

PORTAL DE PLANTAS FITOTERÁPICAS E PLANTAS MEDICINAIS: CHÁ TERAPÊUTICO

Janete de Sousa Pereira¹; Lorrane Camelo dos Reis¹; Joice de Oliveira Naves¹; Jeane Camila Rodrigues dos Santos¹; Marcos Valério Santos da Silva¹

¹Graduação
Universidade Federal do Pará (UFPA)
jjanete@live.com

Introdução: O uso racional de plantas medicinais e inclusive medicamentos começa a partir do momento que o paciente recebe o medicamento de acordo com a sua necessidade clínica, com doses individuais para um determinado período de tempo e com baixo custo para ele e sua comunidade (3). No entanto, automedicação é uma prática comum no Brasil e a utilização de medicamentos de forma errônea, contraindicada ou mesmo desnecessária traz riscos à saúde do paciente como Reações Adversas a Medicamentos e Intoxicações medicamentosas, podendo levar a óbito este paciente (2). Neste cenário medicamentoso, o uso de plantas medicinais tem sido largamente utilizado como forma alternativa de tratamento farmacológico, sendo considerada uma prática antiga. O aumento no consumo de plantas medicinais deve-se aos avanços na área científica, à fácil acessibilidade terapêutica, ao baixo custo e, principalmente, a um maior questionamento por parte dos pesquisadores e da população a respeito dos perigos causados pelo uso abusivo de produtos farmacêuticos sintéticos (1). O alho é utilizado de forma medicinal, como tempero e como alimento há mais de cinco mil anos, sendo um dos primeiros fitoterápicos já registrados. É considerado eficaz no tratamento de doenças e na manutenção da saúde. Estudos científicos comprovaram que o alho é um potente estimulante do sistema imunológico, podendo ser consumido por indivíduos desde a infância até a senescência, sem contraindicações (4). **Objetivos:** Desenvolver ações de educação em saúde para promoção do uso seguro e racional de plantas medicinais como *Allium sativum* (alho) como alternativa de tratamento de hipertensão, inflamação, além da forma de preparo do chá e também das reações adversas quando seu uso é inadequado. Proporcionar aos ouvintes um ambiente agradável de explicações claras e que remetesse ao cotidiano deles quanto ao conhecimento das plantas. Ressaltar também sobre a importância do uso correto das plantas medicinais e fitoterápicos, dos riscos de uso indiscriminado sem conhecimento prévio das indicações, contraindicações e doses adequadas. **Descrição da Experiência:** No dia 02 de dezembro de 2015, integrantes da Liga Acadêmica de Fitoterapia (LAFITO) e do Portal de Plantas Medicinais, realizaram uma atividade de educação em saúde, o “Chá Terapêutico”, aos pacientes da Unidade Básica de Saúde (UBS) Parque Amazônia II, situada no bairro Terra Firme, Belém-Pa. A palestra intitulada “Chá Terapêutico”, consiste-se em um modo de interação entre palestrantes e ouvintes desenvolvendo diálogos sobre as temáticas abordadas, tornando-se uma espécie de roda de conversa onde tanto os palestrantes como os ouvintes adquirem e repassam conhecimentos sobre plantas medicinais e fitoterápicos. Os temas abordados no dia foram “Propriedades terapêuticas do *Allium sativum* (alho)” e “Uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos: perspectivas atuais”. No decorrer da palestra os pacientes tiveram a oportunidade de fazer inúmeros questionamentos sobre o alho e outras plantas medicinais, fazer também relatos de uso de outras plantas. Ao final da rodada de conversa e do esclarecimento sobre dúvidas no decorrer da palestra, foram servidos chás de camomila com intuito de estimular os pacientes a utilizarem a bebida de forma correta e com orientação a respeito das plantas medicinais, fitoterápicos e seu uso racional. Enquanto alguns pacientes tomavam o chá de camomila foi aplicado um questionário aos mesmos, com a intenção de buscar a percepção dos usuários da UBS sobre o uso de

