CONAPICS
DE 19 A 22 DE ABRIL DE 2021
ISBN: 978-65-86861-96-9

USO DA LARANJA DOCE (CITRUS SINENSIS) COMO OPÇÃO FITOTERÁPICA NO TRATAMENTO DA OBESIDADE

Congresso Online Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 2ª edição, de 19/04/2021 a 22/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-96-9

MANGANELLI; Luciane Aparecida Gonçalves [1], VIEIRA; Wilcler Hott [2], FONSECA; Yago Soares [3], ARAÚJO; Lilian Lima de [4], CORREIA; Aline Prates [5]

RESUMO

A obesidade é um dos maiores desafios de saúde pública global, considerada como uma Doença Crônica Não Transmissível (DCNT), de caráter multifatorial envolvendo aspectos ambientais, genéticos, biológicos e socioculturais. A busca e aceitação da população em geral por produtos naturais vem sendo alimentado nos últimos anos pela implementação de políticas públicas possibilitando um resgate às plantas medicinais e fitoterápicas e até um olhar mais atento para esses produtos. Em 2006, foram regulamentadas no Sistema Único de Saúde (SUS), práticas integrativas e complementares por meio das portarias nº 971/2006, e nº 1.600/2006, que aprovaram a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) já incluindo práticas com plantas medicinais e fitoterapia em seu escopo e atualmente essa política contempla 29 práticas na sua última atualização em 2018 (MANGANELLI et al, 2020). Apesar da implementação desta política, ainda existem muitas dificuldades para maior uso da fitoterapia, decorrente do conhecimento insuficiente das plantas medicinais pelos profissionais de saúde, ou pela incredulidade sobre a eficácia do tratamento por parte dos usuários e dos profissionais ou ainda o acesso ao fitoterápico não estar facilitado apesar do valor ser mais acessível (FIGUEIREDO; GURGEL; GURGEL JUNIOR, 2014). Este estudo objetivou analisar o uso da Laranja doce (Citrus sinensis) como opção fitoterápica no tratamento da obesidade. Trata-se de uma revisão sistemática realizada em fevereiro de 2021 nas bases de dados da Scielo e PubMed, com o uso dos descritores: Citrus sinensis; diet; insulin; obesity e overweight. Como critérios de inclusão foram selecionados trabalhos dos últimos 10 anos, e como de exclusão os que não atendiam a esse critério. Nos bancos de dados Scielo não foi encontrado nenhum trabalho, e no PubMed existem 8 artigos que atenderam aos critérios de inclusão. O ativo natural extraído da Citrus sinensis, possui antocianinas, responsável pela sua coloração vermelha e descrita como excelente antioxidante, o que as tornam grandes aliadas na prevenção ou retardamento de doenças cardiovasculares, neurodegenerativas e cânceres. O consumo regular de suco dessa laranja reduz os níveis séricos de colesterol total e colesterol de lipoproteína de baixa densidade (LDL-C) o qual melhora a função endotelial, reduzindo assim o risco de aterosclerose. A ingestão diária de suco de laranja vermelha contendo antocianinas melhorou o perfil lipídico dos participantes, reduzindo o colesterol total e o LDL. Também reduziu a proteína C reativa e a pressão arterial e melhorou a sensibilidade à insulina e a atividade antioxidante sérica em voluntários com peso normal

[1] Universidade Federal do Sul da Bahia, luciane.manganelli@cpf.ufsb.edu.br
[2] Universidade Federal do Sul da Bahia, wilcler.hott@gmail.com
[3] Universidade Federal do Sul da Bahia, yagosfos@gmail.com
[4] Universidade Federal do Sul da Bahia, lilianaraujoprof@gmail.com
[5] Universidade Federal do Sul da Bahia, alinepratescorreia@gmail.com

e com excesso de peso (SILVEIRA, 2015). Vários estudos relataram o benefício e efeitos do consumo de flavonóides na obesidade, demonstraram que os mesmos podem regular o ciclo de vida dos adipócitos e o metabolismo dos lipídeos e da glicose, melhorar a função da insulina, aliviar o estresse oxidativo e reduzir a inflamação crônica de baixo grau do tecido adiposo branco (PAN et al, 2019). Evidências destacaram o papel das antocianinas em ratos suplementados por dieta rica em antocianinas, na melhora dos lipídios do sangue, melhora da inflamação, maior diminuição do peso corporal e melhor controle do peso (AZZINI et al, 2017). Desta forma, podemos concluir que no Brasil apesar da PNPIC e do uso tradicional da fitoterapia, poucos estudos são desenvolvidos no sentido de oferecer opções terapêuticas seguras e eficazes obtidas com plantas medicinais. A Citrus sinensis demonstra ser um fitoterápico com evidências no tratamento da obesidade, porém não existem estudos clínicos realizados no Brasil com o tema. AZZINI, E. et al. Effect of red orange juice consumption on body composition and nutritional status in overweight/obese female: a pilot study. Oxidative medicine and cellular longevity, v. 2017, 2017. FIGUEREDO, C. A. de; GURGEL, I. G. D.; GURGEL JUNIOR, G. D. A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 24, p. 381-400, 2014. MANGANELLI, L. A. G. et al. Medicamentos Fitoterápicos utilizados no tratamento da obesidade: uma revisão sistemática. In: PESSOA, D. L. B. Farmácia na atenção e assistência à saúde 2. Ponta Grossa - PR: Atena, 2020. p. 388-416. PAN, M. H. et al. A mixture of citrus polymethoxyflavones, green tea polyphenols and lychee extracts attenuates adipogenesis in 3T3-L1 adipocytes and obesity-induced adipose inflammation in mice. Food & function, v. 10, n. 12, p. 7667-7677, 2019. SILVEIRA J. Q.; DOURADO G. K.; CESAR T. B. Red-fleshed sweet orange juice improves the risk factors for metabolic syndrome. Int J Food Sci Nutr, v. 66(7), p. 830-6, 2015.

PALAVRAS-CHAVE: Citrus sinensis, dieta, insulina, obesidade, sobrepeso.

[1] Universidade Federal do Sul da Bahia, luciane.manganelli@cpf.ufsb.edu.br
[2] Universidade Federal do Sul da Bahia, wilcler.hott@gmail.com
[3] Universidade Federal do Sul da Bahia, yagosfos@gmail.com
[4] Universidade Federal do Sul da Bahia, lilianaraujoprof@gmail.com
[5] Universidade Federal do Sul da Bahia, alinepratescorreia@gmail.com