

Fitoterapia Baseada em Evidências. Parte 1. Medicamentos Fitoterápicos Elaborados com Ginkgo, Hipérico, Kava e Valeriana

Rodrigo Fernandes ALEXANDRE,
Fernanda Nath GARCIA & Cláudia Maria Oliveira SIMÕES*

*Laboratório de Farmacognosia, Departamento de Ciências Farmacêuticas, Centro de Ciências da Saúde,
Universidade Federal de Santa Catarina. CEP 88.040-900, Florianópolis, Santa Catarina-SC, BRASIL.*

RESUMO. O uso da fitoterapia tem aumentado consideravelmente. Muitas vezes, estudos não científicos e a experiência popular são valorizados em preferência aos ensaios clínicos, que servem como suporte para as informações sobre indicações de uso, eficácia e segurança dos medicamentos fitoterápicos. A fitoterapia baseada em evidências permite uma avaliação crítica do seu emprego, maximizando seus benefícios e minimizando seus riscos. Através dessa ferramenta, verificou-se que as evidências disponíveis, até o momento, justificam o uso do ginkgo no tratamento da claudicação intermitente, na doença de Alzheimer e na falta de memória e demência associadas com a idade. Há fortes evidências de eficácia do hipérico no tratamento da depressão leve a moderada. A kava é mais eficaz do que o placebo no tratamento sintomático da ansiedade. As evidências são fracas para a utilização da valeriana no tratamento dos distúrbios do sono.

SUMMARY. "Evidence-based Herbal Medicine. Part 1. Phytopharmaceuticals elaborated with ginkgo, St John's Wort, Kava and Valerian". Interest in the use of herbal products has grown significantly in the Western World. Many times non-scientific studies and traditional experiences of use are given more credit than clinical assays. The former may be considered as a support to obtain informations about uses, efficacy and safety of phytopharmaceuticals. Evidence-based herbal medicine allows a critic evaluation of its use as a therapeutic alternative, maximizing its benefits and minimizing its risks. For the phytopharmaceuticals presented here, the evidence available up to this moment show that the use of ginkgo is justified in the treatment of intermittent claudication, Alzheimer's disease, lack of memory and dementia associated with the age. There is strong evidence on the efficacy of St John's Wort in mild to moderate depression, and that Kava is more efficient than placebo in the symptomatic treatment of anxiety. There is not such a clear evidence coming from the application of valerian in sleeping disturbances.

PALAVRAS-CHAVE: Fitoterapia baseada em evidências, Ginkgo, Hipérico, Kava, Valeriana.

KEY WORDS: Evidence-based herbal medicine, Ginkgo, St John's wort, Kava, Valerian.

* Autor a quem a correspondência deverá ser enviada.