

## USO DE PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS NO AUTOCUIDADO DE IDOSOS

Mirella Dias Marinho (1); Maria Janielly de Oliveira Costa (2); Ellen Tatiana Santos de Andrade (3); Cristina Ruan Ferreira de Araújo (4).

(1) *Universidade Federal de Campina Grande; Acadêmica de Enfermagem; Bolsista PET Conexões de Saberes Fitoterapia; mirelladias94@hotmail.com.*

(2) *Universidade Federal de Campina Grande; Acadêmica de Enfermagem; Bolsista PET Conexões de Saberes Fitoterapia; mariajaniellycg@hotmail.com.*

(3) *Universidade Federal de Campina Grande; Acadêmica de Medicina; Voluntária PET Conexões de Saberes Fitoterapia; ellenandrade-@hotmail.com*

(4) *Universidade Federal de Campina Grande; Tutora do PET Conexões de Saberes Fitoterapia; profcritinaruan@gmail.com.*

### RESUMO

A proposta deste estudo bibliográfico foi identificar como ocorre o uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos por idosos, utilizando as bases de dados LILACS, SciELO e BVS, sendo selecionados 28 artigos. As concepções encontradas referem-se ao autocuidado, ao uso de plantas medicinais e os aspectos que englobam essas temáticas. Foi identificado a partir da análise dos artigos selecionados que os idosos utilizam plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos estando ou não associado a terapia medicamentosa, também foi possível verificar que os mesmos acreditam na eficácia do produto natural e não creem em seu potencial tóxico. Ainda foi verificado os modos mais comuns de utilização e preparo destes produtos.

### INTRODUÇÃO

O autocuidado caracteriza-se pela realização de atividades por um indivíduo para seu benefício próprio com objetivo de manter sua saúde e seu bem estar. Fatores internos e externos do inerentes ao indivíduo como sexo, fatores econômicos e socioculturais, são determinantes na capacidade de autocuidado. Essa prática, quando bem fundamentada, auxilia na manutenção da integridade funcional e estrutura do ser humano, e ainda contribui para o desenvolvimento do mesmo de modo saudável.<sup>1</sup>

Na prática do autocuidado são utilizados recursos que incluem terapia farmacológica ou uso de compostos naturais, como o uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos, além daqueles cuidados presentes no cotidiano, como alimentação e higiene. Na tomada de decisão acerca de qual método efetivo deve ser utilizado no autocuidado da saúde, o indivíduo comumente opta por escolher determinada terapia de acordo com experiências prévias, por

indicação dos integrantes da comunidade em que encontra-se inserido e ainda por influência das mídias. <sup>2</sup>

A utilização de terapias alternativas e complementares é resultado do contexto histórico e cultural, e dissemina-se cada vez mais entre as populações<sup>3</sup>. As plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos estão cada vez mais difundidos entre idosos com o objetivo de manter a saúde e tratar patologias. <sup>4</sup>

A população idosa no Brasil vem crescendo consideravelmente, com isso também há um aumento nas demandas de saúde direcionadas a esta população. Este grupo possui como uma das características o acometimento por doenças crônicas e múltiplas, para além das patologias, os idosos comumente detêm conhecimentos acerca de plantas medicinais empregadas de acordo com a demanda de sua saúde para mais efetivação do tratamento. Este conhecimento é disseminado entre gerações por meio do saber empírico na prática do auto cuidado.<sup>5</sup>

Assim esse estudo tem como objetivo analisar as características e o conhecimento dos idosos referente ao uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos no autocuidado com o objetivo de prevenir, tratar e curar patologias.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica na qual foram utilizadas as bases de dados LILACS, SciELO e BVS. Inicialmente foi realizada uma busca acerca da temática para o conhecimento referente ao uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos por idosos. Inicialmente foram considerados os títulos e os resumos dos artigos para a seleção de possíveis trabalhos de interesse dentro da temática. Utilizou-se como palavras chave os termos idoso, plantas medicinais e autocuidado.

