

FITOTERAPIA COMO ALTERNATIVA PARA REDUÇÃO DE SINTOMAS DA MENOPAUSA

Phytotherapy as alternative for reduction of menopause symptoms

<https://doi.org/10.5335/rbceh.?????.?????>

Recebido: ?? de ?? de 20??

Aceito: ?? de ?? de 20??

Publicado: ?? de ?? de 20??

Tatiana Staudt - tatistaudt@gmail.com¹✉, Isabela Cristina Ferreira Barbosa - isabelabarbosa.fb@gmail.com¹ ✉, Nathalia S. Rodrigues-nattsouzarodrigues@gmail.com¹✉, Gabriel Felimberti-gabrielfelimberti12@gmail.com¹✉, Ana Caroline Tissiani - ana.c.t@hotmail.com¹✉, Charise Dallazem Bertol-charise@upf.br¹ ✉

Resumo

A menopausa é a cessação permanente da menstruação, que ocorre aproximadamente com 51 anos. Sintomas como insônia, perda de libido, atrofia vaginal e ondas de calor são relatados como eventos do climatério. Como alternativa à terapia de reposição hormonal, as terapias complementares são consideradas benéficas e eficazes. Compostos bioativos estão ganhando popularidade e importância devido aos numerosos efeitos farmacológicos benéficos que estes compostos apresentam. A utilização de fitoterápicos como o xanthohumol (lúpulo), isoflavonas da soja e Cimicifuga racemosa, estão descritos na literatura. Os flavonoides xanthohumol e 8-prenilnaringenina e, outros, são compostos presentes no lúpulo e conseqüentemente na cerveja com propriedades fitoestrogênicas. As isoflavonas mostram redução dos sintomas da menopausa, bem como melhora na qualidade de vida. A Cimicifuga mostra estudos controversos questionando a redução dos efeitos da menopausa, e, outros a indicação para a terapia de reposição de estrogênios. Preparações à base de lúpulo reduzem sintomas como as frequências das ondas de calor, sintomas de depressão e ansiedade. A ação estrogênica do prenilnaringenina é até 100 vezes mais forte que a das isoflavonas de soja, mostrando-se uma opção terapêutica promissora. A eficácia, segurança e a compreensão dos mecanismos de ação e alvos biológicos destes compostos bioativos auxiliará no desenvolvimento de novas formulações fitoterápicas com o objetivo de beneficiar as mulheres com sintomas no climatério.

Humulus lupulus. Menopausa. Climatério. Plantas. Fitoterapia.



RBCEH

Revista Brasileira de Ciências
do Envelhecimento Humano



CIEEH2022

Congresso Internacional de Estudos do
Envelhecimento Humano



REPRINTE

Rede de Programas Interdisciplinares em Envelhecimento

V SIMPÓSIO REPRINTE

¹Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, Brasil.

Introdução

A menopausa é uma fase da vida da mulher caracterizada pela interrupção do período menstrual como resultado de um declínio natural progressivo na produção de estrogênio e, é acompanhada por sintomas como ondas de calor e suores noturnos que motivam a busca por tratamento. Esses sintomas são o resultado de alterações na termorregulação devido à diminuição dos níveis de estrogênio. Outros sintomas não vasomotores estão relacionados a alterações nos níveis de neurotransmissores, principalmente serotonina, causando depressão, insônia, irritabilidade, perda de libido e dificuldade de concentração. Os níveis reduzidos de estrogênios e andrógenos encontrados nos tecidos periféricos ocasionam secura vaginal, irritação e coceira, designada como síndrome geniturinária da menopausa. A longo prazo, a falta de estimulação estrogênica aumenta o risco de aterosclerose, diminuição da densidade óssea e desenvolvimento progressivo de osteoporose (ŠTULÍKOVÁ et al., 2018).

A busca por novas terapias, especialmente na forma de alimentos ou bebidas, é essencial para tratar as mulheres que preferem os tratamentos naturais ao invés dos tratamentos alopáticos convencionais.

Os fitoestrogênios são compostos principalmente não esteróides polifenólicos derivados de plantas que mimetizam os efeitos dos estrogênios e são estudadas de forma intensiva (ERKKOLA et al., 2010; WUTTKE et al., 2014).

