



USO DE FITOTERÁPICOS E PLANTAS MEDICINAIS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO

Ana Caroline de Araújo Silva ¹
Ana Caroline da Fonseca Nunes ²
Maria Amélia Pires Soares da Silva ³
Laiane Santos Eufrásio ⁴
Lígia Rejane Siqueira García ⁵

RESUMO

O envelhecimento da população mundial fez com que a ciência buscasse meios para reduzir ou prevenir os fatores negativos dessa fase e melhorar a condição de saúde. Muitas mulheres que estão no climatério começam a apresentar sintomas comuns a esse período. As plantas medicinais possuem substâncias que podem ser usadas para fins terapêuticos e são capazes de contribuir com o alívio dos sintomas climatéricos. Para tanto, o estudo tem o intuito de avaliar o uso de fitoterápicos e plantas medicinais por mulheres no climatério. Trata-se de um estudo transversal de natureza quantitativa, que teve como critério para participação: mulheres com idades entre 40 e 65 anos, inscritas no projeto Florescer da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi. As voluntárias assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, aprovado pelo Comitê de Ética. A amostra foi composta por 47 mulheres que responderam um questionário on-line, que abordava perguntas sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais. Diante dos resultados adquiridos, foi possível observar que apenas 17,02% das mulheres faziam uso dos fitoterápicos e plantas medicinais. Entre os chás mencionados, o mais prevalente foi o chá de camomila (10,63%). Apenas uma participante mencionou fazer uso de fitoterápico à base de óleos de primula, borragem e linhaça. Portanto, faz-se necessário a promoção de educação em saúde com foco na divulgação de conhecimentos sobre plantas medicinais e fitoterápicos, visto que estes podem amenizar os sintomas do climatério.

Palavras-chave: Climatério, Envelhecimento, Saúde da Mulher, Plantas Mediciniais, Fitoterápicos.

¹ Graduanda do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, anacarolinearaujosilva387@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, carolfonsecanunes2000@gmail.com;

³ Graduanda do Curso de Fisioterapia da Universidade Estadual do Rio Grande do Norte - UFRN, maria.amelia.123@ufrn.edu.br;

⁴ Professora do Curso de Fisioterapia, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi - UFRN, laiane.eufrasio@ufrn.edu.br ;

⁵ Professora do Curso de Nutrição, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi - UFRN, ligiarejane@yahoo.com