

Unidade 3

Caso Joana – Dores agudas e crônicas

Unidade 3 - Estudos de Caso



Neste caso vamos conhecer um exemplo do uso de plantas medicinais e fitoterápicos para dor aguda ou crônica.

Joana tem 40 anos e é moradora do bairro Jardins. Ela chega na unidade de saúde Flor de Lis para o atendimento, queixando de dor no quadril e joelho. A recepcionista Eliane inclui a usuária na agenda de demanda espontânea do e-SUS e a encaminha para a consulta médica com a Priscila.



Joana tem osteoartrite de quadril e joelho, Priscila aproveitou a presença da fisioterapeuta na unidade e a chamou para uma consulta compartilhada para aliviar os sintomas da rigidez e dor. Joana estava passando por um grande sobrecarga no trabalho e que o único repouso que fazia no dia era após as 23hs. Durante o horário de trabalho passava praticamente todo o tempo de pé.

Eu vou lhe passar algumas orientações para reduzir sua dor.

Estou sentindo muita dor...

Após a avaliação da Paula, retorne no meu consultório para eu prescrever para você um medicamento fitoterápico que temos disponíveis na nossa farmácia-viva.

Também iremos fazer uma massagem com arnica e aplicação de um cataplasma de argila associada com uma tintura fitoterápica na região.



Paula
(fisioterapeuta)



Joana
(paciente)



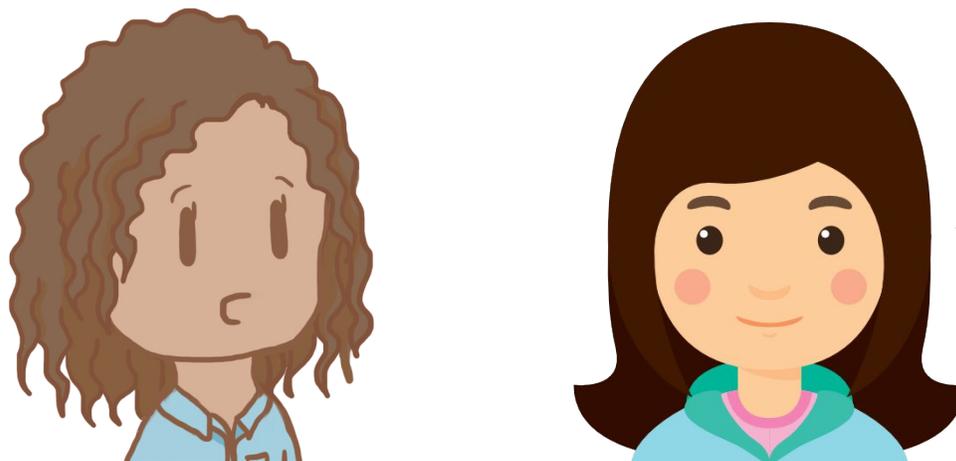
Priscila
(médica)

Como a agenda de Priscila estava cheia, Joana e Paula foram conversar em outro consultório onde a fisioterapeuta aplicou um cataplasma de argila verde com tintura de unha-de-gato. Também lhe orientou exercícios de alongamento para os músculos flexores e extensores do quadril e joelho, flexores plantares e fortalecimento dos mesmos.

Joana, vamos realizar exercícios de alongamento para os músculos flexores e extensores do quadril e joelho, flexores plantares e fortalecimento dos mesmos, totalizando 10 minutos. Finalizaremos a sessão com uma caminhada de 10 minutos no nosso circuito com colchonetes, bambolês, escadas e cones para desviar, trabalhando assim, a coordenação e propriocepção. Também, vamos realizar uma terapia complementar com fitoterapia e a geoterapia.

A argila é formada por 27 minerais, principalmente cálcio e magnésio, e tem indicação para tratamento de inflamações crônicas. Já unha-de-gato (*Uncaria tomentosa* (Willd.) DC.) é uma planta nativa da América do Sul, que tem sido muito utilizada para tratamentos de inflamações crônicas, incluindo a artrite.

Eu não sabia que poderia aplicar esta prática integrativa junto com meus medicamentos.



PLANTAS CICATRIZANTES PARA DOR (uso oral)

Consulte o material em PDF -**Memento terapêutico de Plantas medicinais e Fitoterápico** para lembrar o modo de preparo do cataplasma de unha-de-gato, bem como outras alternativas de plantas medicinais ou medicamentos fitoterápicos que podem ser indicados para diferentes tipos de dor (enxaqueca, cólicas menstruais, dor muscular etc..).



