v7.n7.2026

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DA FITOTERAPIA NO ALÍVIO DA DOR EM PACIENTES DA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM SAÚDE: REVISÃO SISTEMÁTICA COM METANALISE

USE OF PHYTOTHERAPY FOR PAIN RELIEF IN PRIMARY HEALTH CARE PATIENTS: A SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS

USO DE LA FITOTERAPIA PARA EL ALIVIO DEL DOLOR EN PACIENTES DE ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD: REVISIÓN SISTEMÁTICA Y METAANÁLISIS

Gabriela Laurine de Medeiros Dantas[1], Salvador Viana Gomes Junior[2], Lucidio Clebeson de Oliveira[3], Gislainy Luciana Gomes Câmara[4]

e778615
https://doi.org/10.47820/recima21.v7i7.8615

PUBLICADO: 07/2026

RESUMO

Os fitoterápicos constituem uma das formas mais antigas de tratamento utilizadas pela humanidade. Originados de conhecimentos populares, culturais e tradicionais, esses produtos têm conquistado espaço significativo no mercado farmacêutico e se destacado como uma estratégia complementar para o manejo da dor. Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo identificar, na literatura científica, fitoterápicos com propriedades terapêuticas para o alívio da dor e evidências que sustentem sua utilização na Atenção Primária à Saúde. Trata-se de uma revisão sistemática da literatura, conduzida a partir de artigos publicados entre 2013 e 2023, indexados nas bases de dados SciELO, PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Embase. Foram incluídos apenas estudos clínicos que avaliaram intervenções com fitoterápicos para o tratamento da dor. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, sete estudos foram selecionados para compor a amostra final. Os resultados evidenciaram o uso das seguintes plantas medicinais: curcuma longa, Miconia albicans, sambucus ebulus, canela, açafrão, oleoressina de mástique, cominho preto e arnica. É possível destacar entre os estudos que arnica e o açafrão, são plantas medicinais que possuem resultados promissores com propriedades terapêuticas para a dor comprovados cientificamente, podendo ser uma forte alternativa para tratamento desta sintomatologia tão comum.

PALAVRAS-CHAVE: Fitoterápicos. Plantas Medicinais. Dor. Atenção Primária em Saúde.

ABSTRACT

Herbal medicines constitute one of the oldest forms of treatment used by humanity. Originating from popular, cultural, and traditional knowledge, these products have gained significant space in the pharmaceutical market and have emerged as a complementary strategy for pain management. In this context, the present study aimed to identify, in the scientific literature, herbal medicines with therapeutic properties for pain relief and evidence supporting their use in Primary Health Care.

[1] Especialista em atenção básica, saúde da família e comunidade – UERN, mestranda Programa de Pós-Graduação Multicêntrico em Ciências Fisiológicas - PPGMCF/UERN.
[2] Doutorando do Programa de Pós-Graduação Multicêntrico em Ciências Fisiológicas - PPGMCF/UERN
[3] Enfermeiro, doutor em psicobiologia pela UFRN, docente da UERN e Programa de Pós-Graduação Multicêntrico em Ciências Fisiológicas - PPGMCF/UERN.
[4] Mestre em Fisioterapia pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - UERN, docente do curso de Fisioterapia na Faculdade Universidade Potiguar – Unp.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

This study is a systematic literature review conducted using articles published between 2013 and 2023 and indexed in the SciELO, PubMed, Virtual Health Library (VHL), and Embase databases. Only clinical studies evaluating herbal interventions for pain treatment were included. After applying the eligibility criteria, seven studies were selected for the final sample. The results identified the use of the following medicinal plants: Curcuma longa, Miconia albicans, Sambucus ebulus, cinnamon, saffron, mastic oleoresin, black cumin, and arnica. Among the studies analyzed, arnica and saffron stood out as medicinal plants with promising results and scientifically supported therapeutic properties for pain relief, representing potential alternatives for the treatment of this highly prevalent symptom.

KEYWORDS: *Herbal Medicines. Medicinal Plants. Pain. Primary Health Care.*

RESUMEN

Los fitoterapéuticos constituyen una de las formas más antiguas de tratamiento utilizadas por la humanidad. Originados a partir de conocimientos populares, culturales y tradicionales, estos productos han adquirido un espacio significativo en el mercado farmacéutico y se han destacado como una estrategia complementaria para el manejo del dolor. En este contexto, el presente estudio tuvo como objetivo identificar, en la literatura científica, fitoterapéuticos con propiedades terapéuticas para el alivio del dolor y evidencias que respalden su utilización en la Atención Primaria de Salud. Se trata de una revisión sistemática de la literatura, realizada a partir de artículos publicados entre 2013 y 2023 e indexados en las bases de datos SciELO, PubMed, Biblioteca Virtual en Salud (BVS) y Embase. Se incluyeron únicamente estudios clínicos que evaluaron intervenciones con fitoterapéuticos para el tratamiento del dolor. Tras la aplicación de los criterios de elegibilidad, siete estudios fueron seleccionados para componer la muestra final. Los resultados evidenciaron el uso de las siguientes plantas medicinales: Curcuma longa, Miconia albicans, Sambucus ebulus, canela, azafrán, oleorresina de mástique, comino negro y árnica. Entre los estudios analizados, el árnica y el azafrán destacaron por presentar resultados prometedores y propiedades terapéuticas para el alivio del dolor respaldadas científicamente, pudiendo constituir alternativas relevantes para el tratamiento de este síntoma tan frecuente.