plantas medicinais e fitoterápicos. **Resultados:** De acordo com as informações obtidas, nove pacientes aceitaram responder ao questionário com 10 perguntas, e, na ocasião, todos participantes assinaram um termo de livre esclarecimento onde concordaram com o fornecimento das informações. Pôde-se constatar que 44% dos pacientes eram do gênero masculino e 56% do gênero feminino. Quando questionadas sobre a existência de plantas medicinais em suas residências, 67% das pessoas afirmaram possuir, sendo as mais comuns citadas limoeiro, mangueira e mastruz, seguidas de menta, canela, manjerição, babosa, camomila, canarana, hortelã, noni, arruda, marupazinho, coramina e anador. Ressaltando que 78% dos pacientes fazem uso de plantas medicinais e 89% declararam vantagens no uso de plantas medicinais. Sobre o conhecimento de medicamentos fitoterápicos, 22% das pessoas não tinham conhecimento sobre este tipo de medicamento e 11% fazem uso de fitoterápicos. Quanto à utilização mediante prescrição, 44% dos participantes relataram o uso de plantas medicinais ou fitoterápicos prescritos por médicos, em contrapartida, 56% deles declararam nunca terem feito uso, o que demonstra ainda a falta de conhecimento das informações a respeito das espécies vegetais por parte dos profissionais prescritores. Por outro lado, quando questionados se gostariam de aprender mais sobre a temática de plantas medicinais e fitoterápicos, todos se demonstraram favoráveis, afirmando também a possibilidade desses conhecimentos serem repassados pela equipe de Agentes Comunitários de Saúde (ACS). Sobre o uso do chá de alho, 56% dos entrevistados alegaram já tê-lo tomado para uso medicinal e 67% deles tinham conhecimento sobre seu benefício. Combate à hipertensão e gripe foram os benefícios do alho mais citados pelos participantes, seguidos de efeito antiparasitário, antiinflamatório e para o combate à constipação intestinal, o que corrobora com os dados da literatura com exceção do último citado. **Conclusão/Considerações Finais:** Os resultados da pesquisa demonstraram-se favoráveis para detectar a receptividade dos pacientes, uma vez que os pacientes responderam afirmativamente em relação a assistir novas palestras sobre a temática de plantas medicinais, e favoráveis em obter mais informações a respeito de plantas medicinais que podem ser prescritas pelos profissionais capacitados, além de informações dos riscos. Vários aspectos, notados durante a palestra demonstram e reforçam a necessidade de se levar à comunidade informações relevantes sobre a utilização de plantas e realização de pesquisas e estudos científicos baseados na etnofarmácia. Torna-se importante salientar que o uso inadequado da planta apesar de ser natural também tem consequências negativas, sem informações adequadas, o que demonstra que a comunidade acadêmica e o profissional da área da saúde devem estar presentes para unir o saber popular da comunidade com o saber científico no sentido que se obtenha resultados satisfatórios no tratamento de doenças. Por outro lado, atividades como essa realizada na UBS contribuem para o crescimento acadêmico-profissional dos discentes envolvidos, porque enquanto estes têm oportunidade de levar conhecimento aos pacientes, também adquirem o conhecimento empírico partilhado pelos próprios pacientes, referente ao uso de plantas medicinais e mesmo outras experiências que são de suma importância para o crescimento do futuro profissional da área da saúde, que tem como meta zelar pela humanização, pelo cuidado e saúde do paciente. Contudo, a realização do Chá Terapêutico na UBS contribuiu para o fortalecimento da prática da fitoterapia aliada ao compartilhamento de conhecimentos populares dos usuários do SUS, que puderam, sobretudo, compreender a importância da orientação do profissional farmacêutico em relação à utilização de plantas medicinais e fitoterápicos.

Referências:

1. Arnous AH, Santos AS, Beinner RPC. Plantas medicinais de uso caseiro: conhecimento popular e interesse por cultivo comunitário. Revista Espaço para Saúde. 2005;6(2):1-6.

2. Arrais PSD. O uso irracional de medicamentos e a farmacovigilância no Brasil. Cad. Saúde Pública. 2002;18(5).
3. Carvalho JP, Barros MG. Uso correto de medicamentos. Cartilha. Rio de Janeiro: Instituto de Tecnologia em Fármacos. 2011: 1-16.
4. Rivlin RS. Historical perspective on the use of garlic. The Journal of Nutrition. 2001;131,(3):951-4.