



A EDUCAÇÃO AMBIENTAL E O USO DE PLANTAS MEDICINAIS POR IDOSOS DA UNIVERSIDADE ABERTA À MATURIDADE EM LAGOA SECA – PB

Luana da Silva Barbosa, Ana Carolina Bezerra, Kaline Lígia Nascimento, Gabrielly Ketly Vidal de
Oliveira, Camila Firmino de Azevedo

*(Universidade Estadual da Paraíba, luanabarbosassb@gmail.com; Universidade Estadual da Paraíba,
acbezerra78@gmail.com; Universidade Estadual da Paraíba, kaline.dmi@hotmail.com; Universidade Estadual da
Paraíba, gabriellykvidal@gmail.com; Universidade Estadual da Paraíba, camfiraze@bol.com.br)*

Resumo: É comum o uso de plantas medicinais na preparação de remédios caseiros para tratar várias enfermidades, principalmente por idosos. O uso adequado dos princípios ativos de uma planta exige o preparo correto, para cada parte a ser usada, grupo de princípio ativo a ser extraído ou doença a ser tratada, existe forma de preparo e uso mais adequados. Assim, objetivou-se resgatar informações sobre a utilização de plantas medicinais por idosos do grupo de convivência da Universidade Aberta à Maturidade em Lagoa Seca – PB. Foram realizadas palestras educativas abordando temas referentes a utilização de plantas medicinais e sua forma de preparo e na oportunidade foram realizadas entrevistas com 40 idosos através da aplicação de questionários sócio comportamentais que abordava o tema e estes dados foram analisados a partir de análise estatística descritiva mediante determinação das frequências percentuais observadas nas categorias das variáveis, o banco de dados foram tomados os dados obtidos através do preenchimento do questionário e tabulados através do software editor de planilhas Excel. Foram entrevistados 32 mulheres e 8 homens, com diferentes faixas etárias; todos já haviam utilizado plantas medicinais e a maioria utilizava apenas quando estava doente, porque gosta e/ou não faz mal à saúde e/ou é melhor que remédio de farmácia. Em relação a aquisição, 47,5% possui uma horta caseira, destes a maioria cultiva erva-cidreira, hortelã miúda e capim-santo e as mais utilizadas pelos idosos são erva-doce, hortelã miúda e eucalipto. As partes mais utilizadas são as folhas e na forma de chá. Quanto à eficácia, todos responderam que deu resultado e 45% dos mesmos aprendeu a utilizar com os pais. Ao fim, pode-se concluir que as pessoas podem utilizar plantas medicinais para os diversos tipos de problemas de saúde e a maioria dos idosos do grupo de convivência Universidade Aberta a Maturidade – UAMA, em Lagoa Seca – PB utilizam as plantas medicinais por que gostam e/ou não faz mal à saúde e/ou porque acreditam que são melhores que remédios encontrados na farmácia.

Palavras-chave: medicina popular; etnobotânica; fitoterapia.



Introdução

A adaptação dos vários grupos humanos a riqueza biológica do país gerou um inestimável sistema de conhecimento local que inclui uma extensa fonte de informações sobre o uso de plantas utilizadas para fins medicinais (ALVES et al., 2008). Estas plantas sempre tiveram grande importância na cultura, na medicina e na alimentação das sociedades no mundo. As populações, por meio de seus curadores e do uso autônomo, acumularam experiências e vasto conhecimento a seu respeito (SANTOS, 2007).

Observa-se que no Nordeste é ainda mais comum o uso de plantas medicinais na preparação de remédios caseiros para tratar várias enfermidades (TORRES et al., 2005), principalmente por idosos. Mas esta utilização exige precaução e a ciência busca a união do progresso com aquilo que a natureza oferece, de uma forma onde o uso de plantas medicinais mesmo sendo alicerçado no conhecimento popular, tenha cuidados essenciais, pois elas podem apresentar propriedades indesejáveis produzidas pelo efeito tóxico e pela interação com outras plantas ou medicamentos (ACCORSI, 2000).

