

E-BOOK

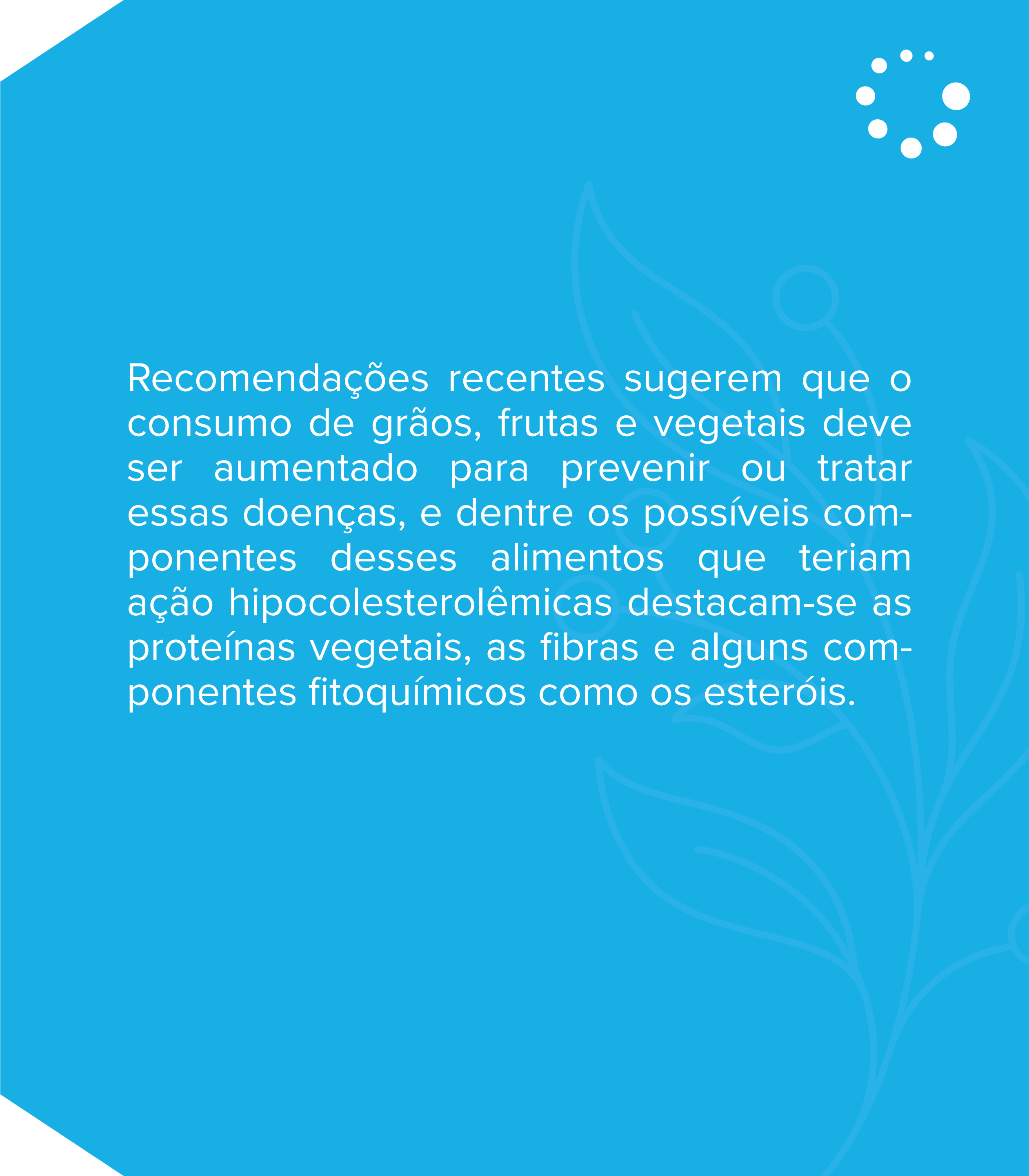
Fitoterapia na

Endocrinologia Cardiologia

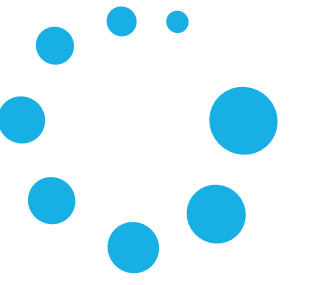


Introdução

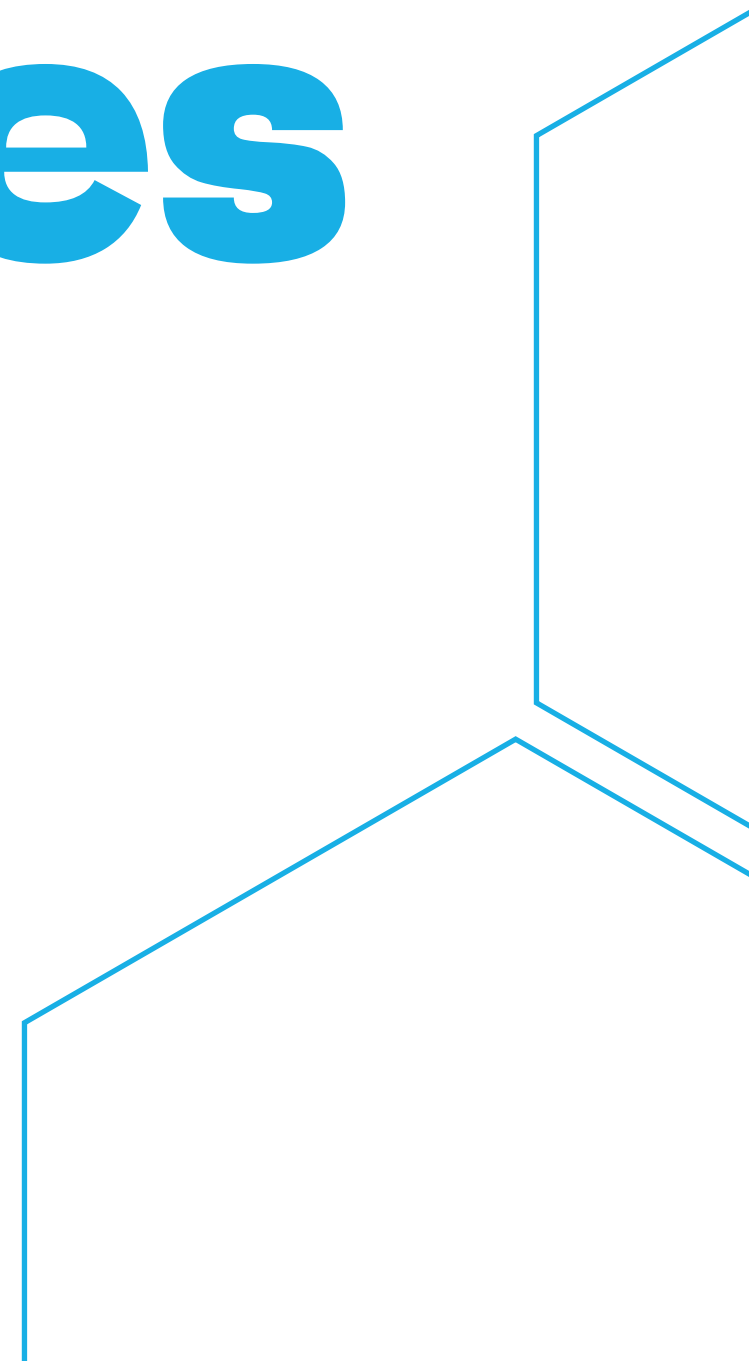
A Doença Cardiovascular (DCV) é considerada um problema de saúde crescente e a principal causa de morte no mundo. No entanto, essa desordem pode ser amenizada através do gerenciamento de vários fatores de risco, incluindo obesidade e sobrepeso, que também estão associados a hiperlipidemia, resistência à insulina, aumento da pressão arterial (PA) e aterosclerose. Por outro lado, evidências indicam que a obesidade pode estar relacionada a enzimas hepáticas elevadas, incluindo transaminase glutâmico-oxaloacético sérica (SGOT), transaminase glutâmico-pirúvico sérica (SGPT) e fosfatase alcalina, o que também pode resultar em doenças hepáticas.

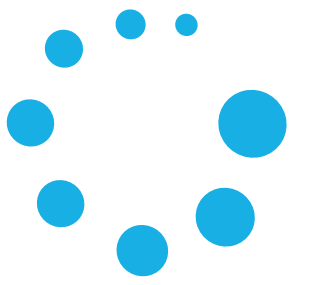


Recomendações recentes sugerem que o consumo de grãos, frutas e vegetais deve ser aumentado para prevenir ou tratar essas doenças, e dentre os possíveis componentes desses alimentos que teriam ação hipocolesterolêmicas destacam-se as proteínas vegetais, as fibras e alguns componentes fitoquímicos como os esteróis.



Formulações





ABACATEIRO AUXILIA NA DIMINUIÇÃO DOS RISCOS CARDIOMETABÓLICOS

SACHÊ REDUTOR DA HIPERCOLESTEROLEMIA

Abacateiro.....1,0 g
Excipiente q.s.p.1 Sachê

Administrar 1sachê ao dia ou conforme a orientação do prescritor.

No mercado magistral,
encontra-se também o óleo da
semente e do fruto com dose
usual de 2 a 4 ml ao dia.

