



A CONTRIBUIÇÃO DA FITOTERAPIA NA SAÚDE ÍNTIMA FEMININA: UMA REVISÃO NARRATIVA

THE CONTRIBUTION OF PHYTOTHERAPY TO WOMEN'S INTIMATE HEALTH: A NARRATIVE REVIEW

Ana Gabriela Vieira MIRANDA¹, Felipe César BISELLI¹, Neuler SCAPIN¹, Jessica Kamiyama Guimarães PESCAROLI¹, Leandra Vitória Martins FERNANDES¹, Caroline Larissa BORTOLUZO¹, Arthur Chiaparini Esteves GOMES¹, Leandro Junio Fernandes MACHADO¹, Simone Gélio Silva CHIECCHI¹, Jéssica Gisleine de OLIVEIRA¹

¹Departamento de Medicina, Universidade Brasil, Fernandópolis, Brasil

Autores correspondentes:

Jéssica Gisleine de Oliveira

jessicag.oliveira21@outlook.com

Como citar: Miranda AGV, Biselli FC, Scapin N, Pescaroli JKG, Fernandes LVM, Bortoluzo CL, et al. A contribuição da fitoterapia na saúde íntima feminina: uma revisão narrativa. *Biosciences and Health*. 2024; 02:1-6.

RESUMO

Este estudo oferece uma análise abrangente e aprofundada do potencial terapêutico da fitoterapia na saúde íntima feminina (SIF), abordando de maneira crítica tanto os benefícios reportados quanto as limitações e riscos inerentes ao uso de plantas medicinais no manejo de condições ginecológicas. O objetivo do estudo foi investigar sistematicamente a aplicabilidade da fitoterapia nesse contexto, enfatizando sua relevância clínica. A metodologia consistiu em uma revisão narrativa da literatura, com seleção de estudos publicados entre 2013 e 2024. Três estudos principais foram analisados, evidenciando contribuições significativas da literatura sobre a utilização da fitoterapia na SIF. Conclui-se que, apesar de promissora a fitoterapia na SIF, ainda demanda ensaios clínicos controlados que possam consolidar protocolos padronizados e seguros para sua incorporação eficaz na prática clínica.

Palavras-chave: Medicina herbal; Saúde ginecológica; Ervas medicinais; Tratamento alternativo.

ABSTRACT

This study provides a comprehensive and in-depth analysis of the therapeutic potential of phytotherapy in female intimate health (FIH), critically addressing both the reported benefits and the inherent limitations and risks associated with the use of medicinal plants in managing gynecological conditions. The objective was to systematically investigate the applicability of phytotherapy in this context, emphasizing its clinical relevance. The methodology consisted of a narrative literature review, selecting studies published between 2013 and 2024. Three primary studies were analyzed, highlighting significant contributions from the literature regarding the use of phytotherapy in FIH. It is concluded that, although promising phytotherapy in FIH, still requires controlled clinical trials to establish standardized and safe protocols for its effective incorporation into clinical practice.

Keywords: Herbal medicine; Gynecological health; Medicinal herbs; Alternative treatment.

1. Introdução

A fitoterapia constitui uma prática milenar fundamentada no uso de plantas medicinais e seus metabólitos secundários para fins terapêuticos. Embora historicamente transmitida por meio do empirismo cultural, sua aceitação tem aumentado devido às evidências crescentes sobre suas propriedades bioativas, bem como às limitações das terapias farmacológicas convencionais [1,2]. No Brasil, a incorporação da fitoterapia na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares reflete uma iniciativa institucional de promover abordagens terapêuticas holísticas e acessíveis [3].

No âmbito da saúde íntima feminina, a utilização de fitoterápicos tem demonstrado potencial na abordagem de condições prevalentes, como vaginites, dismenorrea, síndrome dos ovários policísticos (SOP) e distúrbios hormonais [4]. Tais disfunções comprometem significativamente a qualidade de vida, resultando em impactos multifatoriais que englobam dimensões físicas, emocionais e sociais. Conseqüentemente, a busca por terapias complementares com propriedades anti-inflamatórias, antioxidantes e moduladoras hormonais tem sido intensificada.

