

# Medicina integrativa

A medicina integrativa é a combinação de tratamentos pela medicina convencional e pelas terapias complementares para as quais haja evidências científicas sobre sua segurança e eficácia. Terapias complementares são as práticas que não são consideradas atualmente parte da medicina convencional. Embora muitas modalidades terapêuticas não convencionais já tenham passado pela análise científica, ainda há muito desconhecimento e preconceito por parte dos profissionais de saúde. Esta seção visa informar e atualizar o leitor nessas práticas.

*Marcelo Saad*

*Cristiane Isabela de Almeida*

Editores da seção

## Terapias complementares – cuidados para evitar efeitos adversos

Marcelo Saad<sup>1</sup>, Roberta de Medeiros<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Doutor em Ciências; Membro do Corpo Clínico do Hospital Israelita Albert Einstein – HIAE, São Paulo (SP), Brasil.

<sup>2</sup> Bióloga; Doutora em Fisiologia; Professora titular de Fisiologia do Centro Universitário São Camilo – São Paulo (SP), Brasil.

A Medicina Integrativa é definida como a combinação de terapias médicas convencionais com terapias complementares que apresentem segurança e eficácia baseadas em evidências científicas de alta qualidade. As terapias complementares (TC) formam um grupo de diversos sistemas médicos e de cuidado de saúde, práticas, e produtos que atualmente não são considerados parte da medicina convencional. Terapias complementares são usadas junto com a medicina convencional, diferentemente das terapias alternativas, que são usadas no lugar da medicina convencional<sup>(1)</sup>.

A lista do que é considerado terapia complementar ou alternativa muda continuamente, e as terapias cuja segurança e efetividade vão sendo demonstradas tornam-se parte da medicina convencional. Neste contexto, a acupuntura se destaca por contar com a aprovação e a recomendação de órgãos como a Organização Mundial de Saúde.

Nos últimos anos, pacientes têm manifestado mais o seu desagrado com a medicina convencional devido à sua abordagem cada vez mais técnica, a morbidade pelos efeitos colaterais dos tratamentos e à ausência de cura para algumas doenças. Neste cenário, as terapias

complementares têm se tornado uma opção atraente para muitos pacientes.

As TC são percebidas pela população geral como mais “naturais” e menos agressivas. Embora os efeitos colaterais das TC em geral sejam menores, eles não são negligenciáveis. Por exemplo, muitos produtos botânicos contêm ingredientes ativos potencialmente nocivos<sup>(2)</sup>.

Ao considerar o uso de uma terapia complementar, o profissional da saúde e o paciente devem buscar conhecimento sobre<sup>(3)</sup>: a segurança dessa terapia; a efetividade dela para tratar o problema enfocado e as interações possíveis com outros tratamentos em curso.

O Quadro 1 (adaptado de Beers et al.<sup>(4)</sup>) mostra exemplos de interações possíveis entre alguns suplementos populares e tratamentos da medicina oficial. A tabela não representa uma lista de contraindicações absolutas, mas sim alertas para grupos especiais de pacientes.

Outra área de interesse refere-se à pureza e padronização dos suplementos. Pode haver variação na quantidade de ingredientes ativos. Isto pode ocorrer por variação da origem dos produtos herbários (local de colheita, safra, espécie da planta, etc.).

Como muitos suplementos não são catalogados como medicamentos, seus fabricantes não são obrigados a provar que eles são seguros e efetivos (embora, os suplementos devam ter um histórico de segurança). Consequentemente, poucos suplementos foram rigorosamente estudados sob esses aspectos.

Para beneficiar-se das terapias complementares, o paciente deve observar que:

**Quadro 1.** Algumas possíveis interações de suplementos com drogas

Suplemento	Interações possíveis com drogas
Equinácea	Usada por mais de oito semanas: hepatotoxicidade Usada com drogas hepatotóxicas: ↑ risco de lesão hepática Por estimular sistema imunológico: ↓ efeito de imunossupressores
Alho	Usado com anticoagulantes: ↑ risco de sangramento Usado com hipoglicemiantes: ↑ deste efeito
Ginkgo	Usado com Saquinavir (antirretroviral contra HIV): ↓ dos níveis séricos Usado com anticoagulantes ou anti-inflamatórios: ↑ do risco de sangramento Usado com anticonvulsivantes: ↓ do efeito destes
Ginseng	Usado com IMAOs: ↑ cefaleia, tremor e episódios maníacos Usado com anticoagulantes ou anti-inflamatórios: ↑ do risco de sangramento Usado com hipoglicemiantes: ↑ deste efeito Usado com corticóides ou estrógenos: ↑ do efeito destes Usado com digoxina: ↑ dos níveis séricos desta Usado com IMAOs: ↑ cefaleia, tremores, episódios maníacos Usado com opioides: ↓ do efeito destes
Alcaçuz	Pode levar a alterações do balanço de água, sódico e potássio Usado com antiarrítmicos: ↓ do efeito destes Usado com IMAOs: ↑ cefaleia, tremores, episódios maníacos
Hipérico (erva-de-são-joão)	Usado com ciclosporina e digoxina: ↓ dos níveis séricos destas Usado com indinavir (droga anti-HIV): ↓ dos níveis séricos deste Usado com benzodiazepínicos: ↓ do efeito destes e ↑ efeitos colaterais Usado com IMAOs: ↑ do efeito destes Usado com fluoxetina, paroxetina, sertralina: ↑ do efeito destes Usado com varfarina: ↓ dos níveis séricos destas
Valeriana	Prolongamento do tempo de sedação em anestesia Usado com barbitúricos: ↑ do efeito destes

Fonte: Traduzido e adaptado de: Beers H, editor. The Merck manual of medical information. 2nd ed. New Jersey: Whitehouse Station; 2003.

↑ = aumento / ↓ = diminuição

- o profissional que aplica a TC deve ser escolhido com critério;
- suplementos devem ser de uma fonte confiável;
- nem tudo o que é “natural” é seguro;
- diferentes pacientes respondem de modos diferentes às TC.

Por sua vez, o médico deve ter a iniciativa de: perguntar ativamente ao paciente sobre o uso passado e atual de TC e atualizar-se sobre a segurança e a eficácia das TC.

O mais importante é que o médico conheça essas informações e as discuta abertamente com seus pacientes. Caso contrário há o risco de um paciente buscar um tratamento heterodoxo sem o conhecimento de seu mé-

dico. A falta de orientação pode levar a resultados nocivos. Médico e paciente, em decisão conjunta, podem optar por terapias complementares que sejam seguras e que tenham algum potencial de benefício.

## REFERÊNCIAS

1. Filshie J, Rubens CNJ. Complementary and Alternative Medicine. *Anesthesiol Clin N Am.* 2006;24(1): 81-111.
2. Niggemann B, Grüber C. Side-effects of complementary and alternative medicine. *Allergy.* 2003;58(8):707-16.
3. Drew AK, Myers SP. Safety issues in herbal medicine: implications for the health professions. *Med J Aust.* 1997;166(10):538-41.
4. Beers H, editor. The Merck manual of medical information. 2nd ed. New Jersey: Whitehouse Station; 2003.