

EDUCAÇÃO EM SAÚDE ENTRE ESCOLARES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Túlio Chaves Mendes¹, Beatriz Souza de Albuquerque Cacique New York¹, Laize Silva Nascimento¹ Valber da Silva Macêdo¹, Clésia Oliveira Pachú²

Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, Acadêmicos¹, Orientadora², tuliochavesmendes@gmail.com; bia.hp@hotmail.com; laize_silva@hotmail.com; valbermacedo@hotmail.com; clesiapachu@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O Brasil apresenta grande biodiversidade vegetal, com diversos ambientes e floras específicas, indicadas muitas vezes para tratamentos de males associados a vários sistemas, principalmente sistemas digestório, respiratório e excretor que estão ligados a maiores quantidades de plantas (COSTA E MAYWORM, 2011).

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS) revela ser a fitoterapia, terapêutica que utiliza plantas medicinais, utilizada para cura por meio de diferentes formas de tratamento de doenças. Esta prática de Atenção Primária da Saúde se fundamenta no acúmulo de informações por sucessivas gerações (BRASIL, 2015).

Assim, as plantas medicinais correspondem às mais antigas “armas” empregadas pelo homem no tratamento das enfermidades e na utilização de plantas na prevenção e/ou na cura de doenças, existindo sempre na história da humanidade (MORAES E SANTANA, 2001). Estas plantas de interesse popular e institucional vêm favorecendo o fortalecimento da fitoterapia no SUS.

A população que utiliza plantas medicinais para fins terapêuticos, não tem conhecimento da possível existência de toxicidade, além de não saber a forma correta de cultivo, preparo, suas indicações e contra-indicações (BRUNING et al., 2012). Faz-se necessária a atuação dos profissionais de saúde, na atenção básica para auxílio quanto a sensibilização do uso dessa terapêutica e utilização correta das plantas para obtenção dos seus benefícios. Portanto, o uso adequado das plantas medicinais traz inúmeros benefícios para quem as utiliza desde que, haja controle acerca da sua utilização e conhecimento dos riscos.

Assim, percebe-se a relevância do relato de experiência do Projeto intitulado “Plantas Medicinais e suas utilidades nos sistemas orgânicos: Uma abordagem universitária” na promoção de reflexão acerca da Prática Integrativa, a partir da Educação em Saúde entre escolares. Objetivou-se sensibilizar crianças e adolescentes, utilizando-se da educação em saúde, para adequada utilização das plantas medicinais, alertando acerca da importância, finalidades e efeitos adversos.

METODOLOGIA

Apresenta-se um relato de experiência do Projeto “Plantas Medicinais e suas utilidades nos sistemas orgânicos: Uma abordagem universitária” realizado na Escola CAIC José Jofilly, localizada na cidade de Campina Grande, PB, ocorrido, semanalmente, de setembro de 2016 a dezembro de 2016. Foram assistidos estudantes da escola, de ambos os sexos, das turmas do 6º e 9º ano, do ensino fundamental II e, do 1º e 2º anos do ensino médio, turmas C e A, respectivamente. As referidas turmas eram disponibilizadas durante 50 minutos, as terças-feiras pela manhã para realização da intervenção. A Intervenção compreendia diferentes estratégias educativas que integralizavam o saber popular e científico, de modo a contribuir para aumentar conhecimentos, desenvolver habilidades e atitudes sobre os problemas de saúde e seus tratamentos.

No primeiro momento, apresentou-se o projeto e, em tendo interesse de participar, por parte do estudante, procedia-se a explanação de temas relativos às plantas medicinais e seus efeitos nos sistemas orgânicos. Em seguida, eram realizadas rodas de discussão e degustação de chás, com as turmas, procurando observar a autonomia e o comprometimento dos estudantes com a promoção à saúde, prevenção e controle de doenças e melhoria da qualidade de vida. Por fim, foi realizada a construção de uma horta horizontal buscando mobilizar a comunidade com o compromisso com o uso de plantas medicinais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro momento, durante a realização da intervenção se conheceu a realidade local, a fim de observar necessidades e dúvidas dos estudantes acerca das plantas medicinais para que no decorrer das atividades essas inquietações fossem supridas. Em estudo realizado por Badke (2008), identificou-se que em zona urbana, o primeiro contato dos entrevistados foi na infância, por meio da observação dessa prática ser realizada por suas mães e avós.

