

USO DE PLANTAS MEDICINAIS RELATADO PELOS IDOSOS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ariane Ferreira de Menezes ¹

Muriel Salgueiro da Silva ²

Ane Gabrielle Muniz ³

Jarbas da Silva Ziani ⁴

Maria Amanda Bibiano de Jesus ⁵

Cenir Goncalves Tier ⁶

Resumo:

O envelhecimento na maioria das vezes vem acompanhado do surgimento de alguma doença. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde de 2013, em torno de 80% dos idosos padecem de uma ou mais doenças crônicas não transmissíveis e 36% podem padecer de três delas. Frente a isso, é esperado que os idosos utilizem inúmeros medicamentos para controle dessas doenças. Para Muniz et al., (2016), os erros mais comuns de uso de medicamentos em idosos envolvem medicamento impróprio, dose errada, frequência inadequada, período insuficiente ou demasiado de consumo, além de combinação inadequada com outros fármacos e plantas medicinais provocando interação indesejada. No Brasil, verificou-se que 80% da população brasileira já fizeram ou fazem uso de plantas medicinais em seu dia-dia e deste total, grande parte é composta por pessoas com 60 anos ou mais (PEREIRA et al., 2016). Para tanto teve-se como objetivo nesta atividade esclarecer aos idosos sobre os cuidados que deve-se ter com a utilização de plantas medicinais no dia-a-dia. Relato de experiência da equipe do projeto de extensão intitulado "Envelhecer com Arte e Saúde" do qual fazem parte acadêmicos do curso de Enfermagem e da Medicina Veterinária da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). Esta foi uma das ações desenvolvidas no segundo semestre de dois mil e dezessete. Teve-se como local a sala de reuniões de uma Estratégia de Saúde da Família de um Município da Fronteira Oeste do Rio Grande do Sul. As ações ocorrem quinzenalmente, nas sextas-feiras com duração de uma hora e meia. Participaram desta atividade cinco pessoas idosas, sendo quatro do sexo feminino. A média das idades ficou entre 65 e 80 anos. Durante a atividade foi possível observar que os idosos fazem uso das plantas medicinais como um importante recurso terapêutico, o que o transforma em um meio de transmissão de informações práticas e teóricas sobre a fitoterapia. Sento esta prática de grande relevância cultural para indivíduos de diferentes faixas etárias. Diante disso verifica-se o valor que existe acerca dos conhecimentos e da utilização das plantas medicinais, e o conhecimento popular apresentado evidencia que a fitoterapia é um foco de interesse. Neste sentido, os profissionais de saúde devem buscar capacitação e informações acerca do uso seguro de plantas medicinais, uma vez que esta é uma pratica comum da população.

Palavras-chave: Envelhecimento; Plantas medicinais;

USO DE PLANTAS MEDICINAIS RELATADO PELOS IDOSOS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

¹ Aluno de graduação. ariane.m.f001@gmail.com. Autor principal

² Aluno de graduação. muri.salgueiro@gmail.com. Co-autor

³ Aluno de graduação. ane.gabrielemuniz@gmail.com. Co-autor

⁴ Aluno de graduação. jarbasziani230@gmail.com. Co-autor

⁵ Aluno de graduação. amandabj2008@gmail.com. Co-autor

⁶ Docente. cenirtier@unipampa.edu.br. Orientador



USO DE PLANTAS MEDICINAIS RELATADO PELOS IDOSOS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento na maioria das vezes vem acompanhado do surgimento de alguma doença. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde de 2013, em torno de 80% dos idosos padecem de uma ou mais doenças crônicas não transmissíveis e 36% podem padecer de três delas.

Na Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) de 2008, 77,4% dos idosos declararam-se com alguma doença crônica não transmissível, sendo que, aproximadamente 55% de indivíduos possuem Plano de Saúde Suplementar.

Frente a isso, é esperado que os idosos utilizem inúmeros medicamentos para controle dessas doenças. Para Muniz et al., (2016), os erros mais comuns de uso de medicamentos em idosos envolvem medicamento impróprio, dose errada, frequência inadequada, período insuficiente ou demasiado de consumo, além de combinação inadequada com outros fármacos e plantas medicinais provocando interação indesejada.

No Brasil, verificou-se que 80% da população brasileira já fizeram ou fazem uso de plantas medicinais em seu dia-dia e deste total, grande parte é composta por pessoas com 60 anos ou mais (PEREIRA et al., 2016).

Para tanto teve-se como objetivo nesta atividade esclarecer aos idosos sobre os cuidados que deve-se ter com a utilização de plantas medicinais no dia-a-dia.

2. METODOLOGIA

Relato de experiência da equipe do projeto de extensão intitulado “Envelhecer com Arte e Saúde” do qual fazem parte acadêmicos do curso de Enfermagem e da Medicina Veterinária da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). Esta foi uma das ações desenvolvidas no segundo semestre de dois mil e dezessete.

