

REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA

Homepage: <https://ojs.unicet.edu.br/react>

ISSN: 2674-9157

Artigo de Revisão

LAXANTES FITOTERÁPICOS: SEGURANÇA, EFICÁCIA E IMPACTOS DO USO PROLONGADO

HERBAL LAXATIVES: SAFETY, EFFICACY, AND IMPACTS OF PROLONGED USE.

Francivaldo Carlos Barbosa¹, Isis Hillary Cardoso Almeida Rodrigues², Thiara Lorena Bezerra da Silva Oliveira³

RESUMO

O uso de laxantes fitoterápicos tem sido analisado como uma alternativa natural para o tratamento da constipação intestinal. No entanto, o consumo prolongado dessas substâncias pode gerar efeitos adversos, o que levanta preocupações quanto à sua segurança e eficácia a longo prazo. Este estudo teve como objetivo analisar a segurança, eficácia e os impactos do uso prolongado de laxantes fitoterápicos, considerando os efeitos no organismo e os riscos associados à sua utilização contínua. O presente estudo caracterizou-se como uma pesquisa de revisão bibliográfica integrativa com abordagem qualitativa, baseada na análise de artigos científicos, livros e publicações acadêmicas já publicadas e que abordaram a segurança, eficácia e os impactos do uso prolongado de laxantes fitoterápicos. A busca foi realizada considerando os anos de 2016 e 2025 nas bases Medline (PubMed), BVS e Scielo, com os descritores "Laxantes", "Constipação Intestinal", "Efeitos Adversos" e "Medicamento Fitoterápico", em português e inglês. Foram incluídos artigos completos em português, espanhol ou inglês, com acesso gratuito e indexação nas bases, sendo excluídos materiais pagos, incompletos ou fora do período estabelecido. Os resultados mostraram que laxantes fitoterápicos demonstram eficácia no alívio da constipação intestinal, apresentando propriedades digestivas, anti-inflamatórias, antioxidantes e cicatrizantes, sendo valorizados por sua origem natural e fácil acesso, especialmente entre mulheres e idosos. No entanto, a segurança desses produtos depende de padronização, orientação profissional, dosagem adequada e monitoramento contínuo. A seleção resultou em 61 artigos, dos quais 10 atenderam integralmente aos critérios e compuseram a amostra final. O estudo, baseado em revisão integrativa, analisou a segurança e a eficácia do uso prolongado de laxantes fitoterápicos. Os artigos apontaram que esses produtos apresentam efeitos positivos no alívio da constipação, associados a propriedades digestivas, anti-inflamatórias e antioxidantes. Contudo, o uso contínuo pode gerar diarreia, cólicas, desequilíbrios hidroeletrólitos, irritação da mucosa e risco de dependência intestinal. Os achados indicam que, embora eficazes, tais laxantes exigem orientação profissional, controle de dosagem e acompanhamento regular, reforçando a necessidade de uso racional para evitar complicações.

Palavras-chave: Laxantes; Constipação Intestinal; Efeitos Adversos.

ABSTRACT

The use of herbal laxatives has been analyzed as a natural alternative for the treatment of constipation. However, prolonged consumption of these substances can generate adverse effects, raising concerns about their long-term safety and efficacy. This study aimed to analyze the safety, efficacy, and impacts of prolonged use of herbal laxatives, considering the effects on the body and the risks associated with their continuous use. This study was characterized as an integrative literature review with a qualitative approach, based on the analysis of scientific articles, books, and academic publications already published that addressed the safety, efficacy, and impacts of prolonged use of herbal laxatives. The search was conducted considering the years 2016 and 2025 in the Medline (PubMed), BVS, and Scielo databases, using the descriptors "Laxatives," "Constipation," "Adverse Effects," and "Herbal Medicine," in Portuguese and English. Full articles in Portuguese, Spanish, or English were included, with free access and indexing in the databases; paid, incomplete, or out-of-period materials were excluded. The results showed that herbal laxatives demonstrate efficacy in relieving constipation, presenting digestive, anti-inflammatory, antioxidant, and healing properties, and are valued for their natural origin and easy access, especially among women and the elderly. However, the safety of these products depends on standardization, professional guidance, adequate dosage, and continuous monitoring. The selection resulted in 61 articles, of which 10 fully met the criteria and comprised the final sample. The study, based on an integrative review, analyzed the safety and efficacy of prolonged use of herbal laxatives. The articles indicated that these products have positive effects in relieving constipation, associated with digestive, anti-inflammatory, and antioxidant properties. However, continuous use can lead to diarrhea, cramps, hydroelectrolytic imbalances, mucosal irritation, and risk of intestinal dependence. The findings indicate that, although effective, such laxatives require professional guidance, dosage control, and regular monitoring, reinforcing the need for rational use to avoid complications.