As atividades foram desenvolvidas com fundamentação teórica acerca das plantas medicinais disponíveis na Relação de Plantas Medicinais de Interesse ao Sistema Único de Saúde RENISUS (2009) adaptando de forma que abrangesse as principais plantas presentes na realidade dos assistidos pelo referido Projeto. Entre as plantas medicinais utilizadas por estudantes estavam o boldo para combater a má digestão; hortelã usada em casos de sinusite; camomila erva cidreira como calmantes. Estas plantas, de grande utilidade no dia-a-dia, por tratar-se de método barato e de fácil acesso para a população (BRASILEIRO et al., 2008).

A atividade se mostrou relevante, pois para cada benefício oferecido por uma planta, há um distúrbio orgânico importante que pode ser curado e, alguém que possa necessitar desta. Como exemplo da Camomila (*Chamomilla recutita* (L.) Rauschet) que tem atividade sedativa confirmada em testes com cobaias (COSTA E MAYWORM, 2011). Em contrapartida, a Erva cidreira (*Melissa officinalis* L.), costuma ser utilizada popularmente para controlar crises nervosas, taquicardia, melancolia, histerismo e ansiedade (MEIRA et al., 2012). A planta Hortelã é uma espécie do gênero *Mentha*, destaca-se por suas propriedades medicinais. Neste se encontra a hortelã-pimenta (*Mentha x piperita* L., Lamiaceae), podendo ser utilizada no tratamento de náuseas, cólicas gastrointestinais, flatulências, cálculos biliares, icterícia, ansiedade e expectoração (MORAIS, 2014).

Buscou-se, por meio das palestras, seguidas por rodas de discussão, relacionar doenças que os assistidos julgavam ter maior relevância respondendo as suas perguntas acerca dos tratamentos com uso das plantas medicinais. A população tem dúvidas acerca do seu uso, pois em zonas urbanas, diferenciam-se das zonas rurais e indígenas, onde o aprendizado é socializado no âmbito familiar. E assim, à medida que gerações vão sendo substituídas, grande parte destas informações vão se perdendo, justificando a necessidade do resgate deste conhecimento (BRASILEIRO et al., 2008).

Partindo desta constatação, foi identificado entre estudantes, mesmo os que utilizavam plantas como forma de tratamento, havia dificuldade em relação ao uso correto das plantas sendo explanado durante as intervenções, a necessidade de consultar um médico no seu posto de saúde ou hospital para melhor avaliação de sinais e sintomas.

Quando apresentados sobre o modo de preparo correto dos chás por meio da infusão, a maioria dos assistidos relatou que seus familiares ferviam as folhas da planta para produção do chá.

Neste contexto, fica identificada a importância da orientação quanto ao cultivo e manejo correto das plantas medicinais, enquanto complementação do conhecimento popular e científico acerca da produção e uso de plantas medicinais, fundamental para segurança e eficácia (BRASILEIRO et al., 2008). A prática da fervura não é adequada visto que tal preparo prejudica a função terapêutica da planta devido à inativação dos óleos essenciais, presentes do vegetal (OLIVEIRA E LUCENA, 2015).

Foi trabalhado com as crianças e adolescentes a sensibilização e aprendizado acerca das ervas. Por meio de uma didática diferenciada, a degustação dos chás de camomila, erva doce e erva cidreira. Os participantes do projeto levaram os chás prontos, para que fosse realizada a degustação dos mesmos. Desta maneira os assistidos se mostraram muito curiosos a cada degustação questionando acerca de cada propriedade dos chás que estavam degustando, ficando demonstrado importância e relevância das plantas medicinais.

A despreocupação dos assistidos quanto a possível toxicidade de plantas medicinais é algo a ser observado. Tal posicionamento reflete como encaram as plantas medicinais, por isso, alertou-se como tais vegetais podem produzir uma variedade de substâncias químicas e diversas atividades biológicas. A utilização deve ser limitada a plantas que sejam previamente conhecidas ou com identificação prévia (CAMPOS et al., 2016).

No Brasil em 2012, ocorreram 1026 casos, correspondendo a 1,2% dos casos de intoxicação humana ocorridos, sendo que as plantas ocupam o 13º lugar, em número de casos de intoxicação com 1185 casos registrados. No Nordeste em 2014, dentre os 3,92% de pessoas intoxicadas por plantas estavam entre 1 a 9 anos de idade, tendo o principal motivo o abuso, em que a maioria dos indivíduos eram habitantes da zona urbana, do sexo masculino (SINITOX, 2014).

