



CHÁ DA ALEGRIA: INTERAÇÕES MEDICAMENTOSAS E EFEITOS ADVERSOS

Isadora L. de Ramos Zatoni
Cristina Peitz de Lima

Resumo

O Chá da Alegria é um chá misto, composto por 11 plantas: frutos de endro (*Anethum graveolens* L.), folhas de chá verde (*Camellia sinensis* L.), frutos de erva doce (*Pimpinella anisum* L.), casca de canela (*Cinnamomum zeylanicum* Ness), semente de mostarda (*Brassica juncea* (L.) Czern.), folhas de tomilho (*Thymus vulgaris* L.), folhas de alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.), flores de camomila (*Matricaria recutita* L.), folhas de sálvia (*Salvia officinalis* L.), folhas de hortelã (*Mentha sp.*) e casca de laranja (*Citrus aurantium* L.). O chá da Alegria é preparado através de infusão, e utilizado internamente, por via oral. Popularmente o uso do chá tem indicação para: redução de estresse e ansiedade, melhorar o humor, fortalecer o sistema imunológico, melhorar a digestão e a qualidade do sono. O objetivo do presente trabalho foi realizar uma revisão de literatura narrativa para analisar a composição química do Chá da Alegria, verificando as contraindicações e as interações medicamentosas de cada planta presente. Foram utilizados artigos originais e livros publicados entre 2000 à 2023. Os artigos foram coletados nas seguintes bases de dados: Scielo, Bireme, EBSCO, Medline, Lilacs, PubMed. Foram utilizados artigos nos idiomas português, inglês e espanhol. Os termos de indexação empregados para realização da pesquisa foram o nome científico das espécies e “interações medicamentosas”; “efeitos adversos” e “contraindicações”. Foi verificada a possibilidade de interação medicamentosa com: paracetamol aumentando o risco de hepatotoxicidade; anti-inflamatórios não esteroidais e anticoagulantes aumentando o risco de sangramento; antidiabéticos aumentando o risco de hipoglicemia; benzodiazepínicos causando a intensificação da ação depressora do sistema nervoso central. Os possíveis efeitos adversos são: eritema, dermatite, fotossensibilidade em indivíduos hipersensíveis, vômitos, diarreias e dores abdominais. O uso do chá da alegria deve ser utilizado com cautela, não sendo recomendado o uso por mais de dez dias, pois algumas plantas utilizadas por mais de dez dias podem causar hipertrofia em algum órgão, intoxicação medicamentosa e efeitos colaterais. Além disso, é contraindicado no caso de gestação pois existem plantas na composição que podem causar aborto. Portanto, o consumo do chá, apesar de ser de origem natural, deve ser indicado e acompanhado por um profissional da saúde especializado.

Palavras-Chave: Chá da Alegria; segurança; plantas medicinais; efeitos colaterais; contraindicação.