

HORMÔNIO VEGETAL III – ATUALIZAÇÃO

Os fitoestrógenos são hormônios de origem vegetal, sendo o mais conhecido a isoflavona e são encontrados na soja, lentilha, feijão e em mais de 300 vegetais.

As isoflavonas mais potentes são as genisteína e daidzeína, que são de 1000 a 10.000 vezes menos potentes que o estrógeno humano (produzido no ovário da mulher) e que o estrógeno sintético presente em medicamentos.

É estudada a possibilidade dos fitoestrógenos serem usados em pacientes onde está contra-indicada a Terapia de Reposição Hormonal convencional, principalmente em pacientes com alto risco de câncer de mama e de útero.

No livro mais atualizado sobre hormônios vegetais lançado em 2002 na Europa, o Prof. Palacios do Instituto de Saúde da Mulher (Madri, Espanha), faz um apanhado sobre o que existe de mais avançado em pesquisas sobre o assunto:

-FOGACHOS (ondas de calor, geralmente noturnas) : sintoma mais comum e precoce do climatério. Acomete cerca de 80% das mulheres do Ocidente e de 10% no Oriente.

A ingestão de alimentos vegetais ricos em fitoestrógenos no Ocidente é de 15gr/dia por pessoa e no Oriente é de 100gr/dia por pessoa. Devido à sua atuação sobre o centro termo-regulador hipotalâmico, tem-se com sua ingestão melhora grande do fogacho.

-OSSOS : Apesar de algumas poucas pesquisas serem positivas, são necessários mais estudos para estabelecer o papel do fitoestrógeno para prevenção e tratamento de osteoporose.

-CORAÇÃO : Apesar da doença cardíaca ser a principal causa de morte na mulher climatérica (mais do que câncer) e os fitoestrógenos ajudarem no perfil lipídico e ter atividade antioxidante, ainda faltam mais comprovações científicas de tema tão delicado.

-DOENÇA DE ALZHEIMER (esclerose cerebral) E ATROFIA VAGINAL : : Nada se comprovou de melhora cientificamente.

Já existem pesquisas que sugerem que uma alimentação rica em fitoestrógenos se relaciona com menor incidência de doença cardio-vascular, de osteoporoses e de alguns cânceres (mama, útero, ovário, cólon e próstata), mas ainda está longe do rigor científico exigido para usá-los em novos tratamentos e medicamentos por enquanto.

Sempre é bom lembrar que apesar da Medicina não ser uma ciência exata, ser extremamente dinâmica, devemos ter prudência quanto a esta tendência naturalista, pois ainda se desconhece quanto aos fitoestrógenos : doses, bioequivalência, concentração, efeitos colaterais, duração, intensidade, efeitos a curto, médio e longo prazo, absorção, excreção, metabolização, enfim, uma série de etapas que ainda levarão anos de muita pesquisa científica.

Dr. Antonio José Chinez Neto - crm 56 878

Título de Especialista em Ginecologia e Obstetrícia TEGO 00081/2000)

Aperfeiçoamento no Inst. Palacios – Madri - Espanha

Membro da Soc. Brasileira de Climatério (SOBRAC)