Keywords: Laxatives; Constipation; Adverse Effects.

1 Graduando do curso de Farmácia. Centro de Educação Tecnológica de Teresina-CET. E-mail: Francivaldobarbosa1@hotmail.com

2 Graduanda do curso de Farmácia. Centro de Educação Tecnológica de Teresina-CET. E-mail: ihcardoso@hotmail.com

3 Orientador. Professor no Centro de Educação Tecnológica de Teresina-CET. E-mail: farmacia@cet.edu.br

INTRODUÇÃO

A constipação intestinal é considerada um problema de saúde pública, afetando uma parcela da população mundial e impactando a qualidade de vida dos indivíduos. Entre os fatores que favorecem o surgimento dessa condição estão os hábitos alimentares inadequados, o sedentarismo e o uso de medicamentos que interferem no trânsito intestinal (Souza; Oliveira; Silva, 2018). Diante do desconforto causado pela constipação, muitas pessoas recorrem ao uso de laxantes naturais, que em geral ocorre sem acompanhamento profissional, o que pode desencadear efeitos adversos, como dependência intestinal, desidratação e desequilíbrios eletrolíticos (Costa *et al.*, 2020; Ferreira; Carvalho; Sant'anna, 2024).

Hábitos alimentares pobres em fibras, ingestão hídrica insuficiente e sedentarismo, são alguns dos fatores que comprometem a motilidade intestinal. Soma-se a isso o uso de medicamentos capazes de alterar o trânsito intestinal, como opióides, antidepressivos tricíclicos, inibidores seletivos da recaptação de serotonina, antiácidos contendo alumínio, anticolinérgicos, anti-histamínicos, anticonvulsivantes e suplementos de ferro reconhecidos por reduzir o peristaltismo ou aumentar a consistência fecal (Ueki; Nakashima, 2019).

Do ponto de vista fisiológico, o intestino grosso é responsável pela absorção de água e eletrólitos, pela formação das fezes e pela coordenação de movimentos peristálticos capazes de impulsionar o conteúdo intestinal; quando esses processos sofrem alterações, ocorre retenção fecal, endurecimento das fezes e dificuldade evacuatória (Pinheiro *et al.*, 2018).

Nesse cenário, os fitoterápicos têm ganhado notoriedade, destacando-se como uma terapia complementar no manejo da constipação intestinal e apresentando uma menor incidência de efeitos colaterais, com diarreia, cólicas abdominais, irritação da mucosa intestinal, perda de eletrólitos, desidratação e risco de dependência intestinal quando comparados a medicamentos sintéticos (Pinheiro *et al.*, 2018; Costa *et al.*, 2020).

As espécies vegetais utilizadas como laxantes possuem compostos bioativos que atuam por diferentes mecanismos, como o aumento do volume fecal, estimulação da motilidade intestinal e melhora da consistência das fezes. Dentre os principais fitoterápicos, destacam-se o sene (*Cassia angustifolia*), a cáscara sagrada (*Rhamnus purshiana*) e o ruibarbo (*Rheum officinale*) (Pinheiro *et al.*, 2018).

Embora a credibilidade e eficácia dos fitoterápicos os uso prolongado, o uso prolongado dessas substâncias possam causar efeitos adversos que incluem alterações na microbiota intestinal, atonia do cólon, hipocalcemia e redução da absorção de nutrientes essenciais (Memed, 2024). Ainda assim, a visão de que produtos naturais são inofensivos pode ser enganosa. Embora as substâncias de origem vegetal tenham efetividade, sua segurança pode ser questionada se usada indiscriminadamente e sem acompanhamento, principalmente quando usada com frequência e sem acompanhamento. Muitos consumidores não têm conhecimento dos possíveis efeitos negativos, o que pode levar ao uso inadequado e até a piora do quadro clínico (Rocha; Machado, 2024).

A popularidade dos laxantes fitoterápicos também é reflexo dos aspectos culturais e sociais, como a valorização de práticas naturais e a insegurança em medicamentos industrializados em relação à indústria farmacêutica. Assim, o uso dessas substâncias muitas vezes vai além da escolha terapêutica, tendo como base crenças e comportamentos enraizados na sociedade (Silva *et al.*, 2021).

