



OBSERVATÓRIO

Plantas, saúde e segurança

O Expresso é parceiro de um projeto sobre o consumo de **medicamentos e produtos naturais**. Conheça os objetivos

A proposta do Observatório de Interações Planta-Medicamento (OIPM/FFUC), criado há 2 anos na Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, é capacitar os cidadãos para saberem os riscos que correm quando, ao fazerem um tratamento com medicamentos, a eles associam vários produtos que vão desde plantas medicinais (algumas com elevado grau de toxicidade), a suplementos ou até aos próprios alimentos. Alertar para a segurança vai ajudar a diminuir os riscos de efeitos secundários graves ou de progressão de doença, contribuindo para a eficácia do tratamento e reduzindo os custos em saúde.

Na próxima campanha o OIPM (www.oipm.uc.pt) vai ajudar a perceber os erros que co-

metemos ao usar determinadas misturas e como podemos e devemos evitá-los. Nas próximas quatro semanas dirigir-se-á a grupos-alvo da população:

1. De 20 a 26 de maio os doentes polimedicados terão oportunidade de receber informação sobre as principais interações que podem ocorrer com os seus medicamentos (ex., para a pressão arterial, colesterol e diabetes).

2. De 27 de maio a 2 de junho a informação é mais dirigida à população saudável mas que de vez em quando toma medicamentos para dormir, ansiolíticos e/ou antidepressivos, algumas vezes anti-inflamatórios ou analgésicos ou mesmo antibióticos.

3. De 3 a 9 de junho serão os adolescentes o foco das atividades do OIPM. Pílulas anticoncepcionais e pílula do dia seguinte, drogas, *smart drugs* e álcool serão alguns dos temas centrais no âmbito das interações que geram e que podem causar danos irreversíveis.

4. De 10 a 17 de junho os doentes oncológicos terão disponível informação sobre alguns dos produtos mais consumidos em paralelo com quimioterapia e os riscos conhecidos que daí podem advir.

Várias plantas que são vendidas como "milagreiras", vindas de Portugal ou de outras partes do globo, são por vezes colhidas diretamente nos campos, o que leva em alguns casos à devastação das mesmas, colocando algumas espécies em vias de extinção. Se a isso acrescentarmos a falta de estudos sobre a sua segurança e eficácia, apenas fica a perda que nos conduz a uma insustentabilidade global de recursos e biodiversidade.

Nos últimos 15 anos a moda do consumo de produtos naturais com fins terapêuticos advém, não do facto de se estar a regressar à medicina tradicional, mas à criação de um negócio bilionário, que foge ao controlo de eficácia e segurança. As pessoas, convencidas de que o que é "na-

tural é bom", compram indiscriminadamente tudo o que lhes propõem alegando que a medicina tradicional é que é boa, esquecendo completamente que a evolução para situações de maior controlo dos produtos que lhes são prescritos foi um longo e doloroso período de investigação científica que criou regras e diretivas para que neste mercado global não andemos a comprar gato por lebre.

A maior parte das vezes os constituintes ativos da planta induzem mais efeitos indesejáveis do que o possível benefício que poderiam vir a causar.

E muitas vezes os doentes, desprevenidos por falta de informação, são induzidos a tomar vários produtos em conjunto com os medicamentos e

quando os acidentes decorrentes das interações acontecem acabam hospitalizados sem perceber a causa.

Alertar para tudo isto são objetivos do OIPM, que conseguiu consolidar um grupo grande de parceiros e que tem feito formação a vários grupos de profissionais de saúde, além de sugerir às indústrias de suplementos alimentares que complementem a informação dos seus produtos nesta área para salvaguarda de quem os consome e da saúde pública em geral.

Texto da responsabilidade de Maria da Graça Campos, coordenadora do Observatório de Interações Planta-Medicamento (OIPM/FFUC) e docente da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra



Projeto

"Aprender saúde entre as plantas e os medicamentos" é um projeto pioneiro do Observatório de Interações Planta-Medicamento financiado pelo Programa COMPETE Ciência Viva/QREN e coordenado por Maria da Graça Campos, que dedicou os últimos 30 anos à investigação científica com plantas e que integra o Grupo Drug Discovery do Centro de Estudos Farmacêuticos da Universidade de Coimbra (UC). A docente da Faculdade de Farmácia da UC, que tem lecionado, além de Farmacognosia (medicamentos a partir de matrizes naturais), Plantas Medicinais e Fitoterapia, juntou colegas de várias áreas científicas e com eles tem reunido e estudado a realidade portuguesa quanto ao consumo concomitante de medicamentos e produtos naturais (plantas medicinais ou alimentos). Avaliaram as interações que podem causar mais danos na saúde e agora estão em condições de começar a devolver à sociedade essa informação. O Expresso é um dos parceiros.