Foram utilizados como critérios de inclusão os textos que abordavam os princípios do autocuidado e da utilização de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos, textos nacionais (com o objetivo de aproximar a discussão ao nosso contexto) e textos publicados a partir do ano 2000. Assim foram encontrados 28 artigos, dos quais foram excluídos da amostra os que não apresentavam os critérios citados acima. A amostra foi finalizada com 23 artigos para a construção do presente estudo.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Dentre os 23 artigos que foram analisados, houve predominância daqueles onde os temas abordados eram relativos a levantamentos com idosos atendidos em campos de saúde. As percepções encontradas acerca do autocuidado com utilização de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos encontrados nos 23 artigos foram, qualidade de vida, conhecimento empírico, alívio dos sintomas, a crença, o conhecimento passado entre gerações e o modo de preparo de chás.

Com relação a qualidade de vida, os idosos relataram que após a inserção de terapias alternativas e complementares em seu cotidiano, estando ou não associada a terapia medicamentosa, houve uma expressiva melhora na qualidade de vida, diminuindo ou extinguindo sintomas que antes eram comuns. Ainda foi possível observar que a população também associa a qualidade de vida a alimentação e os exercícios físicos.<sup>6</sup>

Referente ao conhecimento empírico, muitos referem acreditar nas avaliações de parentes ou amigos próximos, alegam ainda que estes possuem conhecimento de vivência, que, segundo os idosos, os profissionais da área da saúde nem sempre possuem, e por isso motivo é mais efetivo o que se ouve e se vê do que o saber científico.<sup>7</sup>

Quanto ao tipo mais prevalente de preparo utilizando plantas medicinais, a garrafada foi a que se encontra com maior destaque, seguida de chás com efeito calmante e chás com efeito direto no sistema gastrointestinal. O modo de preparo mais presente analisado nos estudos, foi a infusão e decocção. Segundo os usuários esses métodos foram passados para eles de modo empírico juntamente com a indicação da planta medicinal.<sup>8</sup>

Por fim, foi possível identificar que muitos idosos não acreditam no potencial tóxico que as plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos podem trazer e a maioria referiu que indicaria a terapia a seus conhecidos.

## CONCLUSÃO

Foi possível observar que a maioria dos idosos que cuidam de sua saúde utilizando produtos naturais relatam possuir qualidade de vida mais efetiva. A forma de consumo mais comum utilizada por esta população são as plantas medicinais em modo de chás e o método de preparo mais prevalente é por infusão e decocção. O saber empírico é o modo de disseminação deste conhecimento e muitas vezes o saber científico fornecido é ignorado pelos usuários que estão certos que apenas o conhecimento passado entre gerações é correto. Ainda foi possível observar que os idosos que utilizam plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos no tratamento de patologias acreditam que é a ação unicamente da planta que alivia os sintomas e promove a cura, não sendo associada portando aos fármacos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Orem DE, Foster PC, Bennet AM. In: George JB e colab. *Teorias da enfermagem: os fundamentos à prática profissional*. 4º Ed. Porto Alegre: Ed. ARTMED, 2000.
2. Schenkel EP, Mengue SS e Petrovick PR. (Org). *Cuidado com medicamentos*. 4ed. Ver. Ampl. Porto Alegre/Florianópolis: Ed. Da UFRGS/Ed. Da UFSC, 224 p, 2004
3. OMS. Estratégias de la OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005. Genebra: OMS, 2002
4. Barnes J, Quality, efficacy and safety of complementary medicines: fashions, facts and the future. Part I. Regulation and quality. *Br J Clin Pharmacol*, 55:331-340,2003b

5. Wong LL, Rodríguez and Carvalho JA. *O rápido processo de envelhecimento populacional do Brasil: sérios desafios para as políticas públicas*. Rev. bras. estud. popul. [online]. 2006, vol.23, n.1, pp. 5-26.
6. Balbinot S, Velasquez PG and Dusman E.. *Reconhecimento e uso de plantas medicinais pelos idosos do Município de Marmeleiro - Paraná*. Rev. bras. plantas med. [online]. 2013, vol.15, n.4, suppl.1, pp. 632-638.
7. Feijo AM. et al. *Plantas medicinais utilizadas por idosos com diagnóstico de Diabetes mellitus no tratamento dos sintomas da doença*. Revista Brasileira de Plantas Medicinai, v.14, n.1, p.50-56, 2012
8. Balbach A. *As Plantas Curam*. 2 ed. Itaquaquecetuba: Vida Plena, 1993
- 9.