Um estudo conduzido por Wang *et al.* (2015) avaliou os efeitos do consumo de abacate nas doenças cardiovasculares. Comparado com a linha de base, a redução dos níveis de colesterol LDL e do colesterol não HDL no grupo tratado com abacate foi de -13,5 mg/dl e -14,6 mg/dl, superior ($p < 0,05$) ao grupo 2 (-7,4 mg/dl e -4,8 mg/dl) e ao grupo 3 (-8,3 mg/dl e -8,7 mg/dl). A redução da razão entre o colesterol LDL e HDL ocorreu apenas nos pacientes tratados com abacate (-6,6%, $p < 0,0001$). O uso diário de abacate teve efeitos significativos na diminuição de níveis de colesterol total, colesterol LDL e razão entre o colesterol LDL e HDL.

***NIGELLA SATIVA* DIMINUI OS FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES**

CÁPSULAS DE *N. SATIVA*

Nigella sativa.....500 mg
Excipiente q.s.p.1 Cápsula

Administrar 1 cápsula quatro vezes ao dia ou conforme orientação médica.

Neste estudo, pesquisadores avaliaram os efeitos da *Nigella sativa* nos fatores de risco cardiovasculares (RAZMPOOSH *et al.*, 2020). As cápsulas de *Nigella sativa* aumentaram o colesterol de lipoproteína de alta densidade sérica (HDL) e reduziram o colesterol LDL, a razão TC/HDL-c (como um índice aterogênico), a transaminase glutâmico-oxaloacético sérica e a pressão arterial sistólica. Não houve efeito nas medidas de pressão arterial diastólica. As melhorias gerais nos fatores de risco de doenças cardiovasculares (DCV) mostraram efeitos benéficos dos suplementos de *Nigella sativa* entre adultos com obesidade para prevenir possíveis doenças cardiovasculares.

REDUÇÃO DA PRESSÃO SISTÓLICA E PRESSÃO DIASTÓLICA EM INDIVÍDUOS COM HIPERTENSÃO NÃO CONTROLADA

CÁPSULAS DE *EMBLICA OFFICINALIS*

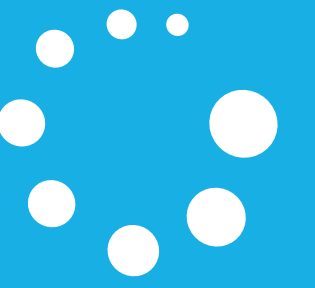
Emblica officinalis.....500 mg

Excipiente q.s.p.1 Cápsula

Administrar 1 cápsula três vezes ao dia (após as refeições) ou conforme orientação médica.

Este estudo randomizado, triplo-cego e placebo-controlado teve como objetivo avaliar os efeitos da combinação de *Emblica officinalis* e terapia padrão na pressão sistólica (PAS) e pressão diastólica (PAD) em indivíduos com hipertensão não controlada (GHAFFARI; NAVABZADEH; ZIAEE; GHOBADI *et al.*, 2020). Oitenta e um pacientes (41 no grupo da droga e 40 no grupo do placebo) completaram o estudo. A PAS diminuiu $15,6 \pm 8,23\%$ no grupo 1 e $6,3 \pm 7,49\%$ no grupo placebo. A PAD diminuiu $12,3 \pm 7,87\%$ no grupo 1 e $3,88 \pm 7,98\%$ no grupo placebo. Nenhum efeito colateral foi relatado durante o estudo. A terapia combinada de oito semanas de *Emblica officinalis* com tratamento o anti-hipertensivo padrão reduziu significativamente a PAS e a PAD em pacientes com hipertensão não controlada.

Referências Bibliográficas



GHAFFARI, S.; NAVABZADEH, M.; ZIAEE, M.; GHOBADI, A. et al. A Randomized, Triple-Blind, Placebo-Controlled, Add-On Clinical Trial to Evaluate the Efficacy of *Emblica officinalis* in Uncontrolled Hypertension. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2020, p. 8592869, 2020/10/07 2020.

RAZMPOOSH, E., SAFI, S., NADJARZADEH, A., FALLAHZADEH, H., ABDOLLAHI, N., MAZAHERI, M., NAZARI, M., & SALEHI-ABARGOUEI, A. (2020). The effect of *Nigella sativa* supplementation on cardiovascular risk factors in obese and overweight women: a crossover, double-blind, placebo-controlled randomized clinical trial. European journal of nutrition, 10.1007/s00394-020-02374-2.

WANG, L. et al. Effect of a moderate fat diet with and without avocados on lipoprotein particle number, size and subclasses in overweight and obese adults: a randomized, controlled trial. J Am Heart Assoc, v. 4, n. 1, p. e001355, Jan 7 2015. ISSN 2047-9980.

