *Herbal Medicines. Treatment. Obesity*

### INTRODUÇÃO

A obesidade pode ser considerada um dos principais problemas de saúde pública em diversos países, principalmente aqueles em desenvolvimento, sendo mencionada, como uma epidemia mundial e, por este motivo, esta doença vem trazendo preocupações para diversos países, uma vez que reduz a qualidade de vida da população<sup>1,2</sup>.

Reconhecida como uma pandemia, já há algumas décadas, tem sido apontada como prioridade na agenda das políticas públicas nos âmbitos nacional e internacional<sup>3</sup>. O sobrepeso e a obesidade são definidos como acúmulo anormal ou excessivo de gordura que pode prejudicar a saúde, estando as pessoas obesas com maior risco de desenvolver doenças graves. Dentre as comorbidades associadas, incluem-se a hipertensão, dislipidemias, diabetes mellitus tipo 2, doenças renais e distúrbios do sono<sup>4</sup>.

Estilos de vida sedentários, diminuição da atividade física, aumento do consumo de alimentos com alto teor calórico contribuem para essa tendência<sup>5</sup>. O tratamento da obesidade é complexo e multidisciplinar, e abrange mudanças no estilo de vida, reeducação alimentar e prática de atividade física<sup>6</sup>. Algumas vezes é necessário como complemento o uso de medicamentos, e em casos extremos, cirurgia<sup>7,8</sup>.

Grande parcela de medicamentos usada para o controle da obesidade desencadeia efeitos colaterais diversos, incluindo irritabilidade, cefaleia, insônia e depressão, dificultando ainda mais o tratamento. Além disso, esses medicamentos precisam de prescrição médica e alguns deles só apresentam efeito durante seu uso, o que desencadeia o efeito rebote, levando o paciente a voltar o peso ou ganhar peso com mais facilidade<sup>9,10</sup>.

Esse fato fez com que a população buscasse alternativas para combater essa doença crônica não transmissível, destacando-se os fitoterápicos. Os estudos e avanços nas pesquisas tem comprovado sua segurança e eficácia e ao comprar as terapias convencionais aos fitoterápicos, estes são menos agressivos, com pouco ou nenhum efeito colateral e de baixo custo<sup>11-14</sup>.

Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo avaliar a eficácia dos fitoterápicos comparados às terapias convencionais farmacológicas no controle da obesidade.

### METODOLOGIA

Para a construção do presente estudo, foi realizada uma Revisão Sistemática de Intervenção, a qual é importante para unir informações de vários estudos sobre certa terapêutica, podendo apresentar resultados que coincidam ou que conflitem e, conseqüentemente, contribuir para direcionar investigações futuras<sup>15</sup>. Diante do exposto, o processo de montagem foi efetivado a partir da construção de seis fases, as quais serão descritas a seguir.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

Na fase 1, foi elaborada uma pergunta base para a pesquisa a partir da estratégia PICO, (População, Intervenção, Comparação e Outcome/Desfecho), representados nesse trabalho, respectivamente, paciente com obesidade, uso de fitoterápicos, comparada a nenhuma intervenção e o desfecho contemplou a eficácia para redução de peso. Diante disso, o questionamento elaborado foi: “Em pacientes com obesidade, o uso de fitoterápicos, em comparação com a ausência de intervenção, é eficaz para a perda de peso?”.

Na fase 2, foram selecionados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “*Phytotherapy*”, “*Obesity*”, “*Therapeutic*” e “*Efficacy*” para serem utilizados nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *Publisher Medline* (PUBMED e Google Scholar).

Na fase 3, foi realizada uma busca ativa na literatura a partir dos descritores supracitados, todos associados pelo operador booleano “AND”. Eles foram utilizados juntos aos seguintes critérios de inclusão: publicações de 2015 a 2021 e escritos em português e inglês. Foram encontrados, então, 7685 artigos os quais foram alisados a partir de critérios de exclusão, como artigos repetidos em mais de uma base de dados e que não representassem o tema em questão.

Na fase 4, foi feita a extração dos dados dos estudos selecionados, procurando detalhes sobre o uso de fitoterápicos em pacientes com obesidade e sobrepeso para a pontuação dos dados a partir do título e do resumo. Dois revisores fizeram essa síntese, e posteriormente a leitura completa dos artigos de modo individualizado, para que pudessem discutir qualquer discordância nas seleções e tomar uma decisão final para continuar o estudo.