Entretanto, a fitoterapia aplicada à saúde íntima feminina é permeada por desafios substanciais, notadamente a escassez de ensaios clínicos randomizados, a ausência de padronização de dosagens e a variabilidade na resposta biológica individual. Adicionalmente, a disseminação de informações não verificadas cientificamente, frequentemente amplificada por mídias sociais, acentua os riscos do uso inadequado e sem supervisão profissional. A coexistência desses fatores evidencia a necessidade premente de um embasamento científico robusto, respaldado por estudos que garantam a segurança e a eficácia dos fitoterápicos [5].

Essa lacuna no conhecimento torna-se especialmente relevante em um cenário onde a fitoterapia é amplamente promovida na mídia e nas redes sociais, frequentemente sem a devida orientação profissional. A divulgação indiscriminada de informações não validadas cientificamente pode levar ao uso inadequado de fitoterápicos, expondo as mulheres a riscos desnecessários. Portanto, existe uma demanda por estudos que avaliem de forma criteriosa os potenciais benefícios e riscos desses tratamentos, visando orientar a comunidade médica e o público em geral. Neste contexto, o presente estudo objetiva analisar criticamente o potencial terapêutico da fitoterapia na saúde íntima feminina, identificando suas contribuições e limitações atuais, bem como as lacunas existentes na literatura.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, que buscou integrar e analisar criticamente os principais estudos relacionados ao uso de fitoterápicos em condições ginecológicas comuns. Optou-se pela revisão narrativa devido à sua adequação para apresentar uma análise qualitativa das evidências disponíveis, considerando a heterogeneidade metodológica dos estudos existentes.

2.1 Critérios de Inclusão e Exclusão

Foram selecionados estudos publicados entre 2013 e 2024, contemplando artigos originais, revisões sistemáticas e relatórios institucionais que abordaram o uso de plantas medicinais na saúde íntima feminina. Estudos que não apresentaram dados sobre segurança, eficácia ou aplicação clínica dos fitoterápicos foram excluídos.

2.2 Coleta de Dados

A busca foi realizada em bases de dados indexadas, como Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed, LILACS e SciELO. Os descritores utilizados incluíram "medicina herbal", "saúde ginecológica", "ervas medicinais" e "tratamento alternativo", com filtros aplicados para idiomas português e inglês.

2.3 Análise dos Dados

Os estudos selecionados foram avaliados quanto à qualidade metodológica, à consistência dos resultados e à relevância para a prática clínica. Foram priorizados estudos que apresentaram dados empíricos sobre os mecanismos de ação, segurança e resultados clínicos obtidos com o uso de fitoterápicos.

3. Resultados

Após uma triagem inicial de 211 artigos, foram selecionados três estudos que abordavam o uso de fitoterápicos na saúde íntima feminina. Os principais dados obtidos estão apresentados na Tabela 1, destacando os achados mais relevantes do estudo.

Tabela 1. Principais desfechos encontrados nos artigos selecionados.

Autores	Título	Objetivos	Principais resultados
Cardoso e Amaral [6]	O uso da fitoterapia durante a gestação: um panorama global.	Realizar uma revisão integrativa da literatura sobre a prevalência do uso da fitoterapia durante a gestação.	A prevalência do uso de fitoterápicos entre gestantes variou significativamente entre os estudos analisados. As plantas mais utilizadas foram camomila, gengibre, alho, menta e equinácea. O estudo destaca que o uso de fitoterápicos durante a gestação é uma prática disseminada globalmente, independentemente de variáveis socioeconômicas e étnico-culturais.
Iranifard et al. [7]	O efeito do açafraão no trabalho de parto e parto: uma revisão sistemática e meta-análise.	Avaliar o efeito do consumo de açafraão sobre o escore de Bishop, ansiedade durante o trabalho de parto e a duração das fases do trabalho de parto.	O consumo de açafraão foi associado à redução dos níveis de ansiedade e à diminuição da duração das fases iniciais e intermediárias do trabalho de parto. Também foi observado um aumento no escore de Bishop, indicando uma maior preparação cervical para o parto. Não foram relatados efeitos adversos significativos, exceto por leves episódios de náusea.
Sousa et al. [8]	Os efeitos da curcumina e seu potencial como tratamento na Síndrome dos Ovários Policísticos	Analisar os efeitos da curcumina, um polifenol presente na cúrcuma, em pacientes com a SOP, e sua possibilidade como tratamento.	Os estudos analisados demonstraram benefícios no uso da curcumina no tratamento da SOP, incluindo possíveis efeitos positivos no metabolismo da glicose e resistência à insulina, variações no perfil lipídico, níveis hormonais e características menstruais.