A saúde é um setor bastante influenciado pelo envelhecimento e pelo aumento da longevidade. Nesse contexto, admite-se que o uso de medicamentos constitui uma intervenção importante para a recuperação e manutenção da saúde de grande parcela dos idosos (MARLIÉRE et al., 2008).

Os fitoterápicos são considerados uma modalidade de terapia complementar ou alternativa em saúde e seu uso tem sido crescente (CARVALHO et al., 2008), bastante utilizado por idosos. Sendo realizado inquéritos de saúde em vários países e têm focalizado o uso desses medicamentos entre os idosos (BARDIA et al., 2007).

O aproveitamento adequado dos princípios ativos de uma planta exige o preparo correto, ou seja, para cada parte a ser usada, grupo de princípio ativo a ser extraído ou doença a ser tratada, existe forma de preparo e uso mais adequados. Os efeitos colaterais são poucos na utilização dos fitoterápicos, desde que utilizados na dosagem correta. A maioria dos efeitos colaterais conhecidos, registrados para plantas medicinais, são extrínsecos à preparação (CALIXTO, 2000) e estão relacionados a diversos problemas de processamento, tais como identificação incorreta das plantas, necessidade de padronização, prática deficiente de processamento, contaminação, substituição e adulteração de plantas, preparação e/ou dosagem incorretas (ARNOUS et al., 2005).

Diante do exposto, objetivou-se resgatar informações sobre a utilização de plantas medicinais por idosos do grupo de convivência da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA)

pertencente à Universidade Estadual da Paraíba, em Lagoa Seca – PB e além disso, contribuir para a utilização racional dessas espécies.

Metodologia

As ações educativas foram realizadas com idosos participantes do grupo de convivência da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), pertencente à Universidade Estadual da Paraíba, em Lagoa Seca/PB. O projeto da UAMA foi idealizado com o propósito de oferecer a aquisição do conhecimento em diferentes áreas, a socialização e troca de conhecimento intergeracionais, constituindo-se em uma proposta que possibilita à inclusão social do idoso. Por suas características metodológicas a UAMA é considerada uma iniciativa pioneira no Brasil.

Nas ações foram realizadas palestras educativas abordando temas referentes a utilização de plantas medicinais e sua forma de preparo. Na oportunidade foram realizadas entrevistas com 40 idosos através da aplicação de questionários sócio comportamentais que abordava o tema.

Os dados coletados durante a aplicação dos questionários foram analisados a partir de análise estatística descritiva mediante determinação das frequências percentuais observadas nas categorias das variáveis. Para a formação do banco de dados foram tomados os dados obtidos através do preenchimento do questionário, e posteriormente tabulados através do software editor de planilhas Excel, sendo elaboradas tabelas de quantificação das respostas, que foram apresentadas em porcentagem, sendo os dados analisados descritivamente

Resultados e discussões

As entrevistas foram realizadas com 40 idosos (32 mulheres e 8 homens), com faixa etária de 57,5% entre 60 a 70 anos, 32,5% de 71 a 80 anos, 7,5% entre 81 a 90 anos e 2,5% de 91 a 100 anos. Sendo que destes, 17,5% são solteiros, 47,5% casados, 25% viúvos e 10% divorciados. No que se refere à escolaridade, 10% são analfabetos, 10% são analfabetos funcionais, 45% cursaram até o fundamental I, 15% até o fundamental II, 12,5% até o ensino médio e 7,5% até o superior (Figura 1).