Apesar de sua aceitação, ainda existem importantes lacunas na literatura científica que avaliem, de forma aprofundada, os efeitos fisiológicos e metabólicos de seu uso crônico, bem como as possíveis interações medicamentosas e reações adversas, como hipocalcemia, atonia intestinal e alterações da microbiota, evidenciam a necessidade de estudos mais consistentes (Barbero; Giménez; Guerrero, 2018; Rocha; Machado, 2024; Mota *et al.*, 2024). Além disso, condições como a melanose colônica e a má absorção de nutrientes reforçam os potenciais riscos do uso contínuo dessas substâncias (Costa *et al.*, 2020; Pinheiro *et al.*, 2018).

Outro fator preocupante diz respeito à regulamentação desses produtos, que varia entre países. Enquanto algumas legislações exigem comprovações clínicas para sua comercialização, outras adotam uma abordagem mais permissiva, permitindo sua venda como suplementos alimentares e sem necessidade de prescrição médica (Ferreira; Carvalho; Sant'anna, 2024). Diante desse contexto, torna-se necessário avaliar os impactos do uso prolongado de laxantes fitoterápicos, considerando sua eficácia terapêutica, bem como os riscos potenciais que podem representar. O objetivo desse estudo é, portanto, analisar a segurança, eficácia e os impactos do uso prolongado de laxantes fitoterápicos, considerando seus efeitos no organismo e os riscos associados à sua utilização contínua.

2 MÉTODOS

2.1 Tipo de Estudo

O presente estudo caracterizou-se como uma pesquisa de revisão bibliográfica integrativa com abordagem qualitativa, baseada na análise de artigos científicos, livros e publicações acadêmicas já publicadas e que abordaram a segurança, eficácia e os impactos do uso prolongado de laxantes fitoterápicos. Segundo Broome (2000), uma revisão integrativa é um método específico, que resume o passado da literatura empírica ou teórica, para fornecer uma compreensão mais abrangente de um fenômeno particular.

2.2 Procedimento de coleta e análise de dados

O estudo foi realizado por meio do uso de fontes disponíveis em bases de dados científicas como Medline via PubMed (*National Library of Medicine*), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e Scielo, utilizando os descritores selecionados segundo a classificação dos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS): “Laxantes”, “Constipação Intestinal”, “Efeitos Adversos” e “Medicamento Fitoterápico”, em português e inglês. A aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foi feita por meio da leitura dos títulos e resumos, seguida da análise detalhada dos textos completos selecionados. Verifica-se que todos os documentos utilizados na pesquisa foram devidamente armazenados em planilhas eletrônicas para organização e análise.