SOP (síndrome dos ovários policísticos).

4. Discussão

O levantamento de dados revelou que estudos recentes investigam principalmente a eficácia e os riscos de ervas como endro e cúrcuma no tratamento de condições ginecológicas. Esses dados se alinham com pesquisas que exploram as terapias naturais como opções complementares na saúde feminina, destacando benefícios potenciais e áreas que demandam cautela e mais estudos [1]. Além disso, entre os estudos analisados, observam-se diferentes abordagens para o uso de fitoterápicos, como a substituição de medicamentos sintéticos e o uso de compostos anti-inflamatórios naturais, destacando a cúrcuma para a SOP.

Cardoso e Amaral [6] reforçam que o uso de fitoterápicos é uma prática globalmente disseminada e amplamente aceita, independentemente de diferenças culturais e socioeconômicas. Os autores destacam que a segurança e a eficácia dessas substâncias são pontos centrais, mas frequentemente negligenciados, especialmente em contextos onde o acesso à assistência profissional qualificada é limitado. Essa observação converge com os achados de Talebi et al. [9], que discutem o potencial do endro para substituir a ocitocina em gestantes de baixo risco.

No entanto, a segurança do uso de fitoterápicos depende de uma compreensão aprofundada de

suas dosagens e possíveis efeitos colaterais, conforme discutido em diversas revisões sobre fitoterapia [10,11]. Esse aspecto é frequentemente apontado pelos estudos como fundamental para integrar essas substâncias aos tratamentos convencionais de maneira segura. Iranifard et al. [7] destacam que o uso de cúrcuma em condições como a SOP pode oferecer benefícios significativos devido às suas propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes, mas ressaltam a necessidade de estudos adicionais para padronizar protocolos de dosagem, uma vez que as respostas individuais variam amplamente.

Segundo Talebi et al. [9], o uso de endro poderia substituir a ocitocina para induzir o parto em gestantes de baixo risco, apresentando uma alternativa natural para reduzir complicações materno-fetais. Os mesmos autores recomendam o uso da erva para gestantes de baixo risco, devido ao seu potencial benefício no processo de parto. Porém, conforme ressaltado por Van Wyk e Prinsloo [12] e Mansoor et al. [13], a padronização da dosagem e a segurança do endro ainda precisam ser melhor estabelecidas.

Além disso, a pesquisa de Kamal et al. [14] indicou a cúrcuma como uma alternativa promissora no tratamento da SOP devido às suas propriedades anti-inflamatórias, mas as respostas variaram entre as pacientes, sugerindo a necessidade de ajustes de dosagem. No entanto, os autores recomendam mais estudos clínicos para confirmar a eficácia e segurança dessa substância. Sousa et al. [8] corroboram essa perspectiva, afirmando que a curcumina é uma abordagem terapêutica viável para condições ginecológicas, mas requer monitoramento rigoroso para evitar efeitos adversos associados ao uso prolongado. Estudos como o de Porro e Panaro [15] e Rapti et al. [16] apoiam essa perspectiva, afirmando que as respostas individuais à cúrcuma são influenciadas por fatores como idade e estado de saúde, ressaltando a importância de diretrizes mais claras.