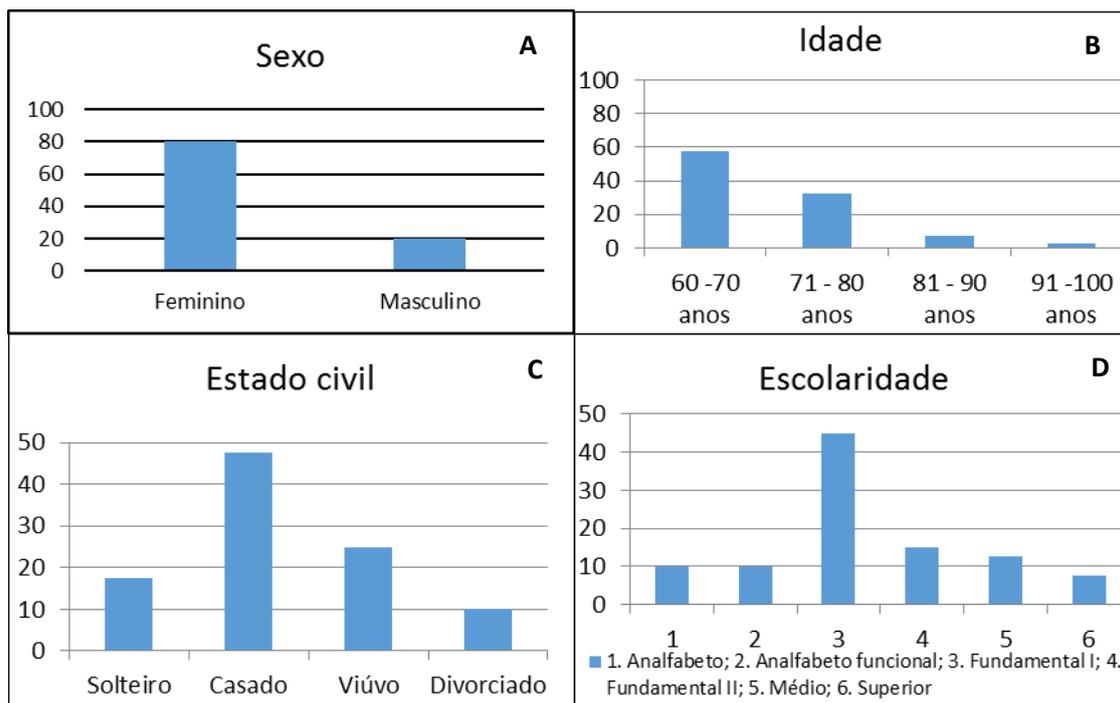


Figura 1. Caracterização dos idosos da Universidade Aberta à Maturidade, em Lagoa Seca – PB. **A.** Sexo; **B.** Idade; **C.** Estado civil; **D.** Escolaridade.

Os idosos foram questionados se já tinham utilizado plantas medicinais e todos responderam que sim. Em relação à frequência de utilização das plantas (Figura 2a), 17,5% respondeu que raramente; 22,5%, que usavam todos os dias; 17,5%, que utilizavam de três a duas vezes na semana; 2,5%, uma vez na semana; e 37,5%, apenas quando está doente.

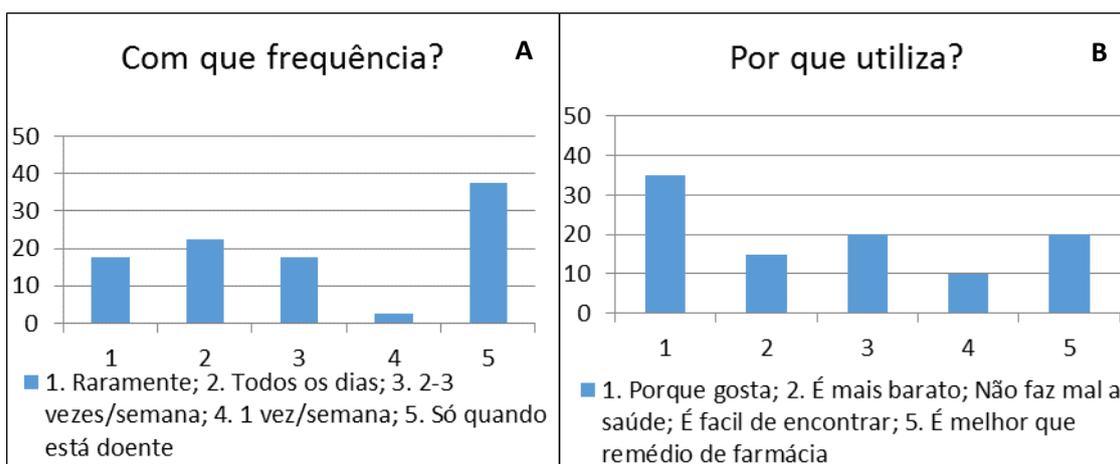


Figura 2. Caracterização da frequência e motivos de utilização de plantas medicinais por idosos da Universidade Aberta à Maturidade, em Lagoa Seca – PB. **A.** Com que frequência? **B.** Por que utiliza?