PALABRAS CLAVE*: Fitoterapia. Plantas Medicinales. Dolor. Atención Primaria de Salud.*

INTRODUÇÃO

O uso de plantas ou derivados vegetais com fins medicinais, em suas diversas formas, tais como cápsulas, comprimidos, pomadas e xaropes, é definido como fitoterapia, sendo os produtos resultantes denominados fitoterápicos. Considerados uma das primeiras formas de tratamento utilizadas pela humanidade, anteriores aos medicamentos produzidos em laboratório, os fitoterápicos têm origem em conhecimentos populares, culturais e tradicionais, representando uma parcela expressiva dos medicamentos disponíveis no mercado. Sua utilização pode ocorrer de forma simples, quando obtidos a partir de uma única planta, ou de forma composta, por meio da associação de diferentes espécies vegetais (Ferreira, Carvalho e Sant'Anna, 2022).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Em 1978, por meio da Declaração de Alma-Ata, a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconheceu os fitoterápicos como recursos terapêuticos com efeitos profiláticos, curativos e paliativos, tornando-os instrumentos importantes na assistência à saúde. No Brasil, a utilização da fitoterapia foi incorporada ao Sistema Único de Saúde (SUS) em 2006, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), que validaram e estimularam seu uso, garantindo sua inserção na rede pública de saúde, especialmente na Atenção Primária à Saúde (APS), principal porta de entrada do SUS (Brasil, 2018; Goés, Silva e Castro, 2019).

A implementação dos fitoterápicos no SUS representa uma alternativa terapêutica voltada à prevenção de agravos e à promoção da saúde, desenvolvida com a participação social e baseada em conhecimentos populares. Além disso, por apresentarem baixo custo e, quando utilizados adequadamente, mínimos efeitos adversos, constituem uma importante estratégia complementar de cuidado. A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) é o órgão responsável pela regulamentação dos medicamentos no Brasil, incluindo os fitoterápicos. O monitoramento da comercialização e a orientação quanto ao uso seguro desses produtos também são realizados pela ANVISA, por meio da publicação de normas e guias orientadores (Ferreira, Carvalho e Sant'Anna, 2022; Brasil, 2022).

A dor é um fenômeno complexo e multifacetado, cujo entendimento ainda é objeto de investigação científica. Trata-se de uma experiência sensorial e emocional desagradável, influenciada por fatores biológicos, psicológicos e sociais, razão pela qual seu relato deve ser valorizado e respeitado. Seja aguda ou crônica, a dor pode ocasionar perda de funcionalidade, alterações no sono, no apetite, na libido e na disposição, além de provocar sentimentos como irritabilidade e tristeza. Consequentemente, afeta o convívio familiar, profissional e social, gerando impactos negativos na qualidade de vida dos indivíduos. Sua ocorrência geralmente está associada a múltiplos fatores, incluindo idade, sexo, doenças osteomioarticulares e cardiovasculares, bem como condições psicológicas, como ansiedade e depressão (Oliveira *et al.*, 2022).

Existem diversas estratégias farmacológicas e não farmacológicas para o tratamento da dor, sendo o uso de fitoterápicos uma das alternativas terapêuticas disponíveis. O incentivo da OMS ao uso de plantas medicinais com finalidade terapêutica está relacionado à sua eficácia no manejo de diferentes condições frequentemente observadas nos sistemas de saúde, incluindo dor, feridas, constipação, artrite, hiperlipidemia e infecções do trato respiratório, entre outras. Além disso, destaca-se o potencial dessa prática para promover a desmedicalização do cuidado,

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

estimulando o autocuidado dos pacientes e contribuindo de forma significativa para a saúde pública (Angelim e Aguiar, 2019).

É notório que os fitoterápicos são amplamente utilizados pela população nos cuidados com a saúde. Sob a perspectiva social, as condições econômicas das famílias configuram-se como um dos principais fatores que favorecem o uso de plantas medicinais, assim como a facilidade de acesso a esses recursos, muitas vezes cultivados nos próprios domicílios. Além disso, algumas Unidades Básicas de Saúde (UBS) já adotam o modelo de Farmácia Viva, destinado ao cultivo, à coleta, ao processamento e à dispensação de plantas medicinais. Nesse contexto, evidencia-se a importância da ampliação dos estudos sobre fitoterapia pelos profissionais de saúde, bem como da valorização dos saberes populares, considerando seu potencial de aplicabilidade na Atenção Primária à Saúde (APS) (Rodrigues, Campos e Siqueira, 2020; Patrício *et al.*, 2022).

De acordo com a Resolução nº 380, de 3 de novembro de 2010, do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO), é autorizada ao fisioterapeuta a utilização da fitoterapia como recurso complementar às suas condutas terapêuticas, desde que possua certificação ou qualificação específica na área de práticas integrativas e complementares. Apesar da crescente inserção da fitoterapia no contexto da Atenção Primária à Saúde e do incentivo ao uso de plantas medicinais por políticas públicas nacionais e internacionais, ainda existem limitações quanto à consolidação das evidências científicas relacionadas à eficácia dos fitoterápicos no manejo da dor. Embora diversos estudos clínicos tenham investigado diferentes espécies vegetais com potencial analgésico, os resultados encontram-se dispersos na literatura, dificultando a identificação dos fitoterápicos que apresentam maior respaldo científico para sua utilização na prática clínica. Dessa forma, observa-se uma lacuna na sistematização dessas evidências, especialmente no contexto da Atenção Primária à Saúde, onde estratégias terapêuticas acessíveis, seguras e de baixo custo são essenciais para o cuidado integral dos usuários.

