

## PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS POR IDOSOS DA ZONA RURAL DE FAGUNDES - PB

Marcelo Italiano Peixoto (1); Emerson de Araújo Do Bú (2); Elizama Leal de Melo Lima (3); Ellen Tatiana Santos de Andrade (4)

- (1) *Discente de Medicina e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; celoitaliano@gmail.com*
- (2) *Discente de Psicologia e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; dobuemerson@gmail.com*
- (3) *Discente de Psicologia e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; e.lizama.melo@hotmail.com*
- (4) *Discente de Medicina e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; ellenandrade-@hotmail.com*

### INTRODUÇÃO

A fitoterapia representa parte importante da cultura e da história de um povo, sendo um saber compartilhado e usufruído ao longo de várias gerações<sup>1</sup>. As plantas medicinais podem representar fator de grande importância para a manutenção das condições de saúde das pessoas. Elas permitem a otimização das funções fisiológicas, restauram a imunidade enfraquecida e podem desintoxicar o organismo<sup>2</sup>.

A despeito da terapêutica com plantas medicinais ter perdido espaço para os medicamentos sintéticos, diversos fatores vêm contribuindo para o aumento do uso delas nos dias atuais, tais como: o difícil acesso aos fármacos, custo alto dos medicamentos alopáticos, efeitos colaterais causados pelas drogas sintéticas, assim como o uso crescente de produtos de origem natural<sup>3</sup>.

Na Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde realizada em Alma-Ata no ano de 1978, a Organização Mundial de Saúde corroborou de forma oficial o uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos, assim como aconselhou a difusão de conhecimentos necessários para seus corretos usos. Desde então, acentuou-se mundialmente a defesa, incentivo e inserção da fitoterapia na Assistência Pública à Saúde<sup>4</sup>.

Em agosto de 2014 foi realizada pesquisa na zona rural da cidade Fagundes - PB, com o objetivo de conhecer o uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos por idosos dessa localidade. O estudo foi transversal do tipo exploratório observacional e descritivo quanto aos seus objetivos, com aplicação de questionários para coletar os dados necessários.

O projeto de pesquisa foi aprovado pela Plataforma Brasil, tendo como CCAE: 19428913.1.0000.5182. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## MÉTODO

Por meio da análise dos dados coletados na pesquisa citada, objetivou-se realizar uma análise do uso de plantas medicinais por idosos da zona rural de Fagundes – PB. Os participantes responderam que plantas medicinais utilizavam para tratar sintomas ou para melhorar a saúde, qual o modo de preparo e com qual finalidade as usavam. Não foram considerados usos não terapêuticos, como culinária.

Por meio das respostas dessas perguntas, com auxílio do software Microsoft Office Excel<sup>®</sup>, objetiva-se expor os dados coletados, assim como discorrer acerca dos usos de plantas medicinais pelos participantes.

## RESULTADOS

O número de participantes da pesquisa foi 119 idosos. Apenas 10 declararam não usar plantas medicinais para tratar sintomas (8,4%). A tabela 1 ilustra as plantas usadas pelos idosos para tratar sintomas e promoção da saúde, com suas respectivas contagens de citações:

Planta medicinal (como falada pelo participante)	Número de
Erva-cidreira	70

Capim-santo	40
Endro	32
Boldo, erva-doce	28
Mastruz	21
Colônia	19
Hortelã-graúda	14
Hortelã-miúda	12
Alecrim	11
Arruda, camomila	10
Hortelã, saião	9
Louro	8
Laranja, sabulgueiro	6
Cumarú, malva rosa, romã	5
Babosa, canela, catingueira, sabugueiro	4
Angico, aroeira, chá preto, jatobá, juá, mororó	2
Juá, anil estrelado, babatenom, cajueiro, cajuroxo, cebola branca, eucalipto, flor de laranjeira, gergelim, girassol, graviola, macaçar, maracujá, marmeleiro, matapasto,	1

melão de São Caetano, mussambê, quebra-pedra, saiá, sena
--

TABELA 1: Plantas medicinais usadas pelos participantes, e o respectivo número de vezes em que foram citadas pelos participantes.

A planta mais citada foi a erva-cidreira, nome informal da *Melissa officinalis*. Os participantes informaram que a usam para tratar os seguintes sintomas: como calmante (33), dor de barriga (17), problemas intestinais (10), hipertensão (4), tosse (2), gases (2), dor de estômago (2), diarreia (2), azia, insônia, febre, gripe, mal estar. Os modos de preparo foram a fervura (45) ou infusão (9) das folhas.

O efeito mais explorado, como calmante, é bem documentado na literatura científica. Essa planta tem propriedades de ligação aos receptores colinérgicos e pode modular o humor, assim como a performance cognitiva<sup>5</sup>.