Em inúmeras populações tem sido observada a utilização das plantas como um dos poucos recursos terapêuticos para tratar suas doenças mais frequentes (PILLA et al. 2006). Assim, é



recomendado uma frequência de uso de até quatro vezes ao dia, no máximo, em intervalos bem separados, sendo que a pessoa deve tomar apenas uma xícara do chá/infuso de cada vez (MATOS, 2002).

Também foi questionado o motivo desta utilização (Figura 2b), 35% respondeu que utiliza porque gosta, 15% porque é mais barato, 20% porque não faz mal à saúde, 10% porque é fácil de encontrar e 20% respondeu que é melhor do que remédio de farmácia.

No Brasil, a população rural sempre fez uso de plantas medicinais, mas com a expansão de seu uso entre a população urbana, iniciou-se uma pressão extrativista nos locais onde ainda se pode encontrar populações de espécies com valor de mercado. Por seu baixo custo, as plantas medicinais representam, em muitos casos, a única alternativa possível para esta parcela da população (AZEVEDO e SILVA, 2013). Acrescenta-se o fato de que, assim como foi assinalado para a África do Sul, a atividade econômica dos erveiros pode se tornar uma atividade rentável (WILLIAMS et al. 2000).

Em relação ao local em que foram adquiridas as plantas medicinais (Figura 3), 12,5% respondeu que comprou na feira, 47,5% que possui uma horta caseira, 27,5% afirmou que adquire com a família, amigos ou vizinhos, 5% respondeu que encontrava na mata e 7,5% em farmácias ou supermercados. Em uma pesquisa feita por Pilla et al. (2006) com habitantes de Martim Francisco – SP, todos afirmaram que faziam uso de plantas medicinais e cerca de 54% dos entrevistados tinham horta caseiras com as plantas utilizadas.

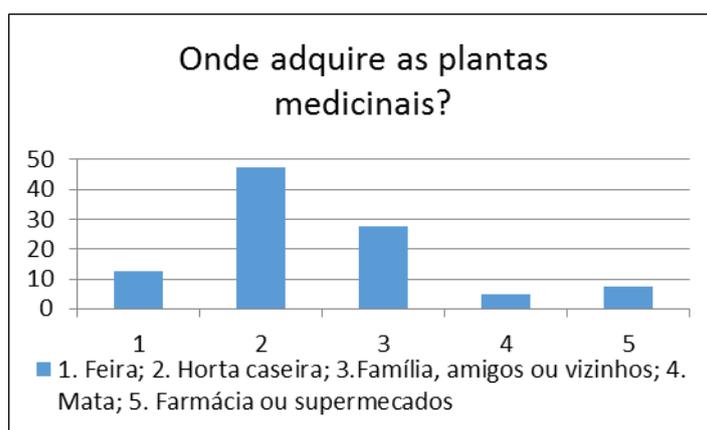


Figura 3. Aquisição de plantas medicinais pelos idosos da Universidade Aberta à Maturidade, em Lagoa Seca – PB.

Apesar das plantas medicinais já fazerem parte da cultura popular, nas últimas décadas o interesse pela fitoterapia teve um aumento considerável entre usuários, pesquisadores e serviços de



saúde (SOUZA et al. 2013). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) 80% da população dos países em desenvolvimento utilizam práticas tradicionais nos seus cuidados básicos de saúde e 85% usam plantas medicinais ou preparações destas.