Considerando a elevada prevalência da dor na população e seu impacto na qualidade de vida, bem como a necessidade de ampliar as opções terapêuticas disponíveis na Atenção Primária à Saúde, torna-se relevante reunir e analisar criticamente as evidências científicas sobre o uso de fitoterápicos para essa condição. Nesse sentido, o presente estudo tem como objetivo identificar, na literatura científica, os fitoterápicos com propriedades terapêuticas para o alívio da dor e analisar as evidências disponíveis acerca de sua eficácia. Parte-se da hipótese de que determinadas plantas medicinais apresentam benefícios clinicamente relevantes para o manejo

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

da dor, podendo constituir alternativas terapêuticas complementares viáveis no contexto da Atenção Primária à Saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática realizada por meio de buscas nas bases de dados eletrônicas SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), PubMed (*National Library of Medicine*), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e Embase, realizadas entre os dias 10 de maio e 24 de julho de 2023. Foram utilizados os seguintes descritores, obtidos no portal Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), para a pesquisa em português: Fitoterapia, Plantas Medicinais, Dor e Atenção Primária à Saúde; e, em inglês: *Phytotherapy, Medicinal Plants, Pain e Primary Health Care*, empregando-se o operador booleano "*AND*" nas estratégias de busca.

Como critérios de inclusão, foram considerados estudos publicados nos últimos dez anos, nos idiomas português e inglês, que apresentassem delineamento de intervenção clínica. Inicialmente, procedeu-se à análise dos títulos e resumos dos estudos identificados. Posteriormente, os artigos selecionados foram lidos na íntegra, sendo excluídos aqueles que não atenderam aos critérios previamente estabelecidos. Com o objetivo de organizar as informações dos estudos incluídos, foi elaborado um quadro contendo os principais aspectos estruturais, como autores, título, metodologia e conclusões (Quadro 2).

Para avaliar a qualidade metodológica dos estudos selecionados, foi utilizada a escala PEDro, desenvolvida por Verhagen e colaboradores no Departamento de Epidemiologia da Universidade de Maastricht, na Holanda. A escala é composta por 11 critérios que auxiliam na avaliação da qualidade metodológica dos estudos, bem como na análise da descrição estatística apresentada (Shiwa *et al.*, 2011). Dessa forma, a escala PEDro foi aplicada para avaliar os artigos selecionados, fornecendo informações acerca da validade interna e da possibilidade de replicação dos estudos (Quadro 3).

A seleção dos estudos seguiu as recomendações do protocolo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), amplamente utilizado para orientar e aprimorar a condução de revisões sistemáticas e metanálises (Galvão; Pansani, 2015).

Assim, esta revisão foi conduzida nas bases de dados eletrônicas selecionadas e seguiu o método supracitado, com o intuito de aumentar sua qualidade metodológica e organizar o fluxo de seleção dos estudos, proporcionando maior clareza aos resultados encontrados. Os resultados das buscas estão descritos no Quadro 1.

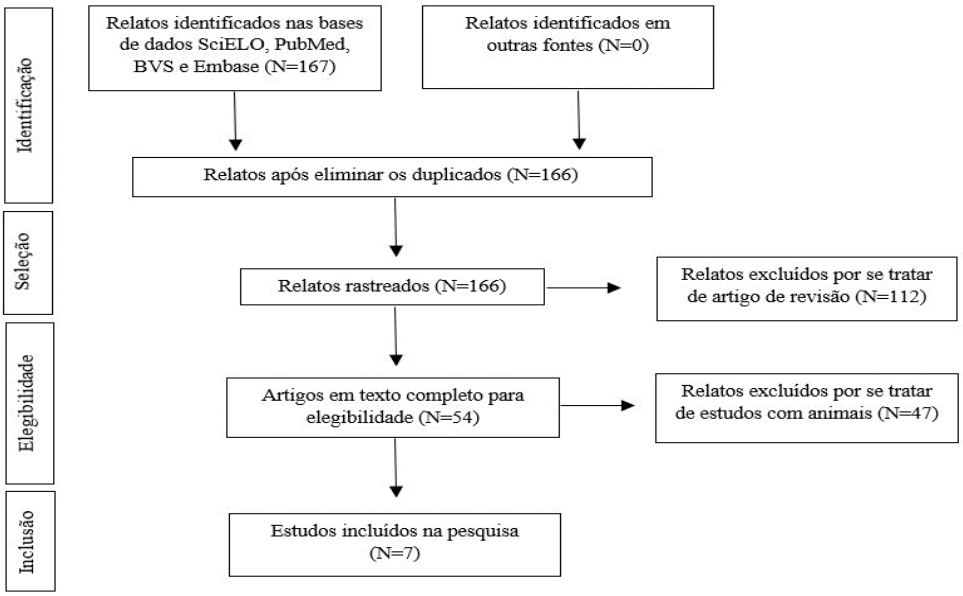
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

O *software Review Manager (RevMan),* versão 5.4, da Colaboração *Cochrane*, foi utilizado para conduzir a análise dos dados. Para a apresentação dos resultados da metanálise, foi utilizado o gráfico de floresta (*Forest Plot*). O método estatístico empregado foi o da variância inversa (*Inverse Variance*), utilizando-se o modelo de efeitos aleatórios (*Random Effects*). A medida de efeito foi expressa pela diferença média padronizada (*Standardized Mean Difference – SMD*), com intervalo de confiança de 95% (*Confidence Interval – CI*), sendo esses parâmetros calculados para todas as variáveis analisadas.

RESULTADOS

Ao utilizar os descritores Fitoterapia, Plantas Medicinais, Dor e Atenção Primária em Saúde encontramos 167 estudos, onde foram 10 na SciELO, 26 na PubMed, 111 na BVS e 20 na Embase, ao final da implementação dos critérios de inclusão finalizamos com 7 artigos como mostra o fluxograma abaixo (Quadro 1).

Quadro 1. Fluxograma dos estudos selecionados de acordo com a recomendação PRISMA



Fonte: dados da pesquisa (2023).