Teve-se como local a sala de reuniões de uma Estratégia de Saúde da Família de um Município da Fronteira Oeste do Rio Grande do Sul. As ações ocorrem quinzenalmente, nas sextas-feiras com duração de uma hora e meia.

A atividade foi desenvolvida através de uma conversa com apresentação multimídia, onde foi esclarecido aos idosos sobre os benefícios, malefícios, interações medicamentosas e cuidados que devemos ter com a utilização das plantas medicinais. Além disso, foram apresentadas imagens de plantas que tem maior índice de consumo no Rio Grande do Sul, suas nomenclaturas, diferentes espécies, toxicidade e o tempo adequado para utilização. Ressalta-se que o projeto está registrado no SIPPEE da Unipampa sob número 10.065.16.

3. RESULTADOS e DISCUSSÃO

Participaram desta atividade cinco pessoas idosas, sendo quatro do sexo feminino. A média das idades ficou entre 65 e 80 anos.

Diante dos relatos das pessoas idosas percebeu-se- que os mesmos possuem entendimento sobre as plantas medicinais as quais utilizam em seu dia-a-dia, bem como quanto a toxicidade de algumas. Contudo, relataram que, não tinham conhecimento de que as plantas poderiam interagir com os medicamentos que utilizavam. Quanto aos motivos para o uso das plantas mencionaram o fato de “não fazer mal a saúde”, “ser mais barato”, “não apresentarem efeitos colaterais” e, por “gostarem de usar”.

Por serem naturais e terem utilização difundida desde os primórdios, há ainda quem acredite que plantas medicinais não apresentam riscos à saúde. Entre as plantas medicinais os idosos citaram o boldo, erva-cidreira, capim-cidró e hortelã, sendo a maioria delas cultivadas em seu quintal (RAIMUNDO JUNIOR et al.,2012).

Para Pereira et al., (2016) o fator econômico tem grande influência na aquisição de plantas medicinais, pois o fato de muitas delas serem cultivadas em quintais, torna-as acessíveis a grande parte da população.

Quando questionados quanto a referência dos benefícios das plantas os idosos mencionaram que o conhecimento foi adquirido através de seus ascendentes e do conhecimento popular.

Conforme Ceolin et al., (2011) a principal forma de disseminação de informações referentes à fitoterapia ocorre de forma oral, esse conhecimento vem geralmente dos integrantes mais experientes de uma família, sendo os idosos figuras centrais nesse processo.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a atividade foi possível observar que os idosos fazem uso das plantas medicinais como um importante recurso terapêutico, o que o transforma em um meio de transmissão de informações práticas e teóricas sobre a fitoterapia. Sento esta prática de grande relevância cultural para indivíduos de diferentes faixas etárias.

Diante disso verifica-se o valor que existe acerca dos conhecimentos e da utilização das plantas medicinais, e o conhecimento popular apresentado evidencia que a fitoterapia é um foco de interesse.

Neste sentido, os profissionais de saúde devem buscar capacitação e informações acerca do uso seguro de plantas medicinais, uma vez que esta é uma prática comum da população.

5. REFERÊNCIAS

CARVALHO, T. B.; LEMOS, I. C. S.; SALES, V. S.; FIGUEIREDO, F. R. S. D. N. F.; RODRIGUES, C. K. S.; KERNTOPF, M.R. Papel dos idosos no contexto do uso de plantas medicinais: contribuições à medicina tradicional. **Rev. Ensaios Cienc., Cienc. Biol. Agrar. Saúde**, v. 19, n. 1, p. 38-41, 2015.

CEOLIN, T.; HECK, R. M.; BARBIERI, R. L.; SCHWARTZ, E.; MUNIZ, R. M.; PILLON, C. N. Plantas medicinais: transmissão do conhecimento nas famílias de agricultores de base ecológica no Sul do RS. **Rev. esc. enferm. USP**, v. 45, n.1, p.47-54, 2011.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios. **Um panorama da saúde no Brasil: acesso e utilização**

dos serviços, condições de saúde e fatores de risco e proteção à saúde 2008.
Rio de Janeiro, 2010.

JUNIOR, R. G. O.; LAVOR, E. M.; OLIVEIRA, M. R.; SOUZA, E. V.; SILVA, M. A.; SILVA, M. T. N. M.; NUNES, L. M. N. Plantas medicinais utilizadas por um grupo de idosos do município de Petrolina, Pernambuco. **Rev. Eletrônica de Farmácia**, v. 9, n.3, p. 16-28, 2012.

MUNIZ, E, C, S.; GOULART, F. C.; LAZANINI, C. A.; MARIN, M. J. S. Análise do uso de medicamentos por idosos usuários de plano de saúde suplementar. **Rev. Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 3, p. 375-387, 2017.

PEREIRA, A. R. A.; VELHO, A. P. A.; CORTEZ, D. A. G.; SZERWIESKI, L. L. D.; CORTEZ, L. E. R. Uso tradicional de plantas medicinais por idosos. **Rev. Rene**, v. 17, n.3, 2016.