2.3 Critérios de Inclusão e Exclusão

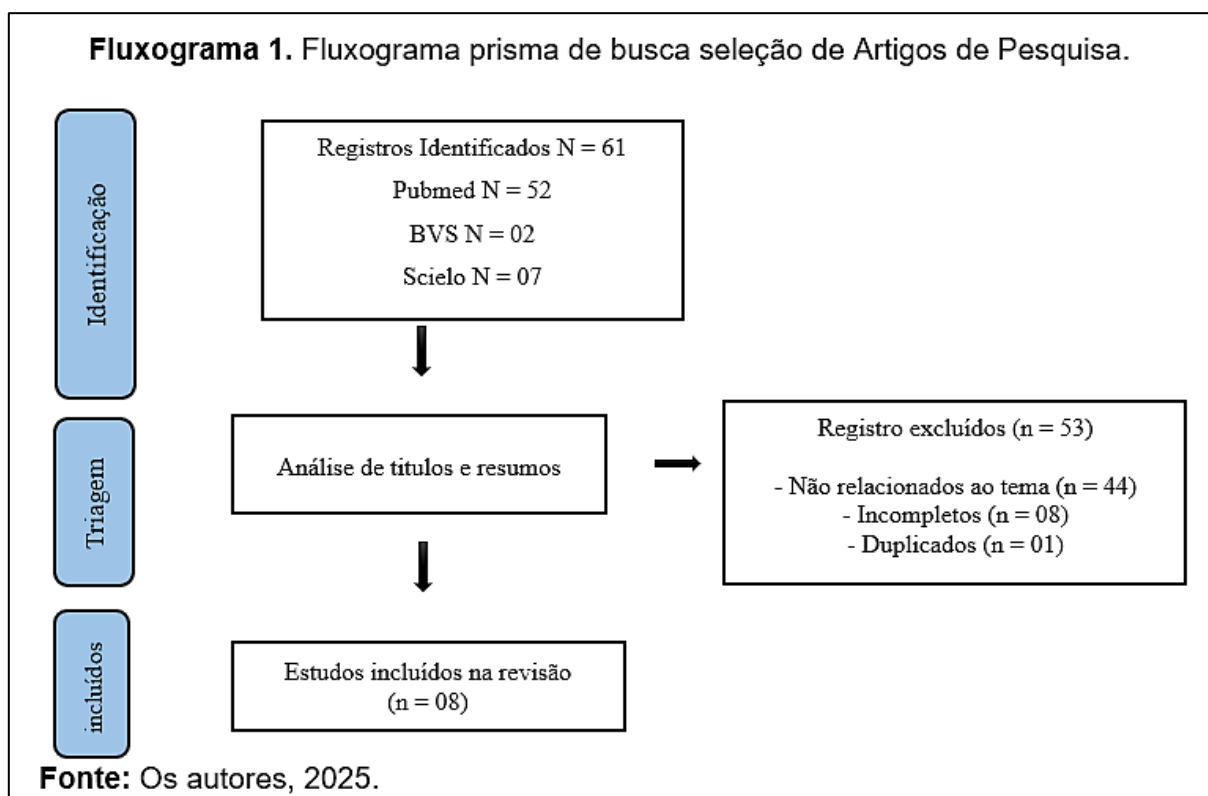
Aplicaram-se como critérios de elegibilidade artigos publicados entre 2016 e 2025, redigidos em português e inglês, com texto integral disponível gratuitamente e devidamente indexados nas bases de dados previamente definidas no estudo, conforme plano metodológico. Como critérios de exclusão, rejeitaram-se artigos pagos ou com acesso restrito, registros incompletos ou sem dados essenciais, publicações fora do período temporal estipulado, bem como monografias, resumos, teses e dissertações, além de demais materiais não enquadrados como artigos científicos completos. Ao final dessas etapas, mantiveram-se apenas os estudos que atenderam integralmente aos requisitos de período, idioma, acesso, indexação e completude.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A aplicação dos critérios de seleção previamente definidos para o período de 2016 a 2025 resultou na identificação de 61 artigos distribuídos entre as bases de dados consultadas. Desse total, 52 foram localizados na plataforma PubMed, 02 na BVS e 07 na Scielo. Em seguida, procedeu-se à análise dos títulos e resumos, para verificar a pertinência dos estudos em relação ao tema investigado.

Nessa fase, 53 artigos foram excluídos por não apresentarem adequação metodológica suficiente à proposta do estudo, seja pela abordagem, pela ausência de dados relevantes ou por não atenderem ao escopo metodológico delineado, resultando, desse modo, em um conjunto em 08 artigos que cumpriram integralmente os critérios de inclusão e foram considerados adequados para compor a amostra final da pesquisa.

Além da seleção, registrou-se todo o processo de triagem, de modo a assegurar a rastreabilidade e a transparência metodológica, aspecto essencial para a reprodutibilidade científica no Fluxograma Prisma que será disposto abaixo. Assim, a etapa de elegibilidade foi concluída e serviu de base para a análise e discussão dos resultados, que serão apresentados no fluxograma a seguir (Fluxograma 1).



O desenvolvimento da investigação partiu do exame de oito artigos selecionados por sua relevância em relação à temática proposta. Foram consideradas abordagens variadas, com delineamentos metodológicos distintos que possibilitaram uma leitura comparativa acerca do fenômeno em estudo.

Cada publicação foi avaliada a partir de critérios previamente definidos, considerando o autor e o ano da produção, o objetivo central, a tipologia do estudo e os principais resultados alcançados, facilitando a organização dos dados de maneira ordenada, favorecendo a identificação de convergências e divergências entre os trabalhos, além de oferecer subsídios para a análise desenvolvida ao longo da pesquisa. A síntese desse levantamento encontra-se disposta na tabela a seguir, servindo como recurso de apoio para a compreensão e discussão dos achados.

Tabela 1. Análise dos artigos por autor (es), objetivo, tipo de estudo e resultados.