Após a seleção dos 7 artigos, foi realizada a leitura na íntegra e análise dos resultados obtidos em cada intervenção clínica executada, onde as principais informações de cada estudo estão descritas no quadro 2.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Quadro 2. Descrição dos artigos selecionados para análise na íntegra

Autor/Ano	Título	Método	Conclusão
Gomes *et. al.,* 2021	*Miconia albicans and Curcuma longa herbal medicines positively modulate joint pain, function and inflammation in patients with osteoarthritis: a clinical study*	Estudo longitudinal de análise, intervenção e reanalise com 24 pacientes com osteoartrite de joelho. Os indivíduos foram alocados em três grupos para tratamento com uso do Ibuprofeno (duas doses diárias de 600mg), *Curcuma Longa* (duas doses diárias de 500mg) e *Miconia Albicans* (duas doses diárias de 500mg) durante 30 dias.	A *Curcuma Longa* e *Miconia Albicans* reduzem a dor, inflamação e derrame articular em joelho com osteoartrite, acarretando melhor funcionalidade. Portanto, as plantas medicinais são mais eficazes e segura, tendo em vista que o Ibuprofeno possui efeito colaterais e riscos devido a duração e dose.
Jabbari *et al.* 2016	*Efficacy and short-term safety of topical Dwarf Elder (Sambucus ebulus L.) versus diclofenac for knee osteoarthritis: a randomized, double-blind, active-controlled trial*	Estudo randomizado, duplo-cego, controlado por ativo foi realizado com 79 pacientes com osteoartrite de joelho com dor de pelo menos três meses distribuídos em grupo *Sambucus. ebulus* ou diclofenaco gel para aplicação tópica sobre o joelho três vezes ao dia por quatro semanas.	Melhora significativa na dor e função no grupo com o uso *Sambucus. ebulus* sendo uma alternativa eficaz para o tratamento de dores em pacientes com osteoartrite de joelho.
Jahangirifar, Taebi e Dolatian, 2018	*The effect of Cinnamon on primary dysmenorrhea: A randomized, double-blind clinical trial*	Ensaio clínico duplo-cego com 80 mulheres que sofriam com dismenorreia primária, divididas em grupo de intervenção com uso de 1000 mg de canela e grupo placebo com 1000 mg de amido, ambos três vezes ao dia durante as primeiras 72 horas do fluxo menstrual por dois ciclos contínuos.	O uso de canela diminui significativamente a dor menstrual e não levou a efeitos colaterais. Assim, mostrou que a canela pode ser usada no tratamento da dismenorreia primária sendo de boa aceitabilidade, fácil disponibilidade e com bom custo-benefício.
Meamarbashi e Rajabi, 2015	*Preventive effects of 10-day supplementation with saffron and indomethacin on the delayed-onset muscle soreness*	Estudo randomizado e duplo-cego com 39 jovens do sexo masculino não ativos submetidos a um protocolo de exercício, divididos em três grupos, uso de açafrão, 300 mg ao dia, indometacina, 25 mg três vezes ao dia, e controle com capsulas	Em 10 dias o açafrão teve efeitos preventivos na dor muscular tardia em comparação a indometacina e placebo. Valendo salientar, que o grupo do açafrão houve um aumento de força muscular que não se percebeu nos outros dois

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

		placebo, em uma semana antes e três dias após o exercício. Sendo avaliados 10 dias antes e 24, 48 e 72 horas após o protocolo.	grupos. Portanto, observa-se um grande potencial desta planta para o desempenho de indivíduos no esporte.
Moudi *et al.* 2018	*Effects of mastic oleoresin on wound healing and episiotomy pain: a mixed methods study*	Foi realizado uma coleta de informações com curandeiros e mulheres que fizeram uso do oleoressina de *mástique* (MO) em seguida feito um ensaio controlado e randomizado com 147 mulheres distribuídas em grupo intervenção com cuidados de rotina e uso de MO (15g através do fumo) e controle apenas com cuidados de rotina por três dias, sendo avaliadas quanto a dor e a cicatrização.	O uso do oleoressina de *mástique* não obteve estatisticamente diferença significativa de intensidade da dor, no processo cicatrização se apresentou melhor em comparação com o grupo controle, porém não foi uma diferença expressiva.
Salimzadeh *et al.*, 2017	*Effect of an orally formulated processed black cumin, from Iranian traditional medicine pharmacopoeia, in relieving symptoms of knee osteoarthritis: a prospective, randomized, double-blind and placebo-controlled clinical trial*	Ensaio clínico, randomizado e duplo-cego em 110 indivíduos com osteoartrite de joelho, avaliados quanto a dor, função e qualidade de vida. O grupo placebo recebeu capsulas com amido de milho e o de intervenção capsulas com cominho preto, para uso de duas capsulas por via oral antes do café e uma antes do almoço e jantar por duas semanas.	Ambos os pacientes se mostraram satisfeitos com o tratamento, porém, não foi observada diferença significativa estatística na reavaliação entre os grupos.
Silva *et al.*, 2015	*A Clinical Trial with Brazilian Arnica (Solidago chilensis Meyen) Glycolic Extract in the Treatment of Tendonitis of Flexor and Extensor Tendons of Wrist and Hand*	Ensaio duplo-cego com oito pacientes com tendinite dos flexores e extensores do punho e/ou mão em ambos os membros e que não faziam uso de anti-inflamatórios ou analgésicos. Um dos braços foi usado placebo e outro como teste. Aplicações tópicas foram feitas duas vezes ao dia com gel-creme placebo e	Verificou-se que o gel a base de arnica melhorou a percepção de dor em comparação ao uso do placebo. A melhora da força muscular destacou-se com um avanço significativo após o protocolo.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

		gel-creme à base de arnica no local por 21 dias.	

Fonte: dados da pesquisa (2023).