Na fase 5, realizou-se o processo de filtragem, sendo utilizada como base a *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*, conhecida como Recomendação PRISMA. Assim, restaram sete artigos (Figura 1).

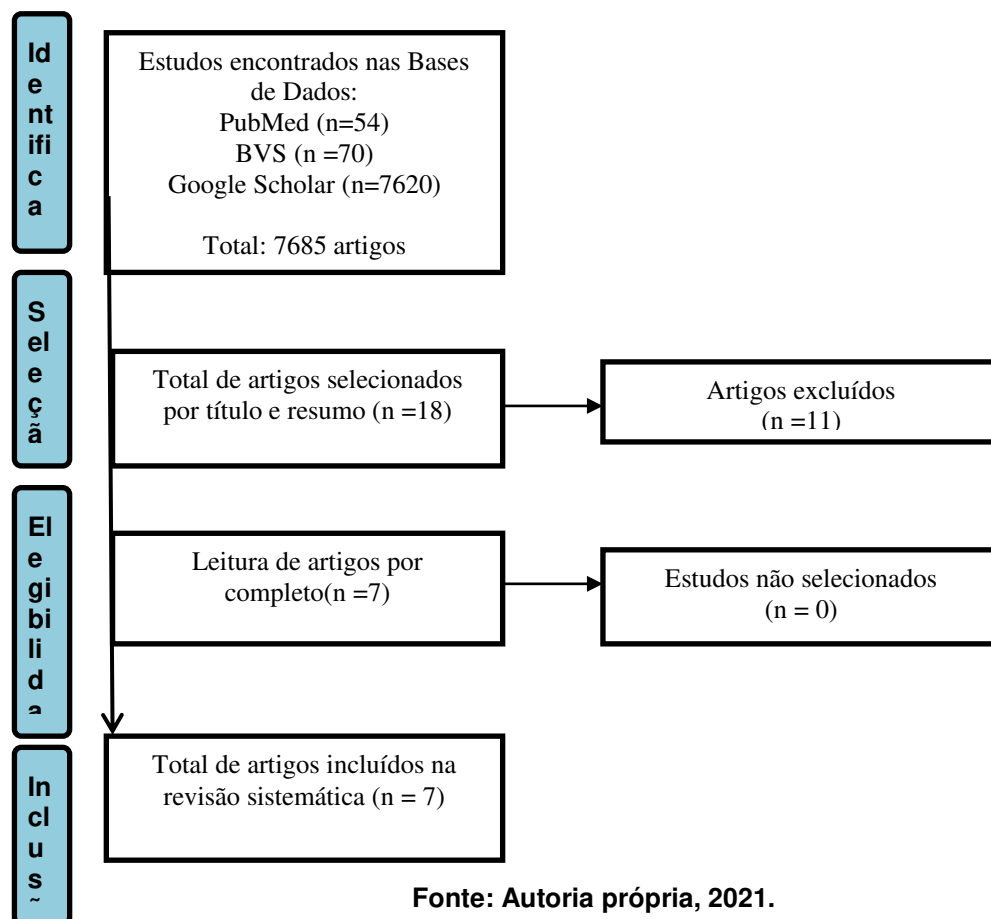
Finalmente, na fase 6 observou-se a qualidade de evidência exposta nos artigos incluídos a partir do método *Grading of Recommendations Assessment, Developing and Evaluation* (GRADE), o qual os classifica em níveis alto, moderado, baixo ou muito baixo<sup>16</sup>.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

Figura 1: Fluxograma PRISMA.



Finalmente, na fase 6 observou-se a qualidade de evidência exposta nos artigos incluídos a partir do método *Grading of Recommendations Assessment, Developing and Evaluation* (GRADE), o qual os classifica em níveis alto, moderado, baixo ou muito baixo<sup>16</sup>.