Os extensionistas, membros do Projeto em discussão, apresentaram preocupação em promover interação entre crianças e adolescentes e suas famílias enviando questionários para eles aplicarem com seus responsáveis. Os aprendizados acerca das discussões de cada encontro foram relatados nas rodas de conversa, em razão destas serem um importante portal de influência do conhecimento popular de plantas medicinais (MENDIETA et al., 2014).

Deste modo, é de suma importância que a promoção em saúde esteja presente no ambiente escolar por intermédio de práticas de baixo custo que atendam às necessidades dos assistidos,

proporcionadas pelo uso de plantas medicinais, a partir da sensibilização de crianças e adolescentes alertando acerca dos seus benefícios, importância e efeitos adversos.

CONCLUSÕES

O projeto “Sistemas Orgânicos e Plantas Medicinais: Uma abordagem universitária” apresentou impacto positivo na escola, pois mudou a visão de muitas crianças e adolescentes acerca da utilização das plantas medicinais e seus benefícios, assim como permitiu o compartilhamento de experiências que foram de extrema importância para diálogo entre estudantes, suscitando conseqüentemente, o interesse acerca das plantas medicinais como meio curativo e preventivo de baixo custo e fácil acesso para toda população.

Sabe-se que apesar da fitoterapia ser reconhecida e denominada como prática integrativa complementar no Sistema Único de Saúde, muitos desconhecem a sua importância e isso se deve à falta de efetividade de sua aplicação em âmbitos como o ensino básico.

Uma prova de que existe uma inefetividade do serviço é a ausência de conhecimento acerca da toxicidade das plantas medicinais não catalogadas na RENISUS e, modo de preparo incorreto de chás. Faz-se necessário que profissionais de saúde possam despertar a população quanto aos benefícios e facilidade de obtenção dessas plantas a partir do uso racional e efetivo na Atenção Básica.

REFERÊNCIAS

BADKE M.R. **Conhecimento popular sobre o uso de plantas medicinais e o cuidado de enfermagem** [Dissertação de Mestrado] Santa Maria (RS): Universidade Federal de Santa Maria; 2008.

BRASIL. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. Ministério da Saúde. 2ª ed. Brasília – DF 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **RENISUS – Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS. Espécies vegetais**. DAF/SCTIE/MS – RENISUS - 2009.

BRASILEIRO, B.G. et al. Plantas medicinais utilizadas pela população atendida no "Programa de Saúde da Família", Governador Valadares, MG, Brasil. **Rev. Bras. Cienc. Farm.**, São Paulo, v. 44, n. 4, p. 629-636, Dec. 2008.

BRUNING, M. C. R. et al. A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu – Paraná: a visão dos profissionais de saúde. **Ciência e saúde coletiva**. vol.17, nº10. Rio de Janeiro, Out., 2012.

CAMPOS, S.C. et al. Toxicidade de espécies vegetais. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v.18, n.1, supl. I, p.373-382, 2016.

COSTA, V.P.; MAYWORM, M.A.S. Plantas medicinais utilizadas pela comunidade do bairro dos Tenentes - município de Extrema, MG, Brasil. **Rev. bras. plantas med.** vol.13 no.3 Botucatu. 2011.

MEIRA, M.R; MARTINS, E.R; MANGANOTTI, S.A. Crescimento, produção de fitomassa e teor de óleo essencial de melissa (*Melissa officinalis* L.) sob diferentes níveis de sombreamento. **Rev. bras. plantas med.**, Botucatu , v. 14, n. 2, p. 352-357, 2012.

MENDIETA, M.C. et al. Transmissão de conhecimento sobre plantas medicinais no contexto familiar: Revisão integrativa. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, 8(10):3516-24, out., 2014.

MORAES, M.E.A.; SANTANA, G.S.M. **Aroeirado-sertão: um candidato promissor para o tratamento de úlceras gástricas**. Funcap, v. 3, p. 5-6, 2001.

MORAIS, T.P.; ASMAR, S.A.; LUZ, J.M.Q.. Reguladores de crescimento vegetal no cultivo in vitro de *Mentha x Piperita* L. **Rev. bras. plantas med.**, Botucatu , v. 16, n. 2, supl. 1, p. 350-355, 2014.

OLIVEIRA, D.M.S; LUCENA, E.M.P. O uso de plantas medicinais por moradores de Quixadá-Ceará. **Rev. bras. Plantas med.** Botucatu, v. 17, n. 3, p. 407-412, setembro de 2015.

SINTOX (Sistema Nacional de Informações Tóxico Farmacológicas). Registros de Intoxicações/dados nacionais/ 2014.