De modo geral, os artigos descritos no quadro abordaram resultados que levam a reflexão sobre o uso das plantas medicinais por indivíduos para tratamento em situações diversas que causam dor. Os estudos de Moudi *et al.* (2018) e Salimzadeh *et al.* (2017) foram os únicos dois dos sete artigos que não obtiveram diferenças estatística entre os grupos. Observou-se que as pesquisas de Jahangirifar, Taebi e Dolatian (2018) e Moudi *et al.* (2018) foram realizadas apenas com pessoas do sexo feminino, no entanto Meamarbashi e Rajabi (2015) interveio apenas em indivíduos do sexo masculino, os outros quatro estudos utilizaram em suas pesquisas indivíduos de ambos os sexos (Gomes *et. al.,* 2021; Jabbari *et al.* 2016; Salimzadeh *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2015).

Visto também que, as investigações realizadas pelos autores tiveram uma variação em relação a idade dos participantes. Jahangirifar, Taebi e Dolatian (2018) e Meamarbashi e Rajabi (2015) reuniram em sua amostra indivíduos entre 18 a 26 anos, porém os estudos de Gomes *et. al.* (2021) e Salimzadeh *et al.* (2017) demonstrou aplicação em indivíduos de 40 a 85 anos de idade. Apenas a intervenção relatada na pesquisa de Silva *et al.* (2015) não revelou a idade dos pacientes que participaram.

Assim, realizamos a análise e descrição dos estudos, na perspectiva de descrever a qualidade metodológica dos 7 artigos selecionados, para isto, utilizou-se a escala PEDro, que se apresenta abaixo (Quadro 3), com 11 critérios de forma a avaliar o que está descrito nos artigos. O critério 1 não é considerado para a pontuação final por se tratar de um item que avalia a qualidade externa, portanto a pontuação final se dá através da soma dos critérios 2 ao 11, variando de 0 a 10 (Shiwa *et al.,* 2011).

Quadro 3. Análise da qualidade metodológica dos artigos através da escala PEDro.

Artigo	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Total
Gomes *et. al.,* 2021			X			X	X	X	X	X	6/10
Jabbari *et al.* 2016	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	10/10
Jahangirifar, Taebi e Dolatian, 2018	X	X	X	X	X	X		X	X	X	9/10
Meamarbashi e Rajabi, 2015	X	X	X	X	X	X		X	X	X	9/10
Moudi *et al.* 2018	X	X	X			X		X	X	X	7/10

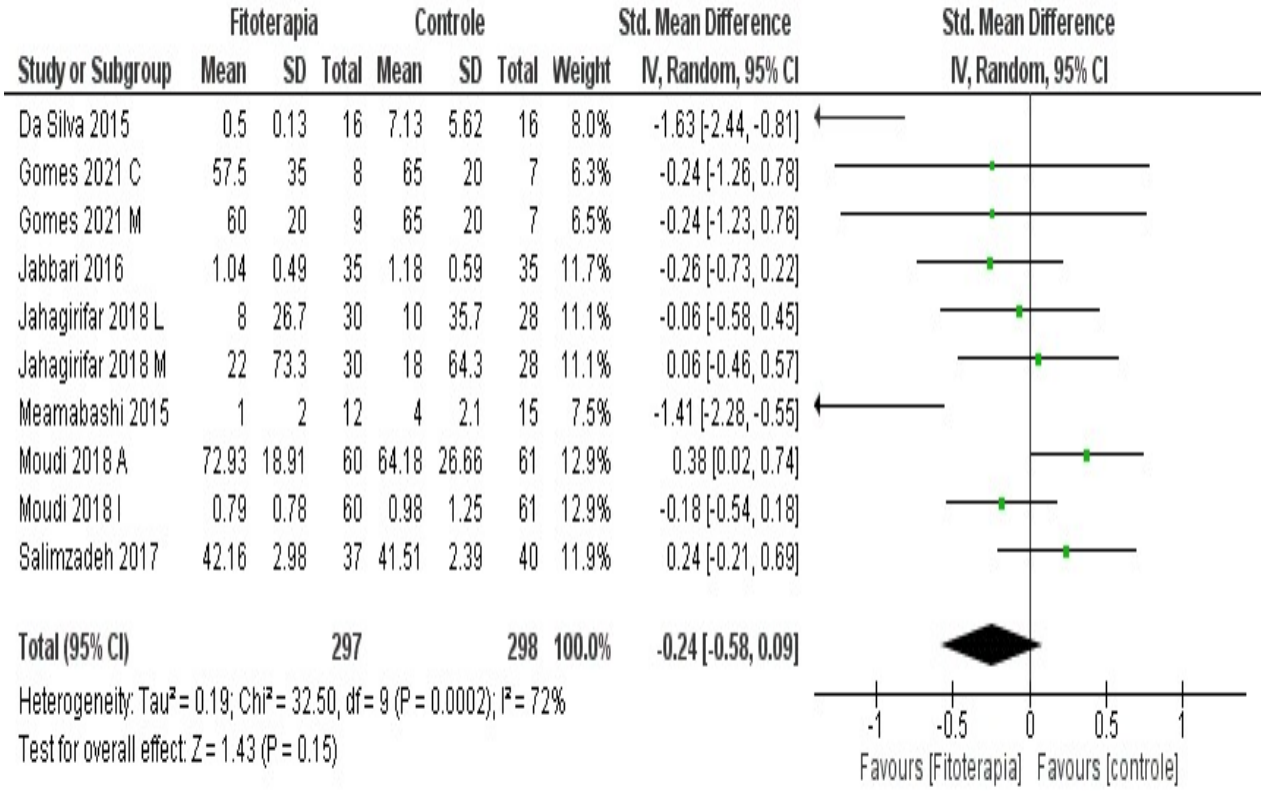
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Salimzadeh *et al.*, 2017	X	X	X	X	X	X		X	X	X	9/10
Silva *et al.*, 2015			X	X				X	X	X	5/10

2. Alocação aleatória dos sujeitos; 3. Alocação secreta dos sujeitos; 4. Grupos com prognósticos semelhantes no início do estudo; 5. Sujeitos cegos; 6. Terapeutas cegos; 7. Avaliadores cegos; 8. Mensuração do resultados-chave em mais de 85% dos sujeitos; 9. Análise de dados por intenção de tratamento; 10. Comparação estatística entre os grupos; 11. Estudos com medidas de precisão e variabilidade.

