

RELATO DE EXPERIENCIA DO USO DE FITOTERÁPICOS NO MANEJO DE TRANSTORNO ALIMENTAR ASSOCIADO A ANSIEDADE LEVE DE USUÁRIOS ACOMPANHADOS NA CLÍNICA-ESCOLA MÁRIO SOPHIA

Mariana S. dos Santos, Ellen S. Magalhães, Beatriz C. Oliveira, Daniel F. C. Campelo, André S. Favre e Meriane P. C. Lima

meriane.carvalho@ifrj.edu.br

No Brasil, observa-se um aumento expressivo no uso de medicamentos para o controle do peso, impulsionado pela elevada demanda pelas canetas de GLP-1. Contudo, o Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA) apresenta forte associação com condições psíquicas, como depressão e ansiedade, configurando um dos principais mecanismos fisiopatológicos relacionados à hipertrofia do tecido adiposo e, conseqüentemente, à obesidade. Este trabalho relata a experiência de atendimentos realizados no Projeto Extensionista FitoSophia, vinculado à Clínica-Escola do Instituto Federal do Rio de Janeiro (IFRJ) – *Campus* Realengo, sob coordenação da Profa. Dra. Meriane Pires, com usuários que apresentavam ansiedade leve associada à compulsão alimentar. As condutas terapêuticas adotadas buscaram promover a qualidade de vida e prevenir o agravamento dos sintomas, utilizando plantas medicinais, medicamentos fitoterápicos e antroposóficos. Observou-se melhora clínica progressiva com o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). O objetivo promoção e educação em saúde através das PICS. Os usuários também receberam acompanhamento nutricional e, em alguns casos, fisioterápico, assegurando uma abordagem interprofissional. Até o momento, o projeto atendeu 65 usuários, com anamnese detalhada, exames laboratoriais e de bioimpedância. Entre eles, 19 apresentavam ansiedade como queixa principal; 16 também referiam compulsão alimentar e ganho ponderal. Esses casos receberam acompanhamento individual, com encaminhamentos à nutrição e psicoterapia, além de prescrição individualizada. Dentre os casos relatados, destaca-se o caso de uma usuária, sexo feminino, 32 anos, que após dois meses de acompanhamento interprofissional apresentou significativa melhora da ansiedade e da compulsão alimentar, além de redução de 5 kg, passando de obesidade grau I a sobrepeso. O tratamento incluiu os extratos de *Cynara scolymus (folium)*, *Griffonia simplicifolia (semen)*, *Melissa officinalis (herba)*, *Passiflora incarnata (folium)* e *Schisandra chinensis (radix)*, os quais atuaram sinergicamente na modulação da ansiedade e do apetite. Assim, evidencia-se o potencial das PICS e da fitoterapia como estratégias eficazes e humanizadas para o manejo da ansiedade e gerenciamento do peso corporal.

Palavras-chave: fitoterapia; práticas integrativas complementares em saúde; ansiedade; gerenciamento de peso.

Área de conhecimento: Ciências da Saúde

Financiamento: IFRJ, CNPq, FAPERJ, CAPES, Grupo Força Viva, Farmácia Hanemaniana Barros Ltda.