AUTORES /ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
Zeni <i>et al.</i> , 2017	avaliar o uso de remédios caseiros na Atenção Primária no município de Blumenau e as variáveis que influenciaram na escolha deste tipo de terapia pelos usuários.	estudo epidemiológico observacional, tipo seccional	O uso de remédios caseiros foi associado a mulheres, idosos e usuários da Estratégia Saúde da Família. As plantas medicinais aparecem como alternativa terapêutica, exigindo acesso garantido e orientação profissional adequada.
Lombardi <i>et al.</i> , 2022	Analisar os eventos adversos relacionados a suplementos alimentares à base de ervas e medicamentos de	análise atualizada de relatos espontâneos	O número de relatos de Eventos Adversos na última década é baixo, mas sua gravidade impede que sejam considerados seguros. O estudo contribui para alertar

	venda livre contendo laxantes		sobre os riscos do uso inadequado de laxantes.
Yang <i>et al.</i> , 2023	examinar a associação entre o uso regular de laxantes e a incidência de demência em participantes do Biobank do Reino Unido.	estudo de coorte prospectivo	O uso regular de laxantes fitoterápicos está associado a maior risco de demência por todas as causas e de doença de Parkinson, especialmente quando usados de forma prolongada ou em combinação de tipos diferentes.
Fenge <i>et al.</i> , 2023	1) investigar a associação do uso de laxantes com a incidência de demência, 2) examinar a associação entre os tipos de laxantes e a incidência de demência e 3) quantificar a associação combinada do uso de laxantes e da predisposição genética com a incidência de demência na coorte do UK Biobank.	coorte de base populacional	O uso de laxantes foi associado a um maior risco de demência e modificou o efeito da suscetibilidade genética sobre a demência.

Upare; Badwaik; Lade, 2024	Fornecer um relato detalhado da constipação e de várias plantas medicinais para o tratamento da constipação	Estudo revisional	Os resultados mostraram que essas plantas têm várias propriedades farmacológicas, incluindo antioxidantes, analgésicas, digestivas, atividade anticancerígena, dentre outros, provavelmente devido à presença de constituintes ativos como ácido quebulínico, ácido quebulico, corilagina e outros.
Singh <i>et al.</i> , 2024	Reavaliar a eficácia e a tolerabilidade do CL18100F4 em um número maior de indivíduos.	Estudo randomizado, duplo-cego e controlado por placebo	A presente investigação demonstra que o CL18100F4 é tolerável e eficaz no alívio da constipação funcional, no alívio da disfunção gastrointestinal e na melhora de fatores não gastrointestinais associados em adultos do sexo masculino e feminino.
Gibertoni; Toma; Guimarães 2024	Avaliação da forma de preparo do chá de cáscara sagrada (<i>Rhamnus purshiana</i> DC), planta medicinal com ação laxante, na extração do seu princípio ativo, 1,8-Diidroxiantraquinona.	Análise de influência	Há uma necessidade de maior fiscalização aplicada a comercialização a fim de evitar problemas como ausência do efeito terapêutico.

Souza <i>et al.</i> , 2025	Investigar o potencial fitocitotóxico de extratos da casca de <i>Rhamnus purshiana</i> DC.	ensaios fitocitogenotóxi cos sob exposição crônica	O extrato seco por atomização demonstrou um efeito inibitório mais potente sobre parâmetros morfológicos, como o alongamento radicular, enquanto o extrato liofilizado apresentou maior citotoxicidade.
-------------------------------	---	--	---

Fonte: Os autores, 2025.

O estudo de Zeni *et al.*, (2017) teve como objetivo investigar o uso de remédios caseiros pelos usuários da Atenção Primária à Saúde no município de Blumenau. Os resultados mostraram que 21,9% dos entrevistados faziam uso dessas práticas, principalmente por meio de plantas cultivadas em seus quintais, sendo mais citadas erva-cidreira, camomila, hortelã e limão. Observou-se ainda associação do uso com o sexo feminino, idade mais avançada e vínculo com a Estratégia Saúde da Família, o que reforça o papel dos fatores sociodemográficos no padrão de consumo.

Na discussão, destacou-se que as plantas medicinais são vistas pela população como alternativa terapêutica acessível, mas que seu uso contínuo requer atenção. Nesse sentido, o uso de laxantes fitoterápicos insere-se nesse mesmo cenário, pois, embora representem uma opção valorizada por sua origem natural, o consumo prolongado pode implicar riscos que muitas vezes não são reconhecidos pelos usuários (Zeni *et al.*, 2017).