A terapia de reposição hormonal (TRH) são estratégias comuns e eficazes para gerenciar os transtornos na menopausa, porém o número de mulheres que recorrem a TRH tem reduzido dramaticamente, pois riscos gerais para a saúde excedem os benefícios, além de relatos sobre os efeitos adversos da TRH, como ganho de peso, disfunção sexual, depressão, ansiedade, continuação dos fogachos entre outros. A TRH aumenta os riscos de doença cardíaca coronária, acidente vascular cerebral e câncer de mama. Como alternativa a estes transtornos, muitas mulheres têm recorrido a terapias alternativas com remédios a base de fitoterápicos para o alívio dos sintomas, considerando o uso de medicina complementar ou alternativa. Muitos pesquisadores, também têm se concentrado em encontrar os fitoestrogênios, como uma alternativa natural e menos agressiva ao público feminino (AGHAMIRI et al., 2016; CHEN; CHEN, 2021; KREBS et al., 2004; OVERK et al., 2008; SHAHMOHAMMADI et al., 2019).

Neste contexto, este estudo objetivou buscar na literatura se as isoflavonas, o lúpulo e a cimicífuga apresentam benefícios na menopausa cientificamente comprovados.

Materiais e métodos

Este trabalho é uma revisão da literatura onde se utilizou os descritores "xanthohumol", "Menopause" climacteric, ("Biological Products"[Mesh]) AND "Biological Products/therapeutic use", *Humulus lupulus* and menopause, "Hop", "Cimicifuga", "Soy".

As bases de dados consultadas foram: Bases consultadas: Cochrane, Pubmed, Embase, Google Scholar, e não teve delimitação de ano para a pesquisa.

Resultados e discussão

As isoflavonas da soja (daidzeína e genisteína) são os compostos mais importantes dos fitoestrógenos. Possui ação agonista-antagonista do estrogênio e exercem estimulação eletiva dos receptores β -estrogênios (β ERs) com menos afinidade e menor potência do que os estrogênios. Também, estimulam a síntese de globulina de ligação ao hormônio sexual (SHBG); portanto, pode-se esperar segurança no uso de longo prazo (DE FRANCISCIS et al., 2019).

Quanto a cimicífuga, planta disponível comercialmente para tratar sintomas da menopausa, um estudo com dezesseis estudos (envolvendo 2.027 mulheres) encontrou evidências insuficientes para apoiar o uso da cimicífuga para os sintomas da menopausa. Isto se deve a incerteza da maioria dos estudos utilizados na época e sugeriu que mais pesquisas de investigação quanto a eficácia desta planta para alívio dos sintomas da menopausa, enfatizando desfechos como qualidade de vida, saúde óssea, suores noturnos e custo-benefício, com um desenho de estudo rigoroso e relatórios de qualidade dos métodos de estudo (LEACH; MOORE, 2012).

O lúpulo (*Humulus lupulus* L., Cannabaceae), especialmente as flores, é conhecido pelo aroma e sabor que confere à cerveja, principalmente, como determinante do amargor. No entanto, seus usos tornaram-se mais diversificados nos últimos anos. Os flavonoides prenilados apresentam atividade estrogênica. Os flavonóides prenilados representam um grupo de metabólitos secundários encontrados no lúpulo localizados nas glândulas de lupulina, juntamente com resinas e óleos essenciais. Esses constituintes são divididos de acordo com sua estrutura química em chalconas preniladas (xantohumol, desmetilxantohumol) e flavanonas preniladas (6-prenilnaringenina, prenilnaringenina (8-PN)). Enquanto o teor de xantohumol na matéria seca de lúpulo pode ser de até 1%, o teor de 8-PN é mais de 10 vezes menor. A quantidade exata de cada constituinte é difícil de quantificar com precisão, porque as chalconas podem sofrer isomerização, resultando na formação de isômeros, por exemplo, conversão de xantohumol em isoxantohumol após tratamento térmico, e desmetilxantohumol isomeriza em uma mistura racêmica de 6- e 8-prenilnaringenina (LIU et al., 2015; ŠTULÍKOVÁ et al., 2018).

A 8-PN apresenta uma ação estrogênica até 100 vezes mais forte do que as isoflavonas de soja, *in vitro*, além de existirem evidências de que o 8-PN pode ser eficaz contra queixas vasomotoras (AGUIRRE-CRUZ et al., 2020). A 8-PN tem capacidade de reduzir o hormônio luteinizante sérico (LH) e o hormônio folículo estimulante (FSH), aumentar os níveis de prolactina sérica e o peso uterino e para induzir o epitélio hiperplásico vaginal (ABDI; MOBEDI; ROOZBEH, 2016).