Ainda, Morehead et al. [17] levantam uma perspectiva crítica, destacando a escassez de evidências consistentes para algumas ervas, especialmente em doses elevadas ou em uso prolongado. Os autores destacam esta perspectiva, em razão de muitas mulheres se voltarem para suplementos de ervas porque acham que as intervenções farmacológicas são inseguras ou não eficazes [17]. Estudos recentes de Posadzki et al. [18] corroboram essa preocupação, apontando que o uso prolongado e não monitorado de fitoterápicos pode aumentar os riscos de efeitos adversos. No caso de gestantes, Aljofan et al. [19] reforçam a necessidade de orientação profissional para prevenir o uso inadequado. Além disso, os autores recomendam que profissionais de saúde orientem as gestantes sobre possíveis interações herbáceas e medicamentosas, um ponto também discutido por Im et al. [20], que enfatizam a importância de protocolos claros para evitar complicações durante a gestação.

Esses achados sugerem que, apesar dos benefícios potenciais dos fitoterápicos na saúde íntima feminina, é essencial contar com mais estudos controlados e uma padronização cuidadosa. A combinação dos dados dos autores mencionados com outras fontes destaca a relevância do embasamento científico para garantir segurança e eficácia no uso desses tratamentos naturais.

5. Conclusão

A fitoterapia apresenta-se como uma alternativa acessível e potencialmente eficaz para a saúde íntima feminina, oferecendo vantagens em termos de baixo custo e menor dependência de produtos sintéticos. No entanto, para que se torne uma prática amplamente aceita e regulamentada, é fundamental que estudos clínicos rigorosos e orientações adequadas sejam estabelecidos.

Dessa forma, a aprovação da fitoterapia pelo Conselho Federal de Medicina dependerá da ampliação de estudos sobre segurança, eficácia e possíveis interações adversas, promovendo uma prática segura e informada para as mulheres. Reitera-se a importância de mais investigações científicas que possam embasar protocolos específicos para o uso desses fitoterápicos na saúde íntima feminina.

Contribuição dos Autores

Miranda AGV.; Biselli FC.; aquisição de dados, análise e interpretação dos dados, redação do artigo; *Scapin*

N.; *Pescaroli JKG.*; redação do artigo, revisão crítica de conteúdo intelectual; *Fernandes LVM.*; *Bortoluzo CL.*; análise e interpretação dos dados, redação do artigo; *Gomes ACE.*; *Machado LJF.*; *Chiecchi SGS.*; concepção e delineamento, análise crítica do conteúdo intelectual, interpretação e revisão final dos dados; *de Oliveira JG.*; análise crítica do conteúdo intelectual, interpretação e revisão final dos dados. Todos os autores leram e aprovaram a versão final do manuscrito.

Conflitos de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

Aprovação Ética

Não aplicável.

Agradecimentos

Não aplicável.

Referências

1. Silva MCLP, Alcócer JCA, Sousa LB, Costa EC, Pinto ORO, Maciel NS, et al. Fitoterapia como intervenção em saúde da mulher: revisão integrativa da literatura. *Cogit Enferm.* 2020; 25:e71158. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.71158>
2. Pissolato LP, Pissolato LP, Palata AV, Ribeiro GHR, de Sousa UR, Mezanini MB, et al. Alecrim e seus principais efeitos fitoterápicos com impacto na cefaleia crônica: estudo integrativo de uma terapia não convencional para a saúde humana. *BiosHealth.* 2023; 1:1-7. <https://doi.org/10.62331/2965-758X.v1.2023.34>
3. Brasil, Ministério da Saúde. Política Nacional de práticas integrativas e complementares: fitoterapia. Ministério - Editora MS. 2015. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/folder/pnpic_fitoterapia.pdf
4. Sá, CC de, Ribeiro CL, Costa VR de OT. Uso de fitoterápicos na saúde da mulher. *REVISA.* 2023; 12(2):321-329. Disponível em: <https://rdcsa.emnuvens.com.br/revista/article/view/140>
5. Conselho Federal de Medicina. Resolução CFM nº 2.068, de 26 de novembro de 2013. Dispõe sobre a norma específica. Disponível em: <https://sistemas.cfm.org.br/normas/visualizar/resolucoes/BR/2013/2068>
6. Cardoso BS, Amaral VCS. O uso da fitoterapia durante a gestação: um panorama global. *Ciênc Saúde Colet.* 2019; 24(4):1439-50. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.07472017>
7. Iranifard E, Ghezalhesari EM, Yas A. The effect of saffron on labor and childbirth: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Herbal Medicine.* 2022; 10(1):26-31. Disponível em: <https://www.florajournal.com/archives/?ArticleId=802&issue=1&part=A&vol=10&year=202>
8. Sousa CGA, Pereira CNP, Pires BI, Saggiaro VM, Freitas FL, Santana JAPC. Os efeitos da curcumina e seu potencial como tratamento na Síndrome dos Ovários Policísticos. *Contrib Cienc Soc.* 2024; 17(6):e7272. <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.6-031>
9. Talebi F, Malchi F, Abedi P, Jahanfar S. Effect of dill (*Anethum Graveolens* Linn) seed on the duration of labor: a systematic review. *Complement Ther Clin Pract.* 2020; 41:101251. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101251>