[Clique no documento](#)



***Uncaria tomentosa* (Willd.) DC. (unha-de-gato)**

PARTE UTILIZADA: Cascas.

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA: Osteoartrite de joelho e artrite reumatoide ativa como antiinflamatório.

VIA DE ADMINISTRAÇÃO: Oral. Adulto

EFEITOS ADVERSOS: Risco de hemorragia

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Inibe a atividade de citocromo P450, inibidores da protease, warfarina, teofilina, estrogênios e gengibre. Potencializa anticoagulantes, antiplaquetários, aspirina e clopidogrel.

CONTRAINDICAÇÃO: Gestantes, lactantes, crianças, autoimune ou em terapia de imunossupressão, na espera de receber transplantes de órgãos ou em enxertos de pele.

MODO DE USO E POSOLOGIA

Decocção: 0,5g de casca em 150 mL de água fervente, tomar 1 vez ao dia.

Extrato fluido: de 2,5 a 5 mL 1 a 2 vezes ao dia.

Cápsulas ou comprimidos de extrato seco ou droga vegetal (0,9 mg de alcaloides oxindólicos pentaclílicos): 1 cápsula, 2 a 3 vezes ao dia por no máximo oito semanas.

Após a cinesioterapia, a fisioterapeuta orientou Maria a permanecer em decúbito dorsal na maca para aplicar um Cataplasma cérvico–sacral de argila misturada com água termal e infuso de *Uncaria tomentosa* (unha-de-gato), utilizando 20 g de casca seca em 150mL de água. Aplicou o cataplasma quente para ocorrer perspiração sobre os joelhos, com duração de 25 minutos.

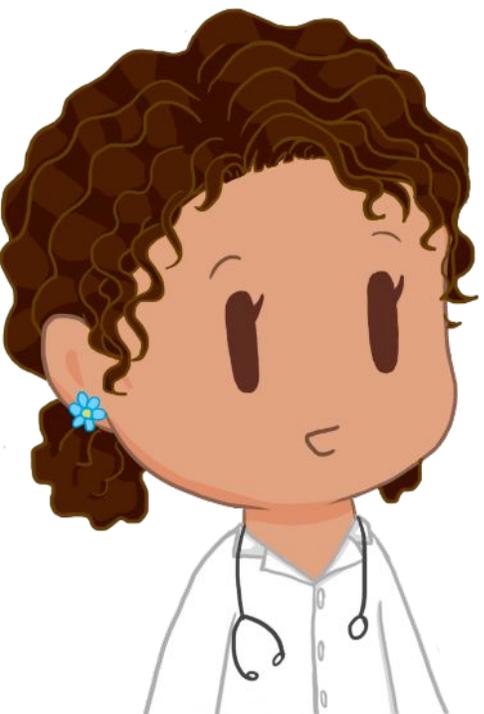


SAIBA MAIS

Assista as webpalestras realizada pelo município de Balneário Piçarras/SC e conheça a experiência de uso da fitoterapia e balneoterapia na Atenção Básica. [Clique aqui.](#)

Acesse a SOF disponível na Biblioteca Virtual de Saúde sobre as evidências para o uso de fitoterápicos a base de extrato de unha-de-gato na APS. [Clique aqui.](#)

Após 40 minutos de atendimento de fisioterapia, Paula retornou ao consultório médico para pegar a prescrição fitoterápica com a médica Priscila.



A senhora está tomando os medicamentos prescritos na última consulta médica?