O estudo de Lombardi *et al.*, (2022) analisar os eventos adversos relacionados a suplementos alimentares à base de ervas e medicamentos de venda livre contendo laxantes. Foram avaliados 110 relatos de eventos adversos relacionados a laxantes à base de plantas e medicamentos de venda livre, predominando o sexo feminino entre os usuários. Os produtos à base de ervas continham principalmente derivados de antraquinonas, sendo os efeitos adversos mais frequentes de natureza gastrointestinal, seguidos por alterações do sistema nervoso central e distúrbios dermatológicos.

Em corroboração ao estudo de Zeni *et al.*, (2017), que foca no perfil de usuários e no contexto da Atenção Primária, o estudo de Lombardi *et al.*, (2022) fornece evidências concretas de eventos adversos associados a laxantes fitoterápicos, demonstrando consequências clínicas reais, como alterações gastrointestinais, do sistema nervoso central e dermatológicas. Então, a relação dos estudos se dá principalmente na percepção de que a naturalidade das plantas medicinais favorece a adesão, mas não garante segurança.

Em se tratando do uso de laxantes fitoterápicos e a sua relação com a demência, Yang *et al.*, (2023), teve como foco examinar a associação entre o uso regular de laxantes e a incidência de demência em participantes do Biobank do Reino Unido. Como resultados, o uso regular de laxantes foi associado a um risco maior de demência por todas as causas, particularmente naqueles que usaram vários tipos de laxantes ou laxantes osmóticos.

Corroborando este estudo, a realização de um estudo de coorte de base populacional realizado por Feng *et al.*, (2023) foi realizado com o objetivo principal de investigar a associação do uso de laxantes com a incidência de demência. Como resultados, o estudo mostrou que o uso de laxantes apresentou maior risco de demência, doença de Alzheimer, bem como a demência vascular.

Tanto Yang e colaboradores, como Feng e colaboradores trazem semelhanças em seu estudo ao constatar que o uso regular de laxantes está associado a um aumento do risco de desenvolvimento de demência. Enquanto Yang *et al.*, (2023) destaca que esse risco é particularmente elevado em indivíduos que utilizam múltiplos tipos de laxantes ou laxantes osmóticos, Feng *et al.*, (2023) amplia a análise ao evidenciar associação não apenas com demência por todas as causas, mas também especificamente com doença de Alzheimer e demência vascular, trazendo para este estudo a percepção de que o uso prolongado de laxantes, independentemente do tipo, pode representar um fator de risco para comprometimento cognitivo.

Além desses efeitos, causas mais comuns podem ser consideradas, como a constipação intestinal, considerada um problema urgente nos consultórios médicos atuais. O estudo de Upare; Badwaik; Lade, (2024), focou em fornecer um relato detalhado da constipação e de várias plantas medicinais para o tratamento da constipação. Como resultados, entre as plantas fitoterápicas mais utilizadas estão Haritaki, Amla, Sene, Isapgol, Ruibarbo, Mel, Óleo de Rícino, Cáscara, Cravo e

Funcho, que apresentam múltiplas propriedades farmacológicas, incluindo efeitos digestivos, anti-inflamatórios, antioxidantes, cicatrizantes, antibacterianos e antiulcerogênicos. Tais efeitos são atribuídos a compostos bioativos como ácido quebulínico, senosídeos, aloína, emodina, cascarosídeo, eugenol, fenchona e anetol.

Apesar de seu amplo uso e de seu potencial terapêutico, o consumo prolongado de laxantes fitoterápicos levanta questões sobre segurança, eficácia e impactos adversos no organismo, tornando necessária a análise de seu uso contínuo (Upare; Badwaik; Lade, 2024).

Assim como Upare e colaboradores, o uso de distintas plantas para o tratamento de constipação foi avaliado no estudo de Singh *et al.*, (2024) através do consumo de CL18100F4, uma mistura patenteada de ervas à base de raiz de *Withania somnifera* e extratos de frutos de *Abelmoschus esculentus*. Para isso, os autores focaram em reavaliar a eficácia e a tolerabilidade do CL18100F4 em um número maior de indivíduos. Os resultados mostraram que a suplementação com essa composição fitoterápica aliviou os sintomas de constipação, reduziu o tempo de trânsito gastrointestinal e melhorou a função intestinal dos participantes. Além disso, não foram observados efeitos adversos graves, indicando que a composição é segura para uso.