Para verificar quais extratos tem um potencial resultado em replicação foi realizada a metanálise dos estudos selecionados, observando através de informações chave de cada artigo. Os resultados da metanálise dos dados obtidos nos artigos, foram expostos através do gráfico floresta disponível na Tabela 1.

Tabela 1. Análise dos artigos através da metanálise



Fonte: dados da pesquisa (2023).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

DISCUSSÃO

As queixas dolorosas constituem uma das causas mais frequentes de procura por assistência na Atenção Primária à Saúde (APS). Por se tratar de uma experiência singular, identificada a partir da percepção do indivíduo e influenciada por múltiplos fatores, a dor acarreta impactos significativos na qualidade de vida, interferindo nas atividades laborais, domésticas e pessoais, além de afetar o humor e o bem-estar psicológico. Dessa forma, pode contribuir para o desenvolvimento ou agravamento de condições como ansiedade e depressão (Santos; Souza, 2021). Os anti-inflamatórios e analgésicos são amplamente utilizados para o alívio desses sintomas; contudo, muitas vezes não atuam sobre a progressão da condição causadora da dor e podem estar associados a importantes efeitos adversos (Xiao *et al.*, 2024).

No contexto do pluralismo terapêutico, os fitoterápicos são amplamente consumidos em todo o mundo. Bailly (2024) destaca que países como China e Japão incorporam rotineiramente combinações de plantas medicinais em seus sistemas de saúde para o tratamento de diversas patologias. Atualmente, os fitoterápicos contribuem para o processo de desmedicalização do cuidado. Entretanto, para sua utilização adequada, é fundamental que os profissionais de saúde possuam conhecimento sobre suas indicações, benefícios e possíveis riscos, favorecendo o uso racional, seguro e eficaz dessas terapias e minimizando a ocorrência de efeitos adversos (Costa *et al.*, 2019; Colet *et al.*, 2015).

Gomes *et al.* (2021), em seu estudo, observaram que oito indivíduos utilizaram *Curcuma longa* e nove utilizaram *Miconia albicans*, sem relatos de efeitos adversos. Em contrapartida, no grupo que utilizou ibuprofeno, composto por sete participantes, dois relataram episódios de diarreia e dor epigástrica. Esses achados sugerem resultados promissores para as plantas medicinais investigadas. Segundo Pedroso, Andrade e Pires (2021), as plantas medicinais apresentam segurança quando utilizadas corretamente. No entanto, seus efeitos adversos nem sempre são adequadamente conhecidos ou divulgados, tornando necessária atenção especial a fatores como forma de uso, parte da planta utilizada, idade e condição clínica do indivíduo, dosagem empregada e tempo de consumo.

No estudo realizado por Jahangirifar, Taebi e Dolatian (2018), a utilização diária de 3 g de canela (*Cinnamomum zeylanicum*) foi capaz de reduzir dores decorrentes da menstruação em mulheres. Corroborando esses achados, Jaafarpour *et al.* (2015) relataram que adolescentes e adultos podem utilizar entre 1,5 g e 4 g de casca de canela seca por dia para obtenção de benefícios à saúde. Por sua vez, Hamidpour *et al.* (2015) observaram que a ingestão de até 6 g diárias de canela não esteve associada à ocorrência de efeitos adversos. Dessa forma, a

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

literatura reforça os benefícios dessa planta medicinal; entretanto, ainda não existe consenso sobre uma posologia padrão, aspecto fundamental para a prescrição segura e eficaz dos fitoterápicos.

Entre as diferentes formas de utilização das plantas medicinais, destaca-se a aplicação tópica. Jabbari *et al.* (2016) investigaram o uso de um gel à base de *Sambucus ebulus*, recomendado como tratamento de primeira linha para osteoartrite, observando redução da dor, melhora funcional e diminuição dos sintomas reumatológicos, atribuídas aos seus efeitos antinociceptivos e anti-inflamatórios. De forma semelhante, Silva *et al.* (2015), ao utilizarem extrato de arnica em creme para o tratamento de tendinite, observaram que a absorção cutânea dos compostos fitoterápicos possibilitou ação local sobre mediadores inflamatórios e neurológicos relacionados à dor, contribuindo para o controle da sintomatologia.

Além de serem empregadas no tratamento de condições agudas e crônicas, as plantas medicinais também podem atuar na prevenção de sintomas. Meamarbashi e Rajabi (2015) demonstraram que o uso de açafrão foi capaz de prevenir a dor muscular de início tardio após a prática de exercícios físicos. Os autores também relataram ganhos significativos de força muscular. Resultados semelhantes foram observados por Gomes *et al.* (2021), que identificaram redução da dor e do derrame articular, e por Jabbari *et al.* (2016), que verificaram diminuição da rigidez articular. Ambos os estudos também relataram melhora funcional em pacientes com osteoartrite de joelho. Esses achados sugerem que os fitoterápicos podem promover benefícios que ultrapassam o controle da queixa principal apresentada pelo paciente.

Entretanto, os estudos analisados também demonstraram que nem todas as intervenções com fitoterápicos apresentam resultados conclusivos. Moudi *et al.* (2018), ao avaliarem a oleorresina de mástique, observaram maior alívio da dor pós-episiotomia no grupo intervenção; contudo, a diferença não foi estatisticamente significativa em comparação ao grupo controle. Da mesma forma, Salimzadeh *et al.* (2017), ao investigarem o uso de cominho-preto em pacientes com osteoartrite de joelho, não encontraram diferenças significativas entre o tratamento ativo e o placebo para redução da dor. Esses resultados evidenciam a necessidade de novos estudos clínicos para melhor elucidar a eficácia dessas intervenções.