Para os idosos que responderam que possuem horta caseira, foi questionado quais as plantas cultivadas, estando entre as mais citadas: capim-santo (27,27%), canela (6,81%), erva-doce (9,09%), hortelã grossa (24,54%), erva-cidreira (34,09%), malva-rosa (13,20%), hortelã miúda (27,27%), manjeriço (9,09%), limão (9,09%), mastruz (13,63%), arruda (6,81%), romã (13,63%), louro (4,54%), cajueiro-roxo (9,09%), camomila (4,54%), babosa (9,09%) e aroeira (4,54%).

Também foi questionado quais plantas eles ou alguém de sua casa já tinha utilizado, dentre elas estão: alecrim (31,81%), alfazema (29,54%), alho (61,36%), ameixa (20,45%), arnica (22,72%), aroeira (43,18%), arruda (54,54%), babosa (56,81%), boldo (72,72%), cajueiro-roxo (70,45%), camomila (63,63%), canela (65,90%), capim-santo (72,72%), confrei (22,72%), erva-cidreira (70,45%), erva-doce (75%), erva-mate (31,81%), sabugueiro (68,18%), quebra-pedra (54,54%), mulungú (31,81%), malva-rosa (59,09%), maracujá (63,63%), hortelã graúda (63,63%) e miúda (75%), gengibre (50%) e eucalipto (75%).

O limão é utilizado para gripe, diurético, antidiarreico, para hemorroidas (LOZENZI e MATOS, 2008). Já o alho é muito utilizado como anti-inflamatório, expectorante (SOUZA et al. 2013), boldo pode ser utilizado para mal-estar, ansiedade, constipação (CRUZ, 1995). A erva-cidreira é antirreumática, analgésico, calmante, expectorante (DANTAS, 2007). O sabugueiro para gripe, mas também é utilizado como analgésico, antisséptico e cicatrizante (SOUSA et al., 2013). Já o eucalipto é utilizado para hipoglicemiante (LORENZI e MATOS, 2008), gripe, antisséptico, sedativo, antitérmico e vermífugo (SOUSA et al, 2013).

Em relação à parte da planta mais utilizada (Figura 4a), 22,5% respondeu que era a raiz, 22,5% a casca do caule, 2,5% látex, 30% folhas, 12,5% flores, 5% frutos, 5% sementes. Quanto à forma que o entrevistado mais utiliza (Figura 4b), 42,5% respondeu chá, 7,5% compressa, 10% garrafada, 25% lambedor, 10% suco, 2,5% inalação e 2,5% sabonete medicinal.

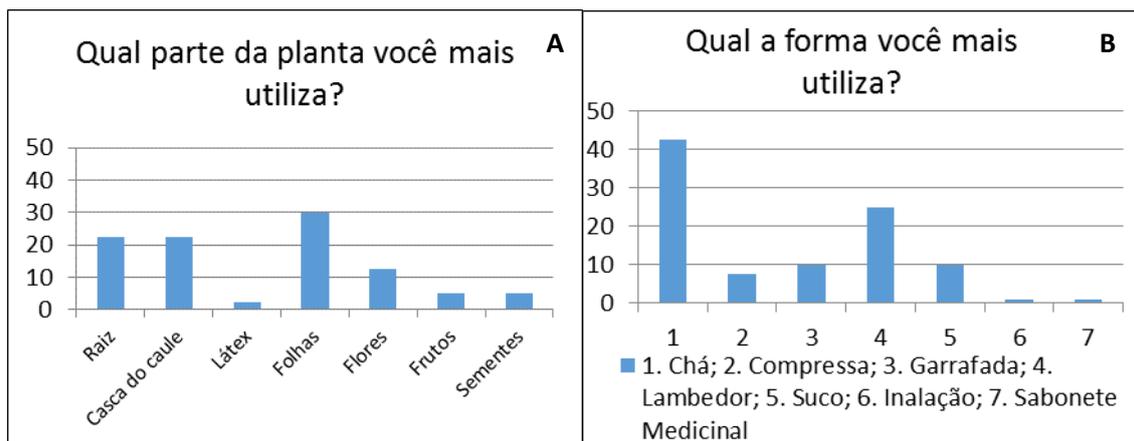


Figura 4. Caracterização da utilização de plantas medicinais pelos idosos da Universidade Aberta à Maturidade, em Lagoa Seca – PB. **A.** Qual parte da planta você mais utiliza? **B.** Qual a forma você mais utiliza?

