

P01 Valuación clínica de los efectos de *Valeriana prionophylla* como inductora del sueño

Elda C. Cruz^a, Gilda R. Gomar^b, Marino Barrientos^c

^aFac. Ciencias Médicas, ^bEscuela de Nutrición Fac. CC.QQ. y Farmacia, ^cFac. de Agronomía. Universidad de San Carlos de Guatemala, Ciudad Universitaria Zona 12, Guatemala, C.A.

El insomnio, afecta al 10% de la población mundial, es una incapacidad para dormir adecuadamente, o despertar por la noche y tener problemas para volver a conciliar el sueño. Últimamente ha aumentado la utilización de terapias alternativas como técnicas de relajación y fitoterapia para tratarlo. En Guatemala existe *Valeriana prionophylla*, que tiene metabolitos activos inductores del sueño similares a *V. officinalis*, con la ventaja de ser nativa. El objetivo de este ensayo clínico comparativo y exploratorio, fue comparar la efectividad de *V. prionophylla* contra una técnica de relajación en la inducción del sueño. **Material y métodos:** 32 sujetos de acuerdo a criterios de inclusión (insomnio, mayores de 40 años de edad, de uno u otro sexo, no medicados para el insomnio, aceptación voluntaria, en clínica particular de julio a sept/2005. Muestra determinada por estudio piloto. En la 1ª semana respondieron cuestionario, 2ª y 3ª semanas recibieron tintura de *V. prionophylla* 1:5 una hora antes de acostarse, y respondieron cuestionario, 4ª. Semana respondieron cuestionario, 5ª semana una técnica de relajación y cuestionario. **Resultados y análisis:** Finalizaron 28 sujetos, 21 mujeres y 7 hombres. Para el tiempo en conciliar el sueño se utilizó ANDEVA para diferencia de medias; para el despertar durante la noche la prueba F de Friedman; para calidad del sueño ANDEVA por rangos de Friedman con una significancia de 0.05, al analizar el efecto entre tratamientos, entre pacientes e interacción grupo por paciente, existieron diferencias significativas entre grupos y entre pacientes, (p=0.0001). Para conocer que grupos presentaron las diferencias se aplicó prueba de Duncan de rangos múltiples evidenciando diferencias significativas en los promedios de tiempo: con *V. prionophylla* 33.9 min. Contra 65.7 min. en la fase sin tratamiento. Observándose además en la fase post-tratamiento con la tintura un promedio de 49.9 min, contra 55.2 min. con la técnica de relajación. **Conclusiones:** *V. prionophylla* disminuyó significativamente la etapa de latencia del sueño, el número de veces de despertar durante la noche, y mejoró significativamente la calidad del sueño.

Referencias: 1. Donath F. et al.(2000). Pharmacopsychiatry. 33, (2); 47-5; 2. Garzón A. et al. <http://www.geocities.com/feescob/manejo.html>; 3. Goldman L y Bennett J.C. (2000) Tratado de Medicina Interna de Cecil. U. Vols. 1. 1302pp; 4. Hobbs C. (1995). Botanica Press; 5. Kasper et al.(2001). Harrison Principles of Internal Medicine (CD-ROM) Vol.2

P02 Fitoterapia na síndrome climatérica - Estudo retrospectivo

Boorhem, L. R.^a, Botsaris, B. A.^b, Saad, A. G.^{b, c}, Mussi, P. P. M.^{b, c}

^aCoordenador e professor do Curso de Fitoterapia do IBPM/ENSP/FIOCRUZ, R. Gal. Urquiza 128 – Leblon - Urquiza 128 – Leblon - Brasil – CEP 22431-040 (rboorhem@infolink.com.br); ^bProfessor do Curso de Fitoterapia IBPM/ENSP/FIOCRUZ, ; ^cSupervisor do ambulatório de fitoterapia do IBPM/ENSP/FIOCRUZ.

Plantas medicinais têm sido historicamente utilizadas para o tratamento de diversas patologias que acometem a mulher, como dismenorreias, infecções do sistema genital, síndrome climatérica e outras. Dessa forma, a utilização de espécies como a *Angelica sinensis* (Oliv.) Diels, *Glycine max* (L.) Merr e seus derivados como o missô e o tofu pelos povos orientais, a *Cimicifuga racemosa* Nutt. pelos índios norte-americanos, tornaram-se símbolos de plantas úteis para o organismo feminino. Baseados no uso tradicional e em estudos farmacológicos que demonstraram afinidade por receptores hormonais de alguns grupos fitoquímicos encontrados nessas e outras espécies, como isoflavonas, terpenos, lignanas etc., desenvolveram-se extratos padronizados que vêm sendo utilizados na fitoterapia, seja como produtos fitoterápicos ou em prescrições magistrais. Devido às contra-indicações e aos resultados de recentes estudos que associaram a terapia de reposição hormonal convencional com aumento da incidência de câncer e distúrbios cardio-vasculares, tem havido interesse crescente por parte das mulheres e de profissionais de saúde pelos chamados "fitohormônios". No sentido de avaliar a experiência acumulada pelos autores no tratamento da síndrome climatérica com fitoterapia, através da prescrição de formulações magistrais, foram levantados e compilados os dados de evolução clínica, laboratorial, tempo de tratamento, drogas vegetais utilizadas e suas dosagens e efeitos adversos, a partir dos prontuários de 51 (cinquenta e um) pacientes atendidos pelos autores, médicos do Núcleo de Phytoterapia do Instituto Brasileiro de Plantas Medicinais, nos ambulatórios do CSEGSF/ENSP/FIOCRUZ e consultórios particulares. Os resultados obtidos demonstram boa aceitação do tratamento pelas pacientes, com baixa incidência de efeitos adversos e melhora significativa dos parâmetros clínicos e de alguns laboratoriais. Concluímos que, pelo menos no grupo estudado, a fitoterapia constituiu-se em opção segura e eficaz no tratamento da síndrome climatérica.