Os sete artigos selecionados para esta revisão foram submetidos à avaliação metodológica por meio da escala PEDro. Observou-se que a maioria dos estudos apresentou pontuações superiores à média mundial reportada para publicações científicas, de 5,2 pontos, com desvio-padrão de 1,6, indicando adequada qualidade metodológica e potencial para validação externa dos resultados. Entre os estudos avaliados, um apresentou pontuação equivalente à média (Silva *et al.*, 2015) e seis obtiveram valores superiores (Gomes *et al.*, 2021;

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Jabbari *et al.*, 2016; Jahangirifar, Taebi e Dolatian, 2018; Meamarbashi e Rajabi, 2015; Moudi *et al.*, 2018; Salimzadeh *et al.*, 2017). De modo geral, os estudos alcançaram pontuação média de 7,8 em um total de 10 pontos possíveis.

Na metanálise realizada, observou-se que os fitoterápicos apresentaram benefícios clínicos relevantes para o manejo da dor. Entretanto, a maioria dos estudos não demonstrou diferenças estatisticamente significativas. Exceção foi observada nos estudos de Meamarbashi e Rajabi (2015), com o uso de açafrão, e de Silva *et al.* (2015), utilizando arnica, que apresentaram resultados estatisticamente significativos ($p < 0,05$). Dessa forma, essas plantas medicinais demonstraram evidências mais robustas de eficácia para o tratamento da dor.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados nesta revisão demonstraram que diferentes fitoterápicos apresentam potencial para o manejo da dor, com resultados favoráveis na redução da sintomatologia dolorosa e, em alguns casos, na melhora da funcionalidade, da força e do desempenho muscular. Entre as plantas medicinais investigadas, a arnica e o açafrão destacaram-se por apresentarem os resultados mais consistentes, sugerindo potencial terapêutico promissor para o controle da dor. É importante que novas pesquisas sejam realizadas para mensuração dos efeitos, bem como identificar as posologias mais apropriadas para o uso, assim fazendo a disseminação de uma prática baseada em evidências pelos profissionais integrantes da rede de atenção, promovendo cada vez mais a promoção em saúde no SUS.

REFERÊNCIAS

ANGELIM, Débora Ferreira; AGUIAR, José Junior dos Santos. Uso da fitoterapia no tratamento fisioterapêutico na região Centro-Sul do Ceará. **Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências**, Ceará, v. 2, n. 1, p. 509-519, jan-abr, 2019. Disponível em: https://riec.univs.edu.br/index.php/riec/article/view/31. Acesso em: 25 fev. 2023.

BAILLY, Christian. Efficacy and safety of the traditional herbal medication Chai-Ling-Tang (in China), Siryung-tang (in Republic of Korea) or Sairei-To (in Japan). **Journal Of Ethnopharmacology**, [S.L.], v. 319, p. 117127, jan. 2024. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1016/j.jep.2023.117127. Acesso em: 02 out. 2023.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Orientações sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais**. 2022. Disponível em: https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/medicamentos/publicacoes-sobre-medicamentos/orientacoes-sobre-o-uso-de-fitoterapicos-e-plantas-medicinais.pdf/view. Acesso em: 20 fev. 2023.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Glossário temático: práticas integrativas e complementares em saúde**. 2018. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_tematico_praticas_integrativas_complementares.pdf. Acesso em: 20 fev. 2023.
COFFITO. Resolução COFFITO nº. 380, de 3 de novembro de 2010. 2010. Disponível em: https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=1437. Acesso em: 25 fev. 2023.

COLET, Christiane de Fátima *et al.* Uso de plantas medicinais por usuários do serviço público de saúde do município de Ijuí/RS. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, [S.L.], v. 10, n. 36, p. 1-13, 30 set. 2015. Disponível em: http://dx.doi.org/10.5712/rbmfc10(36)930. Acesso em: 23 set. 2023.

COSTA, Igor de Moura *et al.* Uso de Plantas Medicinais e Fitoterápicos na Atenção Primária à Saúde: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, [S.L.], n. 26, p. 828, 18 jul. 2019. Disponível em: http://dx.doi.org/10.25248/reas.e828.2019. Acesso em: 10 set. 2023.

FERREIRA, Ewerton Elivaldo; CARVALHO, Evellin dos Santos; SANT'ANNA, Carla de Castro. A importância do uso de fitoterápicos como prática alternativa ou complementar na atenção básica: revisão da literatura. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 11, n. 1, p. 44611124643, 11 jan. 2022. Disponível em: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i1.24643. Acesso em: 20 fev. 2023.

GALVÃO, Taís Freire; PANSANI, Thais de Souza Andrade. Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: a recomendação prisma. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, [S.L.], v. 24, n. 2, p. 335-342, jun. 2015. Disponível em: http://dx.doi.org/10.5123/s1679-49742015000200017. Acesso em: 07 abr. 2023.

GOÉS, Ana Cristina Costa; SILVA, Larissa Sonayra Leal da; CASTRO, Nádile Juliane Costa de. USO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS: saberes e atos na atenção primária à saúde. **Revista de Atenção À Saúde**, [S.L.], v. 17, n. 59, p. 53-61, 3 jun. 2019. Disponível em: http://dx.doi.org/10.13037/ras.vol17n59.5785. Acesso em: 20 fev. 2023.

GOMES, Thiago P. O. *et al.* Miconia albicans and Curcuma longa herbal medicines positively modulate joint pain, function and inflammation in patients with osteoarthritis: a clinical study. **Inflammopharmacology**, [S.L.], v. 29, n. 2, p. 377-391, 16 jan. 2021. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1007/s10787-020-00781-9. Acesso em: 14 jul. 2023.