Em uma pesquisa feita por Franco e Barros (2006) realizada no quilombo Olho D'água dos Pires (Esperantina – PI) em relação ao preparo dos remédios caseiros são citadas diversas partes dos vegetais, destacando-se as folhas (43,5%) e as cascas (19,5%); sementes (8%), raízes (7%), frutos (6%), flores (5%), látex e entre-casca (3%), sumo e bulbo (2%) e azeite (1%) aparecem apenas raramente. Costa-Neto e Oliveira (2000) demonstram resultados semelhantes nos estudos ocorridos em Tanquinho (BA), onde dentre as 97 plantas medicinais citadas, em cerca de 42% das espécies, a folha é citada como parte indicada, seguida dos grãos e sementes.

Para Castellucci et al. (2000), a explicação mais plausível para o maior uso das folhas na preparação de remédios deve-se ao fato de sua maior disponibilidade durante todo o ano (excetuando-se em biomas de Caatinga) e que é nas folhas que se concentram grande parte dos princípios ativos. Já entre as comunidades da Caatinga, estudadas por Albuquerque e Andrade (2002), destaca-se o uso das cascas por estas partes estarem disponíveis durante todo o ano, em função da caducidade das folhas na época seca.

Em relação à eficácia das plantas medicinais, todos responderam que deu resultado. Após isto, foi questionado através de quem (ou como) aprendeu a usar as plantas medicinais (Figura 5), 45% respondeu que foi com os pais, 15% com os avós, 12,5% vizinhos, 7,5% televisão, 2,5% profissionais da saúde, 10% livros, 7,5% rádio.

Segundo Brasileiro et al. (2008), o estudo de plantas medicinais, a partir de seu emprego pelas comunidades, pode fornecer informações úteis para a elaboração de estudos farmacológicos, fitoquímicos e agrônômicos sobre estas plantas, com grande economia de tempo e dinheiro. Desta

forma, pode-se planejar a pesquisa a partir de conhecimento empírico já existente, muitas vezes consagrado pelo uso contínuo, que deverá ser testado em bases científicas (SOUZA et al. 2013).

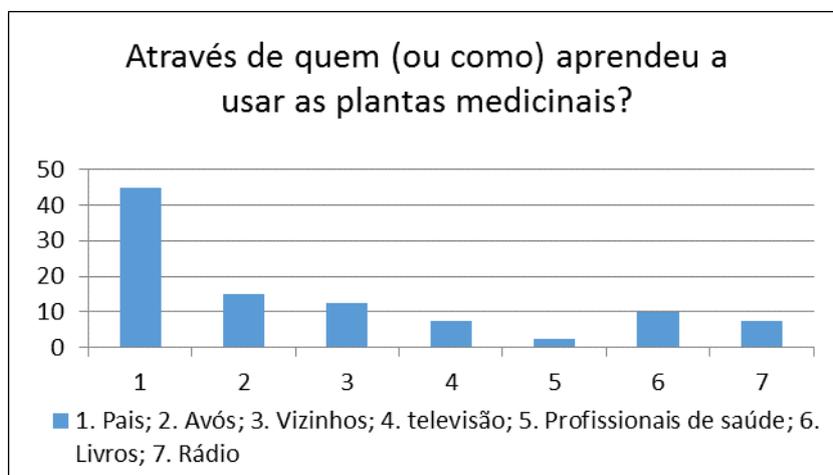


Figura 5. Aquisição do conhecimento sobre utilização de plantas medicinais por idosos da Universidade Aberta à Maturidade, em Lagoa Seca – PB (Através de quem (ou como) aprendeu a usar as plantas medicinais?)