## RESULTADOS

No quadro 1 é possível observar a distribuição do estudo em relação a 4 variáveis. Em relação aos países, 51,1% foram feitos na Coréia do Sul e na Índia e os outros 49,9% foram feitos na Alemanha, Irã e no Japão. Quando se trata do tipo de estudo, 100% foram estudos clínicos randomizados. As bases de dados utilizadas foram 3, com 57,1% dos artigos encontrados na PUBMED, 28,5% na BVS e 14,4% no Google Scholar. Já em relação ao ano de publicação, 51,1% foram feitos nos anos de 2019 e 2015 e os outros 49,9% nos anos de 2016, 2017 e 2018.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

**Quadro 1: Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a RIL. Patos, 2021.**  
**Fonte: Dados de pesquisa, 2021.**

N	Título	País	Tipo de estudo	Base de dados	Ano
I	<i>Efficacy of a novel herbal formulation for weight loss demonstrated in a 16-week randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial with healthy overweight adults<sup>17</sup>.</i>	Índia	ECR	BVS	2018
II	<i>Double-Blind, Randomized, Three-Armed, Placebo-Controlled, Clinical Investigation to Evaluate the Benefit and Tolerability of Two Dosages of IQP-AE-103 in Reducing Body Weight in Overweight and Moderately Obese Subjects<sup>18</sup>.</i>	Alemanha	ECR	PUBMED	2019
III	<i>Effect of a herbal extract powder (YY-312) from Imperata cylindrica Beauvois, Citrus unshiu Markovich, and Evodia officinalis Dode on body fat mass in overweight adults: a 12-week, randomized, double-blind, placebo-controlled, parallel-group clinical trial<sup>19</sup>.</i>	Coréia do Sul	ECR	PUBMED	2017
IV	<i>Body Weight Management in Adults Under Chronic Stress Through Treatment With Ashwagandha Root Extract<sup>20</sup>.</i>	Índia	ECR	PUBMED	2016
V	<i>Effect of saffron (Crocus sativus L.) on lipid profile, glycemic indices and antioxidant status among overweight/obese prediabetic individuals: A double-blinded, randomized controlled trial<sup>21</sup>.</i>	Irã	ECR	Google Scholar	2019
VI	<i>Effects of the oriental herbal medicine Bofutsusho-san in obesity hypertension: a multicenter, randomized, parallel-group controlled trial (ATH-D-14-01021.R2)<sup>22</sup>.</i>	Japão	ECR	PUBMED	2015
VII	<i>Anti-obesity effects of Yerba Mate (Ilex Paraguariensis): a randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial<sup>23</sup>.</i>	Coréia do Sul	ECR	BVS	2015

**Fonte: Dados de pesquisa, 2021.**

No quadro 2 estão descritos os dados referentes ao grupo analisado pelo estudo, quais os medicamentos utilizados e porquanto tempo eles foram utilizados. Quando se trata dos medicamentos utilizados, todos os estudos foram feitos com fitoterápicos e/ou extratos diferentes. Em relação ao tempo de tratamento, 42,8% foram de 12 semanas, 28,5% foram de 8 semanas e somando 16 e 24 semanas totalizam 28,5%. Em relação ao grupo analisado, 85,7% dos estudos utilizaram como no mínimo 25kg/m<sup>2</sup> de IMC para seus pacientes e 14,3% utilizaram o IMC mínimo de 27kg/m<sup>2</sup>, com idades variáveis.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
 João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
 Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