Também há estudos que indicam eficácia da melissa em tratar dor abdominal. O estudo de Vejdani *et al.* (2006) verificou os efeitos do carmint, um medicamento feito com extratos de *Melissa officinalis*, *Mentha spicata*, e *Coriandrum sativum*, na dor abdominal de pacientes com síndrome do intestino irritável. Já o estudo de Savino *et al.* (2005) observou os efeitos da droga ColiMil<sup>®</sup>, feita com extratos de *Melissa officinalis*, *Matricariae recutita* e *Foeniculum vulgare*, em latentes com cólicas. Nos dois estudos observaram melhora do sintoma<sup>6,7</sup>.

A segunda planta mais citada foi o capim-santo (*Cymbopogon citratus*). Os modos de preparo foram a fervura das folhas (26) e a infusão das folhas (14). Ele foi usado para os seguintes usos: calmante (14), dor em geral (6), dor de barriga (4), hipertensão (3), febre (2), dor de cabeça, problemas no intestino, saúde no geral. A atividade calmante do *C. citratus* é comprovada, e existe devido ao citral presente na planta. Já o alívio de dores deve-se a outra substância existente nesse vegetal, o mirceno<sup>8</sup>.

A terceira planta mais citada foi o endro (*Anethum graveolens*), sendo seus usos, como ditos pelos participantes: trombose (20), dor (4), AVC (2), estômago (2), cólica, derrame, dor de barriga, hipertensão, problemas de coração, próstata, tontura.

As seguintes plantas medicinais mais utilizadas foram o boldo (*Peumus boldus*) e a erva-doce (*Pimpinella anisum*), com 28 citações cada. Os usos informados para o boldo

foram: dor de barriga (11), constipação (4), problemas no intestino (4), doença de fígado(3), catarro (2), má digestão (2), problemas de estômago (2), febre, dor nos rins. Já os usos informados para a erva-doce foram: calmante (14), hipertensão (3), dor no estômago (2), barriga inchada, coração acelerado, desarranjo intestinal, dor de barriga, fortificar, para tudo, tontura.

## CONCLUSÕES

Os idosos da zona rural de Fagundes – PB usam diversas plantas, tanto para tratar sintomas como para melhorar a saúde. O uso mais comum relatado foi como calmante, que pode ajudar a combater e prevenir estresse e ansiedade. Apesar de muitos a usarem apenas por conhecimento popular, a literatura científica dá embasamento para diversos usos.

A planta mais usada, a erva-cidreira, tem diversas propriedades comprovadas pela ciência, como atividade antioxidativa, antibiótica, antifúngica, antibacteriana e sedativa<sup>9</sup>. Portanto, é uma planta que tem grande valor não apenas para a saúde dos habitantes, mas para a cultura.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Tomazzoni MI, Negrelle RRB, Centa MdL. Fitoterapia popular: a busca instrumental enquanto prática terapêutica. *Texto & Contexto - Enfermagem*. 2006;15:115-21.
2. França ISXd, Souza JAd, Baptista RS, Britto VRdS. Medicina popular: benefícios e malefícios das plantas medicinais. *Revista Brasileira de Enfermagem*. 2008;61:201-8.
3. Gama X, Silva MAP. A utilização da fitoterapia por idosos de um centro de saúde em área central da cidade de São Paulo. *Saúde Coletiva*. 2006;11:79-84.
4. Fontenele RP, Sousa DMPd, Carvalho ALM, Oliveira FdA. Fitoterapia na Atenção Básica: olhares dos gestores e profissionais da Estratégia Saúde da Família de Teresina (PI), Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2013;18:2385-94.

5. Demirci K, Akgönül M, Demirdaş A, Akpınar A. Does *Melissa Officinalis* Cause Withdrawal or Dependence? *Medical Archives*. 2015;69(1):60-1.
6. Vejdani R, Shalmani H, Mir-Fattahi M, Sajed-Nia F, Abdollahi M, Zali M, et al. The Efficacy of an Herbal Medicine, Carmint, on the Relief of Abdominal Pain and Bloating in Patients with Irritable Bowel Syndrome: A Pilot Study. *Dig Dis Sci*. 2006;51(8):1501-7.
7. Savino F, Cresi F, Castagno E, Silvestro L, Oggero R. A randomized double-blind placebo-controlled trial of a standardized extract of *Matricariae recutita*, *Foeniculum vulgare* and *Melissa officinalis* (ColiMil®) in the treatment of breastfed colicky infants. *Phytotherapy Research*. 2005;19(4):335-40.
8. Pinto DA, Mantovani EC, Melo EdC, Sedyama GC, Vieira GHS. Produtividade e qualidade do óleo essencial de capim-limão, *Cymbopogon citratus*, DC., submetido a diferentes lâminas de irrigação. *Revista Brasileira de Plantas Medicinai*s. 2014;16:54-61.
9. Luz JMQ, Silva SM, Habber LL, Marquez MOM. Produção de óleo essencial de *Melissa officinalis* L. em diferentes épocas, sistemas de cultivo e adubações. *Revista Brasileira de Plantas Medicinai*s. 2014;16:552-60.