10. Ekor M. The growing use of herbal medicines: issues relating to adverse reactions and challenges in monitoring safety. *Front Pharmacol.* 2014; 4:177. <https://doi.org/10.3389/fphar.2013.00177>
11. Zhang J, Onakpoya IJ, Posadzki P, Eddouks M. The safety of herbal medicine: from prejudice to evidence. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2015; 2015:316706. <https://doi.org/10.1155/2015/316706>
12. Van Wyk AS, Prinsloo G. Health, safety and quality concerns of plant-based traditional medicines and herbal remedies. *South African Journal of Botany.* 2020; 133:54-62. <https://doi.org/10.1016/j.sajb.2020.06.031>
13. Mansoor K, Aburjai T, Al-Mamoori F, Schmidt M. Plants with cosmetic uses. *Phytother Res.* 2023; 37(12):5755-5768. <https://doi.org/10.1002/ptr.8019>
14. Kamal DAM, Salamt N, Yusuf ANM, Kashim MIAM, Mokhtar MH. Potential health benefits of curcumin on female reproductive disorders: a review. *Nutrients.* 2021; 7;13(9):3126. <https://doi.org/10.3390/nu13093126>
15. Porro C, Panaro MA. Recent progress in understanding the health benefits of curcumin. *Molecules.* 2023; 28(5):2418. <https://doi.org/10.3390/molecules28052418>
16. Rapti E, Adamantidi T, Efthymiopoulos P, Kyzas GZ, Tsoupras A. Potential applications of the anti-inflammatory, antithrombotic and antioxidant health-promoting properties of curcumin: a critical review. *Nutraceuticals.* 2024; 4:562-595. <https://doi.org/10.3390/nutraceuticals4040031>
17. Morehead A, McInnis LA. Herbal supplements for common women's health issues. *Nurs Clin North Am.* 2021; 56(1):69-78. <https://doi.org/10.1016/j.cnur.2020.10.006>
18. Posadzki P, Watson LK, Ernst E. Adverse effects of herbal medicines: an overview of systematic reviews. *Clin Med (Lond).* 2013; 13:7-12. <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.13-1-7>
19. Aljofan M, Alkhamaiseh S. Prevalence and factors influencing use of herbal medicines during pregnancy in hail, Saudi Arabia: a cross-sectional study. *Sultan Qaboos Univ Med J.* 2020; 20(1):e71-e76. <https://doi.org/10.18295/squmj.2020.20.01.010>
20. Im HB, Ghelman R, Portella CFS, Hwang JH, Choi D, Kunwor SK, et al. Assessing the safety and use of medicinal herbs during pregnancy: a cross-sectional study in São Paulo, Brazil. *Front Pharmacol.* 2023; 14:1268185. <https://doi.org/10.3389/fphar.2023.1268185>

Recebido: 08 Dezembro 2024 | **Aceito:** 17 Dezembro 2024 | **Publicado:** 18 Dezembro 2024



Miranda et al. Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons Attribution CC-BY 4.0, que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o trabalho original seja devidamente citado.