**Quadro 2: Caracterização metodológica dos artigos selecionados para compor a RIL. Patos, 2021.**

N	Grupo analisado	Medicamentos usados	Tempo de tratamento
I	Pacientes entre 21 e 50 anos, com IMC 27-29,9kg/m <sup>2</sup> e livres de comorbidades.	Formulação herbal LI85008F (6 partes de <i>Moringa Oleifera</i> , 3 partes de <i>Murrayakoenigii</i> e 1 parte de Curcuma Longa L.	16 semanas
II	Pacientes com sobrepeso a moderadamente obesos, IMC de >25 e <35kgm <sup>2</sup>	IQP-AE-103 alta dose(330mg de quiabo desidratado e 85mg de insulina) IQP-AE-103 baixa dose( metade das doses)	12 semanas
III	Adultos coreanos de 19 a 60 anos, com IMC de 25 a 29kg/m <sup>2</sup> .	Extract YY-312 ( <i>Imperata cylindrica Beavouis</i> , <i>Citrus unshiu Marckovich</i> e <i>Evodia officinalis Dode</i> ).	12 semanas
IV	Pacientes entre 18 e 60 anos, com IMC entre 25 e 39,9kg/m <sup>2</sup> e Escala de Estresse Percebido maior ou igual a 20.	<i>Ashwagandha Root Extract</i>	8 semanas
V	Pacientes entre 40 e 60 anos, pré-diabéticos e com IMC igual ou maior que 25kg/m <sup>2</sup>	Açafrão ( <i>Crocus sativus</i> L.)	8 semanas
VI	Pacientes entre 20 e 79 anos, com hipertensão e já fazendo tratamento, além de IMC maior ou igual 25kg/m <sup>2</sup> .	<i>Herbal medicine Bofu-tsusho-san</i>	24 semanas
VII	Pacientes com índice de massa corporal entre 25 e 35kg/m <sup>2</sup> .	<i>Yerba Mate (Ilex Paraguariensis)</i>	12 semanas

**Fonte: Dados de pesquisa, 2021.**

No quadro 3 estão especificados os principais resultados obtidos pelos estudos. Em 85,7% dos estudos foram notadas diferenças de redução de peso e IMC ao final do tratamento proposto por cada estudo, enquanto 14,3% não houve diferença notória.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
 João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
 Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

**Quadro 3: Principais Resultados. Patos, 2021.**

N	Principais Resultados
I	Ao final do tratamento, o grupo que fez o uso do LI85008F teve redução de gordura corporal entre 1,1-7,059kg, enquanto o grupo placebo teve um aumento de gordura corporal entre 0,61-5,052kg (p=0,1151). . Houve uma diferença significativa na mudança de linha base em relação a massa magra (p=0,0061).
II	Em relação ao peso corporal inicial, dos pacientes com sobrepeso, indivíduos que tiveram o uso da alta dose perderam 5,8% do peso, enquanto o de baixa dose e placebo, respectivamente, perderam 4,3% e 1,3%. Em relação ao peso corporal inicial dos pacientes moderadamente obesos, indivíduos com uso da alta dose perderam 6,1%, enquanto o de baixa dose e placebo, respectivamente, perderam 2,5% e 1,1%. . Os grupos que fizeram uso de alta e baixa dose tiveram uma perda de peso significativa em comparação ao placebo (p<0,001 para as duas comparações).
III	. Após 12 semanas, o grupo que utilizou o extrato YY-312 teve uma perda de 1,6kg da massa de gordura corporal, enquanto o grupo placebo diminuiu 0,1kg. Após 12 semanas, o grupo que utilizou o extrato YY-312 teve uma perda de peso corporal de 2,7kg, enquanto o placebo teve redução de 1kg (p=0,014).
IV	. Ao final de 8 semanas de tratamento, a redução de peso corporal para o grupo de tratamento foi de 3,03%, enquanto o grupo placebo foi de 1,46%. Os dados mostram que o tratamento sugere uma redução significativa na redução média de peso corporal (p=0,0148). Ao final de 4 semanas de tratamento não houve diferença significativa de perda de peso entre os dois grupos.
V	Após 12 semanas do estudo, quando se compara o grupo com o uso de açafraão e o uso do placebo, não há diferenças significativas na diminuição na quantidade de lipídios (p>0.05).
VI	Após 12 semanas, houve diferenças significativas entre o grupo BOF e o grupo de controle, tanto para o IMC e Linha de base de peso. Alteração na Linha de base do IMC, entre o grupo controle e BOF, respectivamente foi: 0,5-1 vs 1,1-1,3kg/m <sup>2</sup> . Alteração na linha de Base de peso, entre o grupo controle e BOF, respectivamente foi: 1,2-2,6 vs 2,8-3,5kg.
VII	. A diminuição da massa de gordura corporal (P = 0,036) e percentual de gordura corporal (P = 0,030) no grupo Yerba Mate em comparação com o grupo de placebo foi significativo.