HAMIDPOUR, Rafie *et al.* Cinnamon from the selection of traditional applications to its novel effects on the inhibition of angiogenesis in cancer cells and prevention of Alzheimer's disease, and a series of functions such as antioxidant, anticholesterol, antidiabetes, antibacterial, antifungal, nematicidal, acaracidal, and repellent activities. **Journal Of Traditional And Complementary Medicine**, [S.L.], v. 5, n. 2, p. 66-70, abr. 2015. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1016/j.jtcme.2014.11.008. Acesso em: 24 set. 2023.

JAAFARPOUR, Molouk *et al.* The Effect of Cinnamon on Menstrual Bleeding and Systemic Symptoms With Primary Dysmenorrhea. **Iranian Red Crescent Medical Journal**, [S.L.], v. 17, n. 4, p. 59-67, 22 abr. 2015. Disponível em: http://dx.doi.org/10.5812/ircmj.17(4)2015.27032. Acesso em: 24 set. 2023.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

JABBARI, Marzie *et al.* Efficacy and short-term safety of topical Dwarf Elder (Sambucus ebulus L.) versus diclofenac for knee osteoarthritis: a randomized, double-blind, active-controlled trial. **Journal Of Ethnopharmacology**, [S.L.], v. 188, p. 80-86, jul. 2016. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1016/j.jep.2016.04.035. Acesso em: 30 jul. 2023.

JAHANGIRIFAR, Maryam; TAEBI, Mahboubeh; DOLATIAN, Mahrokh. The effect of Cinnamon on primary dysmenorrhea: a randomized, double-blind clinical trial. **Complementary Therapies In Clinical Practice**, [S.L.], v. 33, p. 56-60, nov. 2018. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.08.001. Acesso em: 15 jul. 2023.

MEAMARBASHI, Abbas; RAJABI, Ali. Preventive Effects of 10-Day Supplementation With Saffron and Indomethacin on the Delayed-Onset Muscle Soreness. **Clinical Journal Of Sport Medicine**, [S.L.], v. 25, n. 2, p. 105-112, mar. 2015. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1097/jsm.0000000000000113. Acesso em: 15 jul. 2023.

MOUDI, Zahra *et al.* Effects of mastic oleoresin on wound healing and episiotomy pain: a mixed methods study. **Journal Of Ethnopharmacology**, [S.L.], v. 214, p. 225-231, mar. 2018. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1016/j.jep.2017.12.028. Acesso em: 29 jul. 2023.

OLIVEIRA, Ana Catharinny da Silva de *et al.* Espécies vegetais de uso popular no tratamento da dor: uma revisão sistemática. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 11, n. 2, p. 22511-225608, 23 jan. 2022. Disponível em: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25608. Acesso em: 25 fev. 2023.

PATRÍCIO, Karina Pavão *et al.* O uso de plantas medicinais na atenção primária à saúde: revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 27, n. 2, p. 677-686, fev. 2022. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232022272.46312020. Acesso em: 16 mar. 2023.

PEDROSO, Reginaldo dos Santos; ANDRADE, Géssica; PIRES, Regina Helena. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. **Physis**: Revista de Saúde Coletiva, [S.L.], v. 31, n. 2, p. 1-19, 2021. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312021310218. Acesso em: 23 set. 2023.

RODRIGUES, Mariana Leal; CAMPOS, Carlos Eduardo Aguilera; SIQUEIRA, Bianca Alves. A fitoterapia na Atenção Primária à Saúde segundo os profissionais de saúde do Rio de Janeiro e do Programa Mais Médicos. **Cadernos Ibero-Americanos de Direito Sanitário**, [S.L.], v. 9, n. 4, p. 28-50, 16 dez. 2020. Disponível em: http://dx.doi.org/10.17566/ciads.v9i4.637. Acesso em: 16 mar. 2023.

SALIMZADEH, Ahmad *et al.* Effect of an orally formulated processed black cumin, from Iranian traditional medicine pharmacopoeia, in relieving symptoms of knee osteoarthritis: a prospective, randomized, double-blind and placebo-controlled clinical trial. **International Journal Of Rheumatic Diseases**, [S.L.], v. 20, n. 6, p. 691-701, 5 abr. 2017. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1111/1756-185x.13066. Acesso em: 16 jul. 2023.

SANTOS, Josenaide Engracia; SOUZA, Rozemere Cardoso. Dor que Fala, Dor que Cala: sentidos da dor para usuários da atenção primária. **Revista Psicologia e Saúde**, [S.L.], p. 125-139, 3 ago. 2021. Disponível em: http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v13i1.893. Acesso em: 10 set. 2023.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

SHIWA, Sílvia Regina *et al.* PEDro: a base de dados de evidências em fisioterapia. **Fisioterapia em Movimento**, [S.L.], v. 24, n. 3, p. 523-533, set. 2011. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1590/s0103-51502011000300017. Acesso em: 03 abr. 2023.

SILVA, Ary Gomes da *et al.* A Clinical Trial with Brazilian Arnica (Solidago chilensis Meyen) Glycolic Extract in the Treatment of Tendonitis of Flexor and Extensor Tendons of Wrist and Hand. **Phytotherapy Research**, [S.L.], v. 29, n. 6, p. 864-869, 11 mar. 2015. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1002/ptr.5323. Acesso em: 16 jul. 2023.

XIAO, Ting *et al.* Ameliorative effect of Alangium chinense (Lour.) Harms on rheumatoid arthritis by reducing autophagy with targeting regulate JAK3-STAT3 and COX-2 pathways. **Journal Of Ethnopharmacology**, [S.L.], v. 319, p. 117133, jan. 2024. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1016/j.jep.2023.117133. Acesso em: 03 out. 2023.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.