Considera-se, à luz dos dados apresentados, que, enquanto Upare *et al.*, (2024) alertam para riscos do uso prolongado, Singh *et al.*, (2024) não registraram efeitos adversos graves durante o estudo. Complementando essas evidências, a pesquisa de Gibertoni; Toma; Guimarães (2024), sobre o chá de cáscara sagrada (*Rhamnus purshiana* DC) mostrou que o modo de preparo (decocção vs. infusão) e a proporção planta/água influenciam a extração de antraquinonas, destacando que falhas na padronização podem comprometer a eficácia e aumentar riscos ao usuário, ou seja, embora os laxantes fitoterápicos apresentem eficácia reconhecida no manejo da constipação, a segurança do uso prolongado depende de padronização, acompanhamento profissional e atenção às doses e métodos de preparo.

Para Souza e colaboradores (2025), produtos naturais, embora associados a efeitos benéficos e considerados inofensivos, ainda requerem análise completa. Dada essas informações, foi realizado um estudo para analisar uma espécie utilizada para tratamento de constipação devido ao seu conteúdo de antraquinona, a *Rhamnus purshiana* DC. Os resultados mostraram que os métodos de extração influenciam

diretamente a composição fitoquímica e os efeitos biológicos dos extratos e, embora a *R. purshiana* seja utilizada na medicina tradicional, a escassez de estudos levanta preocupações quanto à segurança socioambiental e ao uso contínuo dessa espécie em suplementos alimentares.

A análise conjunta dos estudos traz claras relações entre a eficácia dos laxantes fitoterápicos no manejo da constipação intestinal. Zeni *et al.*, (2017) mostraram que plantas medicinais são valorizadas pela população como alternativa terapêutica acessível, já Upare, Badwaik e Lade (2024) detalharam propriedades farmacológicas de várias plantas laxativas, incluindo efeitos digestivos, anti-inflamatórios e antioxidantes, enquanto Singh *et al.*, (2024) comprovaram na prática que a composição CL18100F4 alivia sintomas de constipação, reduz o tempo de trânsito gastrointestinal e melhora a função intestinal, sem registro de efeitos adversos graves no período do estudo.

Em contraponto, os estudos de Lombardi *et al.*, (2022), Yang *et al.*, (2023) e Feng *et al.*, (2023) trazem alertas sobre os efeitos adversos e riscos do uso prolongado. Dessa forma, a discussão integrativa indica que os laxantes fitoterápicos oferecem benefícios clínicos no alívio da constipação intestinal, mas o seu uso prolongado apresenta potencial de efeitos adversos, incluindo riscos neurológicos e gastrointestinais. A segurança desses produtos depende de fatores como padronização do preparo, orientação profissional, dosagem adequada e monitoramento contínuo. Portanto, embora eficazes para uso pontual, os laxantes fitoterápicos podem trazer mais malefícios que benefícios a longo prazo se utilizados de forma indiscriminada ou sem supervisão.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos estudos mostraram que os laxantes fitoterápicos apresentam eficácia reconhecida no alívio da constipação intestinal, com diversas plantas demonstrando propriedades digestivas, anti-inflamatórias, antioxidantes e cicatrizantes. Os estudos mostraram que esses produtos, valorizados por sua origem natural, promovem melhora da função intestinal e redução do tempo de trânsito gastrointestinal, no entanto, a análise dos achados evidencia que a percepção de segurança associada à naturalidade não garante ausência de efeitos adversos, principalmente quando há uso prolongado ou sem orientação profissional adequada.

No entanto, cabe mencionar que, houve limitações do estudo, o que pode comprometer os resultados obtidos. Como exemplos, cita-se uma quantidade restrita de pesquisas realizadas em seres humanos, o que dificulta a avaliação completa dos riscos e benefícios do uso contínuo. Grande parte das informações disponíveis deriva de estudos populacionais, relatos de farmacovigilância ou análises de preparações fitoterápicas com variação na composição e métodos de preparo. Assim, são necessárias investigações clínicas mais robustas e com acompanhamento a longo prazo para avaliar com precisão a segurança e a eficácia dos laxantes fitoterápicos, fornecendo bases científicas sólidas para orientar seu uso responsável e minimizar potenciais impactos negativos à saúde dos consumidores.

REFERÊNCIAS

BARBERO, Fernando Caballero; GIMÉNEZ, María Dolores García; GUERRERO, Ana María Quílez. Interacciones potenciales entre productos fitoterápicos con laxantes antracénicos y otros fármacos. Detección en farmacias comunitarias de Sevilla. **Farmacéuticos Comunitarios**, v. 10, n. 4, p. 5-13, 2018.

BROOME, Marion E. et al. Integrative literature reviews for the development of concepts. **Concept development in nursing: foundations, techniques and applications**. Philadelphia (USA): WB Saunders Company, p. 231-50, 2000.