**Fonte: Dados de pesquisa, 2021.**

De acordo com a análise do quadro 4, é possível classificar o nível das evidências dos estudos a partir do sistema GRADE, em que quatro estudos foram classificados com qualidade moderada, tendo em vista que o fator “Evidência Direta” ou “Inconsistência” ou “Viés de publicação” estão presentes, diminuindo o nível de evidência. Os demais foram classificados com qualidade alta, pois não estavam presentes os fatores “Limitações metodológicas”, “Inconsistência dos achados”, “Evidência indireta”, “Imprecisão” e “Viés de publicação”.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

**Quadro 4: Avaliação da qualidade dos estudos selecionados nesta pesquisa. Patos, 2021.**

N	Limitações Metodológicas	Inconsistências	Evidência indireta	Imprecisão	Viés de publicação	Qualidade
I	Não há	Não há	Não há	Não há	Presente	Moderada
II	Não há	Não há	Não há	Não há	Não há	Alta
III	Não há	Não há	Não há	Não há	Não há	Alta
IV	Não há	Não há	Não há	Presente	Não há	Moderada
V	Não há	Não há	Não há	Presente	Não há	Moderada
VI	Não há	Presente	Não há	Não há	Não há	Moderada
VII	Não há	Não há	Não há	Presente	Não há	Moderada

Fonte: Dados de pesquisa, 2021.

### DISCUSSÃO

Não é de hoje que uma grande variedade de medicamentos fitoterápicos, incluindo seus extratos ou compostos ativos isolados de plantas, podem ser usados para a perda de peso e para a prevenção do ganho de peso, as análises iniciais sugerem que a fitoterapia pode ser uma intervenção com boa relação custo-benefício no controle da obesidade.

A eficácia da fitoterapia para o tratamento da obesidade e da síndrome metabólica foi avaliada em revisões sistemáticas anteriores, isso se deve ao número crescente de ensaios clínicos randomizados conduzidos nos últimos anos e apesar de alguns estudos tenham desfrutado de excelente metodologia, a heterogeneidade de seus protocolos como a duração, disponibilidade, voluntários e até mesmo os custos, os impediu de tirar conclusões robustas sobre a eficácia da fitoterapia no tratamento da obesidade<sup>10</sup>.

O ensaio que teve como método adotado o estudo clínico prospectivo, randomizado e duplo-cego realizado para avaliar a segurança e eficácia de um extrato de raiz de *Ashwagandha* viu que o tratamento resultou em uma redução acentuada das pontuações médias no PSS em comparação com os valores da linha de base em 4 e 8 semanas. O grupo de tratamento exibiu melhora significativamente maior do que o grupo de placebo<sup>20</sup>. Este resultado está de acordo com os achados que observou uma redução de 44% no score PSS da linha de base foi observada no final de um estudo de 60 dias com 64 indivíduos, considerando o curto prazo e o efeito resposta, não tem como mensurar o tamanho do custo-benefício do uso do produto<sup>24</sup>.

Um ensaio clínico da extração e administração de um pó de extrato de ervas *da Imperata cylindrica Beauvois, Citrus unshiu Markovich, e Evodia officinalis Dode*, em adultos com sobrepeso. Os participantes que tomaram YY-312 por 12 semanas tiveram reduções significativamente maiores em BFM, BF%, peso corporal e WC do que os participantes que tomaram o placebo. Este estudo apresentou algumas limitações, incluindo o pequeno tamanho da amostra (n=60; somente obesos, com estilos de vida diferentes) e a duração de curto prazo de 12 semanas<sup>19</sup>.

Outro ECR, duplo-cego e controlado por placebo precedeu em avaliar o potencial de perda de peso do IQP-AE-103 que é um produto extraído do pó da inulina e do quiabo, foi utilizado durante o



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

período de 12 semanas em indivíduos com sobrepeso e moderadamente obesos. A análise do estudo demonstrou que, embora os consumos de alta e baixa dose do IQP-AE-103 levem a uma perda de peso significativa em indivíduos com sobrepeso, para indivíduos moderadamente obesos, apenas uma dose elevada causou uma redução significativa do peso corporal, ou seja, assim como a maioria dos estudos, o tempo foi muito curto, apenas 12 semanas, sem acompanhamento realizado após o término do estudo e sem fase de manutenção de peso após a perda de peso inicial. Como tal, o estudo não fornece informações sobre os efeitos do IQP-AE-103 na manutenção do peso em longo prazo e em outras condições relacionadas à obesidade, como diabetes ou doenças cardiovasculares. Além disso, o estudo incluiu indivíduos de uma ampla faixa etária<sup>18</sup>.

