

## **Chá de amora para ver se melhora**

Cláudia de Lazzari Almeida\*

Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”- Campus de Assis. Departamento de Ciências Biológicas. Laboratório de Fisiologia. Av. Dom Antonio, 2100. Parque Universitário. CEP 19806-900, Assis, SP.

\*claudia.almeida26@yahoo.com.br

Palavras-chave: Plantas medicinais, Climatério.

A utilização de plantas para tratamento de diversos tipos de doenças é uma prática comum entre diferentes povos, desde os tempos antigos. Que avó, mãe, tia ou vizinha nunca indicou um chazinho milagroso cuja receita foi passada por gerações e gerações e até hoje é bem aceita? De fato, seus conhecimentos são um grande tesouro que a ciência ainda não conseguiu desvendar completamente. Mas será que elas conhecem um chazinho para melhorar os problemas que elas mesmas sofrem com a idade?

Com o passar dos anos, as mulheres sofrem uma grande mudança no seu organismo. É o que chamamos de climatério, período que antecede o fim das menstruações (menopausa) e conseqüentemente o fim do período em que ela está apta a ter filhos. Durante o climatério a mulher costuma sentir muito calor, e alterações emocionais como, por exemplo, irritabilidade, angústia, desânimo. O aparelho reprodutor se modifica: o útero diminui e menos muco é produzido pela vagina. Os ossos enfraquecem devido à perda de cálcio e há aumento do risco de doenças cardiovasculares (Figura 1).

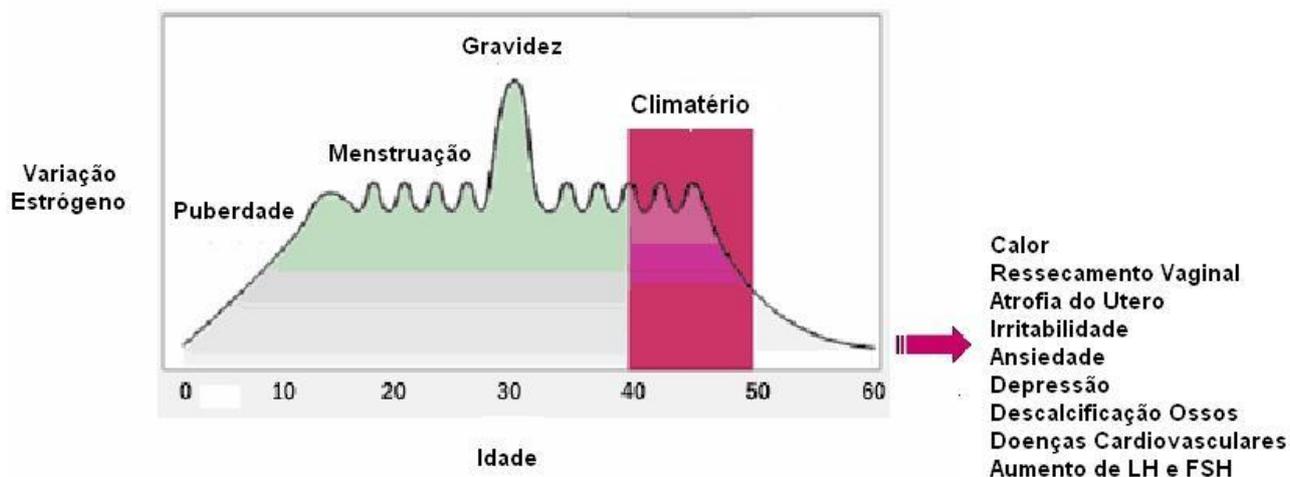


Figura 1 - Variação do nível de estrógeno durante o ciclo de vida da mulher e os sintomas presentes no período do climatério. Fonte: Modificada de <http://pre-menopause.fateback.com/> (Acesso em 10 de junho de 2011).

Esses sintomas são consequência da diminuição de um dos principais hormônios sexuais femininos: o Estrógeno. Devido ao envelhecimento do ovário causado pela idade, este para de produzir estrógeno, diminuindo sua concentração no organismo e causando os problemas já descritos. O estrógeno também regula a produção de outros hormônios ligados ao ciclo reprodutivo da mulher como o LH (Hormônio Luteinizante) e o FSH (Hormônio Folículo Estimulante). Mulheres no climatério possuem elevados níveis de LH e FSH devido à baixa concentração de estrógeno no organismo.

O principal tratamento para esses sintomas do climatério é a Terapia de Reposição Hormonal, que nada mais é que a restituição do estrógeno que está faltando. Porém, pelo fato de se usar hormônios sintéticos, o tratamento é criticado por aumentar o risco de câncer. Sendo assim, um tratamento com produtos naturais poderia ser mais conveniente e seguro.

Os relatos da medicina popular indicam que mulheres utilizam o chá das folhas de Amora para o tratamento dos sintomas do climatério e da TPM (Tensão Pré-menstrual). Acredita-se que as folhas possuem substâncias com atividade semelhante ao estrógeno produzido pelos ovários, compostos estes chamados de fitoestrógenos.

Com o intuito de verificar o suposto potencial fitoestrogênico e comprovar os relatos da medicina popular, estudos recentes testaram diferentes tipos de extratos das folhas de amora em ratas com menopausa provocada artificialmente. Os ovários das ratas foram retirados para que a produção de estrógeno fosse interrompida, assim como no climatério. Depois da cirurgia, os animais receberam tratamento oral com os extratos de folhas de amora, apresentando melhora em alguns dos sintomas característicos do climatério, como o ressecamento vaginal e a diminuição do útero, além de diminuir os níveis de hormônio LH, o que vai ao encontro dos ditos populares.

Apesar do uso comum do chá das folhas de amora pelas mulheres, poucos estudos até hoje foram realizados para verificar a eficácia e segurança desse tratamento. É importante ressaltar que o uso de plantas, apesar de ser uma fonte natural, pode trazer risco à saúde, causando reações alérgicas, intoxicações e outros problemas. Sendo assim, mais estudos devem ser desenvolvidos a fim de verificar a presença de riscos à saúde e os benefícios que o chá possui, podendo, no futuro, ajudar ainda mais as mulheres que sofrem neste período de sua vida.

## **Glossário**

*Estrógeno* - Hormônio sexual feminino produzido pelos ovários que influencia no processo de desenvolvimento e reprodução da mulher.

*Fitoestrógeno* - Compostos produzidos pelas plantas que possuem atividade semelhante ao estrógeno produzido pelos ovários.

*FSH* (Hormônio Folículo Estimulante) - Hormônio feminino que atua estimulando o desenvolvimento do folículo (região que abriga o óvulo) na mulher.

*LH* (Hormônio Luteinizante) - Hormônio feminino que age sobre o ciclo menstrual.

## **Referências Bibliográficas**

- Bolzan, V.C. 2008. **Efeito do extrato das folhas de *Morus nigra* sobre a citologia vaginal e níveis plasmáticos de hormônios sexuais femininos em ratas Wistar.** Dissertação de Mestrado - UFCSPA, Porto Alegre.
- Castro, A.S. 2010. **Efeito de *Morus nigra* L. como terapia hormonal em ratas ooforectomizadas.** Dissertação de Mestrado - UFM, São Luis.