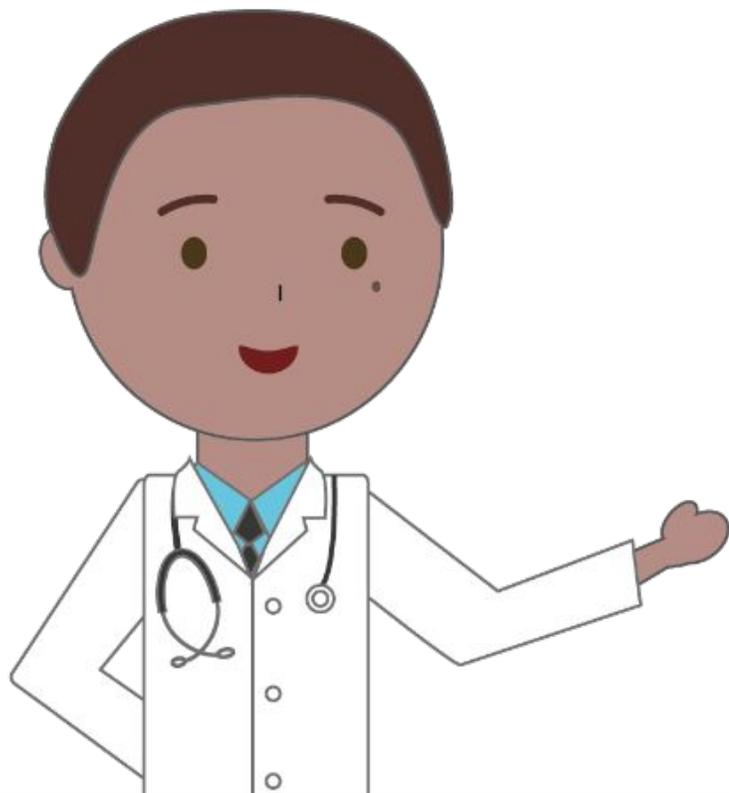
A senhora irá aplicar gel de *Arnica montana* L. 2 vezes ao dia.



Sim, as cápsulas de Unha-de-Gato para o tratamento complementar da osteoartrite. Também, estava fazendo os alongamentos orientados pela fisioterapeuta no grupo da dor que participo semanalmente aqui na UBS. Mas, nos últimos dias não estou conseguindo realizar a prática regular de atividade física.

PLANTAS CICATRIZANTES PARA DOR (uso tópico)

Consulte o material em PDF -**Memento terapêutico de Plantas medicinais e Fitoterápico** para orientar adequadamente sobre uso, contraindicações e precauções da arnica e destacou para a paciente que há diferentes espécies de arnica em SC, também consulta outras opções fitoterápicas.



[Clique no documento](#)



Arnica montana L. (arnica)

PARTE UTILIZADA: Flores.

VIA DE ADMINISTRAÇÃO: Tópico. Adulto e infantil

PRECAUÇÃO: Não aplicar em feridas abertas. Não utilizar por um período superior a 7 dias, pois o uso prolongado pode provocar dermatites de contato e formação de vesículas e eczemas.

OUTRAS ESPÉCIES COM O MESMO NOME POPULAR:

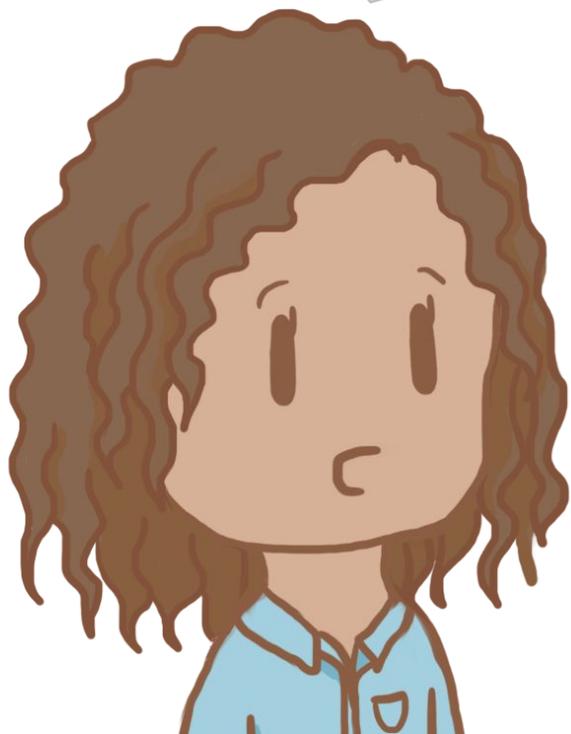
Arnica montana L. está presente na composição de diferentes medicamentos fitoterápicos de uso externo e preparações homeopáticas de uso oral. Não é encontrada nos jardins brasileiros. Entretanto, há outras espécies vegetais encontradas nos domicílios catarinenses que são chamadas popularmente de arnica, por exemplo, *Parophyllum ruderale* (Jacq.) Cass (cravinho/arnica da praia), *Calea uniflora* Less. (arnica da praia), *Senecio oleosus* Velloz. e *Senecio conyzifolius* Baker (arnica da serra), *Solidago chilensis* Meyen (arnica erva-lanceta), *Chaptalia nutans* (L.) Polak (arnica língua-de vaca), *Pluchea sagittalis* (quitoco, arnicon), *Sphagneticola trilobata* (L.) Pruski (arnica wedelia). As espécies brasileiras de arnica não devem ser utilizadas por via oral, pois pode causar gastroenterites e distúrbios cardiovasculares.