A terapia complementar *Bofu-tsusho-san* que é o fitoterápico estudado no seu trabalho, acelerou a redução do peso corporal e exerceu um efeito mais favorável sobre o metabolismo da glicose do que o grupo de terapia convencional estes resultados são consistentes com um estudo clínico anterior realizado por ele mesmo, porém com outras atualizações e utilização de outros contribuintes, assim demonstrando que o tratamento com *Bofu-tsusho-san* foi eficaz na redução da gordura visceral e na melhoria do metabolismo da glicose em mulheres japonesas obesas. Uma vez que a terapia complementar *Bofu-tsusho-san* reduziu o nível de hemoglobina glicada (HbA1c), parâmetro utilizado através de instrumentos laboratoriais, mas não exerceu efeitos evidentes no nível sérico de insulina e no HOMA-IR (dados não mostrados), mais estudos são necessários para examinar os efeitos benéficos do *Bofu-tsusho-san* na sensibilidade à insulina e parâmetros relacionados, como a leptina na hipertensão da obesidade, o estudo se limita ao pouco tempo e a mínima informação fornecida por terceiros<sup>22</sup>.

Ao utilizar o açafrão (*Crocus sativus* L.) durante 8 semanas de suplementação em uma dose calculada (15 mg por dia) segundo diretrizes e padrões, para evidenciar os efeitos sobre o melhoramento do perfil lipídico no sangue foi constatado, em comparação com o placebo, que o açafrão diminuiu significativamente os níveis séricos de FBS e HbA1c e aumentou a atividade de eliminação do radical DPPH. No entanto, não houve efeito nos índices antropométricos e na função renal com base na ureia e creatinina onde também eram miradas melhoras por se tratar do mesmo mecanismo fisiológico, também não foi observado efeito hipolipemiante significativo do açafrão<sup>21</sup>.

Em outra pesquisa de intervenção, com duração de 12 semanas de suplementação em dose calculada de acordo com bibliografias reconhecidas, feita para ressaltar a utilização da erva-mate na redução de peso, verificou-se diminuição da massa gorda corporal em uma escala relevante ( $p = 0,036$ ) e porcentagem de gordura corporal um achado estatisticamente significativo ( $p = 0,030$ ) em comparação com o grupo de placebo. A relação quadril-cintura diminuiu significativamente ( $p = 0,005$ ) no grupo Erva-Mate em comparação com o grupo placebo, não tendo sido observadas observadas alterações clinicamente significativas em quaisquer parâmetros de segurança por se tratar de um produto de procedência inteiramente natural e em dose terapêutica realizada cuidadosamente em pacientes saudáveis clinicamente e que possuíam apenas a comorbidade do sobrepeso ou obesidade<sup>23</sup>.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

Neste estudo foi demonstrado que, com uma mudança de hábitos alimentares, que é a uma das principais formas de tratamento da obesidade, segundo a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia<sup>25</sup> de 2021, em conjunto com o uso de medicamentos fitoterápicos pode ser uma alternativa eficaz para reduzir o IMC, os níveis de gordura e o peso do paciente. Porém, existem ainda muitas controvérsias em relação ao uso da fitoterapia, visto que não tem uma fiscalização tão rígida pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) em relação a esses medicamentos, o que diminui o financiamento, por parte das indústrias, para financiar estudos a respeito.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no que foi apresentado no presente estudo, constatou-se que os Fitoterápicos se mostraram uma importante alternativa quanto à substituição das medicações tradicionais utilizadas no tratamento da obesidade, diante da redução de gordura no organismo do indivíduo, contribuindo assim para uma melhoria na qualidade de vida do paciente obeso.

Sabe-se ainda que os métodos farmacológicos tradicionais provocam diversos efeitos adversos nos pacientes, o que não ocorreu da mesma forma agressiva com o uso da Fitoterapia. Desse modo, sugere-se investir em um uso mais constante dessa substância em pessoas obesas para que a situação não afete suas atividades diárias e elas consigam a almejada perda de peso.