COSTA, Karoline Cova et al. O uso de fitoterápicos e plantas medicinais em processo de redução de peso: analisando prescrições nutricionais. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 1, p. 3484-3504, 2020.

FENG, Jiangtao et al. Association of laxatives use with incident dementia and modifying effect of genetic susceptibility: a population-based cohort study with propensity score matching. **BMC geriatrics**, v. 23, n. 1, p. 122, 2023.

FERREIRA, Ana Carolina; CARVALHO, Mariana Silva; SANT'ANNA, Juliana Rodrigues. **Segurança e eficácia do uso de fitoterápicos utilizados na prática clínica: uma revisão de literatura**. Revista Interdisciplinar em Saúde, Cajazeiras, v. 11, p. 481-499, 2024. Disponível em: https://www.interdisciplinaremsaude.com.br/Volume_32/Trabalho_34_2024.pdf. Acesso em: 12 mar. 2025.

GIBERTONI, Elaine Cristina Lopes Guimarães; TOMA, Walber; GUIMARAES, Luciana Lopes. Cáscara Sagrada (*Rhamnus purshiana* DC): influência da forma de preparo do chá na extração do princípio ativo. **Unisanta Health Science**, v. 4, n. 1, p. 21-29, 2020.

LOMBARDI, Niccolo et al. Adverse events related to herbal dietary supplements and over-the-counter medications containing laxatives: a 10-year update from the Italian phytovigilance and pharmacovigilance systems. **Annali dell'Istituto Superiore di Sanità**, v. 58, p. 131-138, 2022.

MEMED. **Laxante fitoterápico: o que é e como funciona?** Blog Memed, 20 jan. 2024. Disponível em: <https://blog.memed.com.br/laxante-fitoterapico/>. Acesso em: 12 mar. 2025.

MOTA, Djanira de Jesus Silva et al. Caracterização dos fitoterápicos industrializados utilizados para tratamento de distúrbios digestivos. **AMAZÔNIA: SCIENCE & HEALTH**, v. 12, n. 2, p. 2-17, 2024.

PINHEIRO, Antônia Karmiles et al. Constipação intestinal: tratamento com fitoterápicos: Imagem: Gastrosurg. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, v. 9, n. edesp, p. 559-564, 2018.

ROCHA, Isadora Carolina Guimarães; MACHADO, Stefânia de Magalhães. O uso irracional de fitoterápicos por idosos e suas interações com medicamentos de uso contínuo. 2024.

SILVA, Malena Aparecida et al. Avaliação de práticas e saberes sobre fitoterapia e automedicação entre graduandos de enfermagem: Um estudo transversal. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. e45610918173-e45610918173, 2021.

SINGH, Gaurav et al. A novel herbal composition alleviates functional constipation, reduces gastrointestinal transit time, and improves bowel function in adults: a double-blind, randomized clinical study. **Journal of the american nutrition association**, v. 43, n. 6, p. 553-566, 2024.

SOUZA, Kimberly Silva et al. Phytotoxicity and cytogenotoxic effects of extracts from the medicinal bark of *Rhamnus purshiana* DC.(Rhamnaceae). **Journal of Toxicology and Environmental Health, Part A**, v. 88, n. 12, p. 505-517, 2025.

SOUZA, Mariana Pereira de; OLIVEIRA, Lucas Fernandes de; SILVA, Patrícia Gomes da. **Constipação intestinal: tratamento com fitoterápicos**. Revista Científica da UNIFAEMA, v. 9, n. 2, p. 1-15, 2018. Disponível em: <https://repositorio.unifaema.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2169/1/Artigo.pdf>. Acesso em: 12 mar. 2025.

UEKI, Tetsuya; NAKASHIMA, Mikiro. Relationship between constipation and medication. **Journal of UOEH**, v. 41, n. 2, p. 145-151, 2019.

UPARE, Neha D.; BADWAIK, Chandrashekhar B.; LADE, Upadesh B. An overview of various medicinal plants used to alleviate constipation. **Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (JETIR)**, 2024.

YANG, Zhirong et al. Association between regular laxative use and incident dementia in UK Biobank participants. **Neurology**, v. 100, n. 16, p. e1702-e1711, 2023.

ZENI, Ana Lúcia Bertarello et al. Utilização de plantas medicinais como remédio caseiro na Atenção Primária em Blumenau, Santa Catarina, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 8, p. 2703-2712, 2017.