MODO DE USO E POSOLOGIA

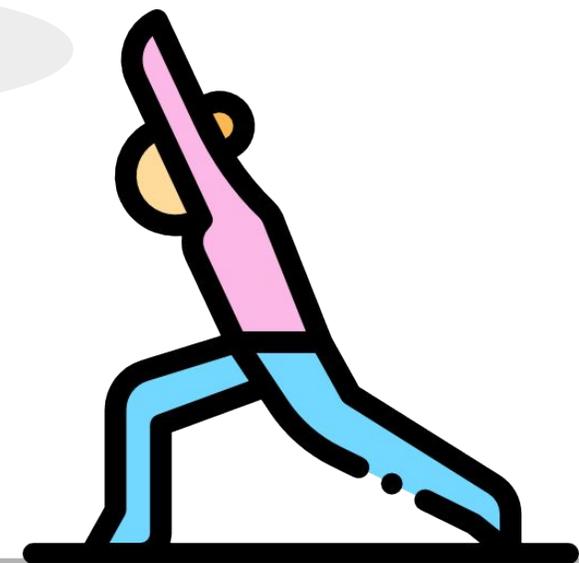
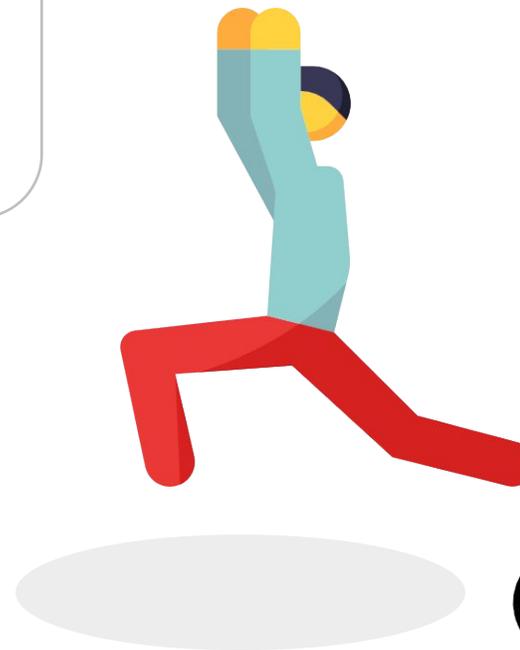
Infusão: 3 g de flores secas em 150 mL de água fervente. Aplicar na forma de compressas, 2 a 3 vezes ao dia.

Gel, loção ou pomada de arnica de 2 a 10%: Aplicar na pele até três vezes ao dia para dor musculoesquelética (de recomendação A). Não utilizar por um período superior a 7 dias, pois o uso prolongado pode provocar dermatites de contato e formação de vesículas e eczemas.

Joana passou a usar regularmente o gel de arnica e as cápsulas de unha de gato, e compareceu a todas as sessões de fisioterapia e do grupo de práticas corporais da unidade de saúde! Com isso está conseguindo reduzir a intensidade da dor e o uso dos analgésicos. Em 15 dias Joana participou do grupo da dor relatando uma melhora.



Paula
(fisioterapeuta)



SAIBA MAIS

Acesse também a SOF sobre os tratamentos não-farmacológicos para osteoartrite (artrose) de joelho. [Clique aqui](#)

Leia ainda o estudo randomizado duplo cego proposto por Katleen et al (2012) e conheça mais sobre os efeitos da geoterapia e fitoterapia associadas à cinesioterapia na osteoartrite de joelho. [Clique aqui](#)

Você pode também assistir a webpalestra sobre plantas medicinais para dor. [Clique aqui](#)

Viu como as plantas medicinais e fitoterápicos são importantes e como elas podem fazer a diferença no cuidado em saúde de pessoas com dores musculoesqueléticas?



Lembre-se que você pode contar com o serviço de Teleconsultoria do Núcleo Telessaúde para tirar dúvidas sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápicos na ABS.

No próximo caso vamos refletir sobre o uso de plantas medicinais em situações clínicas que envolvam **transtornos de humor**.
Vem com a gente!

CRÉDITOS

AUTORES

Gisele Damian Antonio Gouveia

Cesar Simionato

REVISORES

Elis Roberta Monteiro

Luise Lüdke Dolny

Josimari Telino de Lacerda