Contudo, a presente revisão apresentou limitações quanto a ainda reduzida quantidade de estudos acerca da temática, o baixo número de componentes das amostras de alguns estudos e o reduzido número de publicações de anos mais recentes. Por isso, faz-se necessário investir em mais artigos que possam contribuir com a explanação de mais pesquisas atuais acerca da temática.

### REFERÊNCIAS

- 1 - Almeida LM de, Campos KFC, Randow R, Guerra V de A. Estratégias e desafios da gestão da Atenção Primária à saúde no controle e prevenção da obesidade. Revista Eletrônica Gestão e Saúde [Internet]. 2017 [cited 2021 Dec 18];8(1):114–39. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5821300>.
- 2 - World Health Organization. Obesity [Internet]. www.who.int. World Health Organization; 2021. Available from: [https://www.who.int/health-topics/obesity#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/obesity#tab=tab_1).
- 3 - Oliveira LSF de, Filho MLM, Venturini G, Castro JBP de, Ferreira MEC. Repercussões da cirurgia bariátrica na qualidade de vida de pacientes com obesidade: uma revisão integrativa. RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento [Internet]. 2018;12(69):47–58. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6301533>.
- 4 - Lucas RR, Pereira FF, Santos Júnior ADF, Cavalcanti BC, Nobre Júnior HV, Da Silva GR, et al. Fitoterápicos aplicados a obesidade. Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde. 2016 Jul 9;11(2).
- 5 - Mitchell NS, Catenacci VA, Wyatt HR, Hill JO. Obesity: Overview of an Epidemic. Psychiatric Clinics of North America [Internet]. 2011 Dec;34(4):717–32. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3228640/>.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

6 - Oliveira AKD de, Costa ARFC da, Nunes KVZ, Oliveira KKD de, Dias MKM de M. Fitoterápicos considerados emagrecedores comercializados por farmácias de manipulação / Herbal therapy considered slimming marked by handling pharmacies. Brazilian Journal of Development [Internet]. 2021 Aug 8 [cited 2021 Dec 18];7(8):77981–94. Available from: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/download/34047/pdf>.

7 - Oliveira LSF de, Filho MLM, Venturini G, Castro JBP de, Ferreira MEC. Repercussões da cirurgia bariátrica na qualidade de vida de pacientes com obesidade: uma revisão integrativa. RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento [Internet]. 2018;12(69):47–58. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6301533>.

8 - Dias De Sousa D, Maiane, Dias De Sousa M, Lopes M, Soares Da Silva J, Rangel Cunha Da Silva S, et al. Fitoterápicos utilizados para perda de peso comercializados em farmácias [Internet]. [cited 2021 Dec 18]. Available from: <https://www.redalyc.org/journal/5606/560662195001/560662195001.pdf>.

9 - Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança. 2015 [cited 2021 Dec 18];13(1):103–14. Available from: <https://www.ufpb.br/nepfh/contents/documentos/artigos/fitoterapia/fitoterapia-como-alternativa-obesidade.pdf>.

10 - Tardin RNM, Rodrigues KA, Freitas EDC. Uso da Laranja Amarga como Coadjuvante no Tratamento da Obesidade / Use of Bitter Orange as a Coadjuvant in the Treatment of Obesity. ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA. 2020 May 30;14(50):956–63.

11 - Laysse S, Morais, Mendes De Brito A, Raysa L, Araújo S, Lopes Da Silva G, et al. Fabiana Neves Lima. [cited 2021 Dec 18]. Available from: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/17831/16008/225137>.

12 - Correia MS, Silva TP, Marques MS. O Consumo de Fitoterápicos e Nutracêuticos como Coadjuvantes no Tratamento da Obesidade em Discentes de uma Instituição de Ensino Superior de Vitória da Conquista / The Consumption of Phytotherapics and Nutraceuticals as Coadjuvants in the Treatment of Obesity in Students of a Higher Education Institution of Vitória da Conquista. ID on line Revista de psicologia [Internet]. 2020 May 30 [cited 2021 Dec 18];14(50):975–90. Available from: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2508>.

13 - Bruning MCR, Mosegui GBG, Vianna CM de M. A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu - Paraná: a visão dos profissionais de saúde. Ciência & Saúde Coletiva. 2012 Oct;17(10):2675–85.