Novas terapias são essenciais para reduzir os sintomas da menopausa em mulheres maduras e a fitoterapia parece ser promissora para alívios destes efeitos colaterais.

Conclusão

O uso de isoflavonas e lúpulo como fitoterápicos auxiliam na redução dos sintomas da menopausa e são considerados benéficos e proporcionam bem-estar feminino, já que o uso de TRH traz maiores riscos à saúde. Para a indicação da cimicífuga é necessário que sejam realizados mais ensaios clínicos para confirmar seus benefícios.

Agradecimentos

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES), Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio Grande do Sul (FAPERGS) e Universidade de Passo Fundo.

Referências

- ABDI, F.; MOBEDI, H.; ROOZBEH, N. Hops for Menopausal Vasomotor Symptoms: Mechanisms of Action. **Journal of Menopausal Medicine**, v. 22, n. 2, p. 62, 2016.
- AGHAMIRI, V. et al. The effect of Hop (*Humulus lupulus* L.) on early menopausal symptoms and hot flashes: A randomized placebo-controlled trial. **Complementary Therapies in Clinical Practice**, v. 23, p. 130–135, 1 maio 2016.
- AGUIRRE-CRUZ, G. et al. **Collagen hydrolysates for skin protection: Oral administration and topical formulation**AntioxidantsMDPI AG, , 1 fev. 2020. Disponível em: </pmc/articles/PMC7070905/>. Acesso em: 5 jun. 2021
- CHEN, L. R.; CHEN, K. H. **Utilization of isoflavones in soybeans for women with menopausal syndrome: An overview**International Journal of Molecular SciencesMDPI AG, , 2 mar. 2021. Disponível em: </pmc/articles/PMC8004126/>. Acesso em: 17 maio. 2021
- DE FRANCISCIS, P. et al. **A nutraceutical approach to menopausal complaints**Medicina (Lithuania)MDPI AG, , 1 set. 2019. Disponível em: </pmc/articles/PMC6780855/>. Acesso em: 17 maio. 2021
- ERKKOLA, R. et al. A randomized, double-blind, placebo-controlled, cross-over pilot study on the use of a standardized hop extract to alleviate menopausal discomforts. **Phytomedicine**, v. 17, n. 6, p. 389–396, 1 maio 2010.
- KREBS, E. E. et al. **Phytoestrogens for treatment of menopausal symptoms: A systematic review**Obstetrics and Gynecology, out. 2004.
- LEACH, M. J.; MOORE, V. Black cohosh (*Cimicifuga* spp.) for menopausal symptoms. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, n. 9, 12 set. 2012.
- LIU, M. et al. **Pharmacological profile of xanthohumol, a prenylated flavonoid from hops (*Humulus lupulus*)**MoleculesMDPI AG, , 2015. Disponível em: </pmc/articles/PMC6272297/>. Acesso em: 2 maio. 2021
- OVERK, C. R. et al. In vivo estrogenic comparisons of *Trifolium pratense* (red clover) *Humulus lupulus* (hops), and the pure compounds isoxanthohumol and 8-prenylnaringenin. **Chemico-Biological Interactions**, v. 176, n. 1, p. 30–39, 22 out. 2008.
- SHAHMOHAMMADI, A. et al. The efficacy of herbal medicines on anxiety and depression in peri- and postmenopausal women: A systematic review and meta-analysis. **Post Reproductive Health**, v. 25, n. 3, p. 131–141, 2019.
- ŠTULÍKOVÁ, K. et al. Therapeutic Perspectives of 8-Prenylnaringenin, a Potent Phytoestrogen from Hops. **Molecules : A Journal of Synthetic Chemistry and Natural Product Chemistry**, v. 23, n. 3, 2018.
- WUTTKE, W. et al. **The non-estrogenic alternative for the treatment of climacteric complaints: Black cohosh (*Cimicifuga* or *Actaea racemosa*)**Journal of Steroid Biochemistry and Molecular BiologyElsevier Ltd, , 2014.

Disponível em:

<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23459142/>>. Acesso em: 21 jun. 2021