O aumento da população idosa no Brasil traz desafios cada vez maiores aos serviços e aos profissionais de saúde, pois à medida que se envelhece surgem doenças crônicas, dentre elas a hipertensão arterial sistêmica, doenças osteoarticulares, diabetes, entre outras, fazendo com que dependam de tratamento medicamentoso prolongado e contínuo. Esta população está mais sujeita aos problemas agudos (infecções e transtornos menores), o que também está relacionado ao uso de medicamentos. Neste contexto, estes indivíduos tornam-se grandes consumidores de medicamentos, tornando-se o grupo mais medicalizado na sociedade (ANDRADE et al., 2004). Sendo assim, muitas vezes para obter o alívio dos problemas que os afligem, diante de quaisquer sintomas, especialmente os mais comuns, o idoso busca muitas vezes através da automedicação uma solução (AMB, 2001), utilizando plantas medicinais.

Em uma pesquisa feita por Cascaes et al. (2008) com 77 idosos da cidade de Tubarão – SC, 80,5% dos entrevistados se automedicavam e destes, 47,4% utilizavam plantas medicinais e a maioria (55,9%) relataram receber orientação de amigos, vizinhos e familiares. No entanto, é importante destacar o uso correto das plantas medicinais, caso contrário, poderá trazer malefícios.

As populações humanas convivem com uma grande diversidade de espécies vegetais, desenvolvendo maneiras particulares de explorá-las para distintas finalidades, usando-as como

alternativa de sobrevivência. Dentre estas, do repertório cultural, destaca-se o conhecimento sobre a utilização de plantas para fins terapêuticos (OLIVEIRA et al. 2010). As plantas são a identidade de um conjunto de pessoas, refletem o que são, o que pensam e suas relações com a natureza que os cerca. Esta sábia natureza lhes oferece alimentação, remédios, sustento rentável e desfrute da alma (MEDEIROS et al. 2004).

Conclusão

As pessoas podem utilizar plantas medicinais para os diversos tipos de problemas de saúde e a maioria dos idosos do grupo de convivência Universidade Aberta a Maturidade – UAMA, em Lagoa Seca – PB utilizam as plantas medicinais por que gostam e/ou não faz mal à saúde e/ou porque acreditam que são melhores que remédios encontrados na farmácia.

Referências Bibliográficas

- ACCORSI, W. R. Medicina natural, um novo conceito. A fórmula: guia de negócios. v. 2, n. 4, p. 5, 2000.
- ALBUQUERQUE, U. P.; ANDRADE, L. H. C. Conhecimento botânico tradicional e conservação em uma área de caatinga no estado de Pernambuco, Nordeste do Brasil. Acta Botanica Brasilica, v.16, n.3, p.273-85, 2002.
- ALVES, R. R. N. et al. Aspectos sócio-econômicos do comércio de plantas e animais medicinais em área metropolitanas do Norte e Nordeste do Brasil. Revista de biologia e ciências da terra, v. 8, n. 1, p. 181-189, 2008.
- ANDRADE, M. A. et al. Assistência Farmacêutica como Estratégia para o uso racional de medicamentos em idosos. Semina Ciências Biológicas e da Saúde, v. 25, n.1, p.55-63, 2004.
- ARNOUS, A. H. et al. Plantas medicinais de uso caseiro-conhecimento popular e interesse por cultivo comunitário. Revista espaço para a saúde, v. 6, n. 2, p. 1-6, 2005.
- ASSOCIAÇÃO MÉDICA BRASILEIRA. Automedicação. Ver. Assoc. Med. Bras., v. 47, n. 4, p.269-270, 2001.
- AZEVEDO, S. K. S.; SILVA, I. M. Plantas medicinais e de uso religioso comercializadas em mercados e feiras livres no Rio de Janeiro, RJ, Brasil. Acta bot. bras, v. 20, n. 1, p. 185-94, 2013.
- BARDIA, A. et al. Use of herbs among adults based on evidence-based indications: findings from the National Health Interview Survey. Mayo Clin Proc, v. 82, p. 561-566, 2007.

BRASILEIRO, B. G. et al. Plantas medicinais utilizadas pela população atendida no Programa de Saúde da Família, Governador Valadares, MG, Brasil. *Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas*, v. 44, n. 4, p. 629-636, 2008.