14 - Verrengia EC, Kinoshita SAT, Amadei JL. Medicamentos Fitoterápicos no Tratamento da Obesidade. UNICIÊNCIAS [Internet]. 2013 [cited 2021 Dec 18];17(1). Available from: <https://www.revista.pgsskroton.com/index.php/uniciencias/article/view/519>.

15 - Sampaio R, Mancini M. Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. Revista Brasileira de Fisioterapia [Internet]. 2007;11(1):83–9. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rbfis/v11n1/12.pdf>.

16 - Galvão TF, Pereira MG. Avaliação da qualidade da evidência de revisões sistemáticas. Epidemiologia e Serviços de Saúde. 2015 Mar;24(1):775–8.

17 - Dixit K, Kamath DV, Alluri KV, Davis BA. Efficacy of a novel herbal formulation for weight loss demonstrated in a 16-week randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial with healthy overweight adults. Diabetes Obes Metab [Internet]. 2018 [cited 2021 Dec 18];2633–41. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-29923305>.

18 - Uebelhack R, Bongartz U, Seibt S, Bothe G, Chong PW, De Costa P, et al. Double-Blind, Randomized, Three-Armed, Placebo-Controlled, Clinical Investigation to Evaluate the Benefit and



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO E CONTROLE DA OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA  
João Marcos Alves Pereira, Hélio Tavares de Oliveira Neto, Daniel Oliveira Medeiros,  
Paulo Eduardo Soares Fonseca Filho, Artur Vital Leite Silva, Milena Nunes Alves de Sousa

Tolerability of Two Dosages of IQP-AE-103 in Reducing Body Weight in Overweight and Moderately Obese Subjects. *Journal of Obesity* [Internet]. 2019;2019:3412952. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30863632/>.

19 - Cho Y-G, Jung J-H, Kang J-H, Kwon JS, Yu SP, Baik TG. Effect of a herbal extract powder (YY-312) from *Imperata cylindrica* Beauvois, *Citrus unshiu* Markovich, and *Evodia officinalis* Dode on body fat mass in overweight adults: a 12-week, randomized, double-blind, placebo-controlled, parallel-group clinical trial. *BMC complementary and alternative medicine* [Internet]. 2017 Jul 28 [cited 2021 Dec 18];17(1):375. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28754119/>.

20 - Choudhary D, Bhattacharyya S, Joshi K. Body Weight Management in Adults Under Chronic Stress Through Treatment With Ashwagandha Root Extract. *Journal of Evidence-based Complementary & Alternative Medicine* [Internet]. 2017 Jan 1;22(1):96–106. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5871210/>.

21 - Karimi-Nazari E, Nadjarzadeh A, Masoumi R, Marzban A, Mohajeri SA, Ramezani-Jolfaie N, et al. Effect of saffron (*Crocus sativus* L.) on lipid profile, glycemic indices and antioxidant status among overweight/obese prediabetic individuals: A double-blinded, randomized controlled trial. *Clinical Nutrition ESPEN*. 2019 Dec;34:130–6.

22 - Azushima K, Tamura K, Haku S, Wakui H, Kanaoka T, Ohsawa M, et al. Effects of the oriental herbal medicine Bofu-tsusho-san in obesity hypertension: a multicenter, randomized, parallel-group controlled trial (ATH-D-14-01021.R2). *Atherosclerosis* [Internet]. 2015 May 1 [cited 2021 Dec 18];240(1):297–304. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25818388/>.

23 - Kim S-Y, Oh M-R, Kim M-G, Chae H-J, Chae S-W. Anti-obesity effects of Yerba Mate (*Ilex Paraguariensis*): a randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial. *BMC Complement Altern Med* [Internet]. 2015 [cited 2021 Dec 18];338–8. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-26408319>.

24 – Chandrasekhar K, Kapoor J, Anishetty S. A Prospective, Randomized Double-Blind, Placebo-Controlled Study of Safety and Efficacy of a High-Concentration Full-Spectrum Extract of Ashwagandha Root in Reducing Stress and Anxiety in Adults [Internet]. *Indian journal of psychological medicine*. 2012. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23439798/>.

25 - Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia.. Modificações no comportamento alimentar [Internet]. SBEM; 2021 [cited 2021 Dec 22]. Available from: <https://www.endocrino.org.br/modificacoes-no-comportamento-alimentar/>.