CALIXTO, J. B. Efficacy, safety, quality control, marketing and regulatory guidelines for herbal medicines (phytotherapeutic agents). *Braz J Med Biol Res.* v. 33, n. 2, p. 179-89, 2000.

Carvalho, A. C. B. et al. Situação do registro de medicamentos fitoterápicos no Brasil. *Rev Bras Farmacogn* v. 18, p. 314-319, 2008.

CASCAES, E. A. et al. Perfil da automedicação em idosos participantes de grupos da terceira idade de uma cidade do sul do Brasil. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, v. 3, n. 1, 2008.

CASTELLUCCI, S. et. al. Plantas medicinais relatadas pela comunidade residente na Estação Ecológica de Jataí, município de Luís Antonio - SP; uma abordagem etnobotânica. *Revista Brasileira de Plantas Mediciniais*, v.3, n.1, p.51-60, 2000.

COSTA-NETO, E. M.; OLIVEIRA, M. V. M. The use of medicinal plants in the coutry of Tanquinho, state of Bahia, North-eastern Brazil. *Revista Brasileira de Plantas Mediciniais*, v.2, n.2, p.1-8, 2000.

CRUZ, L. G. *Dicionário das plantas úteis do Brasil*. 5 ed. São Paulo: Bertrand, 599p, 1995.

DANTAS, I. C. *O Raizeiro*. 1 ed. Campina Grande: ADUEP, 540 p., 2007.

FRANCO, E. A. P.; BARROS, R. F. M. Uso e diversidade de plantas medicinais no Quilombo Olho D'água dos Pires, Esperantina, Piauí. *Rev. Bras. Pl. Med., Botucatu*, v.8, n.3, p.78-88, 2006.

LORENZI, H.; MATOS, J. C. *Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas*. 2 ed. Nova Odessa: Plantarum. 2008.

MARLIÉRE, L. D. P. et al. Utilização de fitoterápicos por idosos: resultados de um inquérito domiciliar em Belo Horizonte (MG), Brasil. *Revista Brasileira Farmacognosia*, v. 18, n. supl, 2008.

MATOS, F. J. A. *Farmácias vivas - Sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades*. 4ª ed. Fortaleza: EUFC; p. 267, 2002.

MEDEIROS, M. F. T. et al. Plantas medicinais e seus usos pelos sitiantes da Reserva Rio das Pedras, Mangaratiba, RJ, Brasil. *Acta Botanica Brasilica*, v. 18, n. 2, p. 391-399, 2004.

OLIVEIRA, F. C. S. et al. Plantas medicinais utilizadas em comunidades rurais de Oeiras, semiárido piauiense. *Rev. Bras. Pl. Med., Botucatu*, v.12, n.3, p.282-301, 2010.

PILLA, M. A. C. et al. Obtenção e uso das plantas medicinais no distrito de Martim Francisco, Município de Mogi-Mirim, SP, Brasil. *Acta bot. bras.* v. 20, n. 4, p. 789-802, 2006.



SANTOS, B. S. Renovar a teoria crítica e reinventar a emancipação social. São Paulo: Boitempo, 2007.

SOUSA, A. A. et al. Plantas Medicinais em Enfermagem e os saberes populares. São Paulo. 2013.

SOUZA, C. M. P. et al. Utilização de plantas medicinais com atividade antimicrobiana por usuários do serviço público de saúde em Campina Grande–Paraíba. Rev Bras Plantas Med, v. 15, n. 2, p. 188-93, 2013.

TORRES, A. R. et al. Estudo sobre o uso de plantas medicinais em crianças hospitalizadas da cidade de João Pessoa: riscos e benefícios. Revista brasileira de farmacognosia, v. 15, n. 4, p. 373-80, 2005.

WILLIAMS, V. L. et al. Unraveling the commercial market for medicinal plants and plant parts on the Witwatersrand, South Africa. Economic Botany v. 54, n. 3, p. 310-327, 2000

