

## **PLANTAS MEDICINAIS E A SAÚDE FAMILIAR**

**Estudantes: Ana Gabriele de Abreu Fonseca, Ana Luiza Santos de Oliveira, Mariana de Oliveira Ramos.**

**Orientadores: Natália Barbosa Fernandes.**

**Escola: Escola Municipal Sebastiana Silveira Pinto**

### **Introdução**

Podemos chamar de plantas medicinais aquelas que possuem características que ajudam no tratamento de doenças ou que melhorem as condições de saúde das pessoas.

São elementos que constituem parte da biodiversidade e a escolha do tema “Plantas medicinais e a saúde familiar” se justifica se reconhecermos que são bastante utilizadas desde os primórdios da civilização por vários povos e de diversas maneiras. Atualmente, cerca de 80% da população utiliza recursos da medicina popular para tratamento de alguma doença. Mas o principal fator que contribuiu para atizar a curiosidade e estudar esse tema não foi somente a importância delas para as pessoas e sim o “descaso” da nossa geração para os benefícios que elas trazem.

Os conhecimentos a respeito da utilização das plantas medicinais são repassados ao longo das gerações de forma oral e prática, essas observações populares sobre o uso e a eficácia das mesmas contribuem de forma positiva para a divulgação dos efeitos medicinais que produzem, apesar de não terem sua eficácia comprovada cientificamente.

Apesar do que foi expostos acima, dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) diz que cerca de 80% da população fazem uso de algum tipo de plantas medicinais. Inclusive o Ministério da Saúde aprovou dia 03 de Maio de 2006, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do Sistema Único de Saúde, entre as várias diretrizes existentes no decreto, uma estabelece que devam ser adotadas medidas que possibilitem tornar disponíveis plantas medicinais ou fitoterápicas nas unidades de saúde de forma complementar, utilizando como um dos produtos as plantas medicinais, sejam eles manipulados ou industrializados.

---

Em discussões com os alunos da escola percebemos que as crianças têm pouco ou nenhum conhecimento a respeito das plantas medicinais. Foi então que decidimos fazer um resgate cultural dos saberes populares que estão perdendo espaço no nosso cotidiano.

### **Objetivos**

- Produção de cartilhas explicativas, sobre o uso correto das ervas medicinais, proporcionando conhecimento, evitando que as informações de senso comum sejam repassadas sem fundamentação científica;
- Questionário para melhor conhecimento da relação das famílias dos alunos com o uso das plantas medicinais, enfatizando a saúde e doenças da mulher;
- Ministras palestras repassando conhecimentos adquiridos para os demais alunos, sobre a importância das plantas medicinais, sensibilizando sobre a prevenção de intoxicações com o uso incorreto das mesmas;
- Exposição de cartazes explicativos na escola do uso adequado das plantas para fins terapêuticos, mostrando a importância da temática no cotidiano das crianças, a fim de que chegue a informação em casa.
- Seleção de doenças mais indicadas no questionário e as plantas indicadas para cada uma (ex: hipertensão, diabetes, colesterol, cólicas);

### **Metodologia**

Após a escolha da temática e pesquisas bibliográficas, iniciamos o estudo sobre a história do uso das plantas medicinais e suas implicações no cotidiano das famílias. Enviamos um questionário para a casa de 30 crianças para saber a relação e o conhecimento que essas famílias têm com o uso das plantas medicinais em casa. Depois fizemos o levantamento dos dados obtidos no questionário das plantas medicinais mais utilizadas permitindo o conhecimento e entendimento da relação dos vegetais com essas famílias, que nos permite a confecção de cartazes explicativos e informativos expondo nas paredes da escola, Após realizar estudos mais aprofundados sobre cada uma das plantas descritas pelas famílias, torna-se relevante a realização de palestras que serão organizadas por nós na própria escola, no intuito de sensibilizar as crianças para o uso correto das plantas medicinais, associando a teoria com a prática, trazendo para a sala de aula espécimes de plantas medicinais, explicitando seus aspectos morfológicos, seus benefícios, bem como o uso correto delas.

---

## **Resultados**

Após desenvolver todas as ações do projeto, espera-se que o conhecimento adquirido pelas crianças seja transmitido em casa para cada família, mantendo o emprego das plantas medicinais, de forma correta, bem como a utilização em suas várias formas: chás, xaropes, inalações, compressas, entre outras para determinado, deve ser utilizados de forma consciente, com cuidado e de forma adequada, pois os vegetais não estão livres de substâncias tóxicas e ainda não existem literaturas científicas sobre o princípio ativo de todas as plantas medicinais. Portanto, com essa iniciativa, proporciona-se a minimização da automedicação com as ervas medicinais, respeitando nossa saúde e corpo, evitando efeitos indesejados.

## **Referências Bibliográficas**

ALVES, L. P. L.; DIAS, C. N.; DIAS, I. C. L.; FIRMO, W. C. A.; MENEZES, V. J. M.; NETO, M. S.; OLEA, R. S. G.; PASSOS, C. E. C.. CONTEXTO HISTÓRICO, USO POPULAR E CONCEPÇÃO CIENTÍFICA SOBRE PLANTAS MEDICINAIS\*. Disponível em: [http://www.pppg.ufma.br/cadernosdepesquisa/uploads/files/Artigo%2010\(9\)](http://www.pppg.ufma.br/cadernosdepesquisa/uploads/files/Artigo%2010(9)). Acesso em: 20 de set. 2016.

BRITTO, N. Z.; SAMPAIO, D. M.; SOBZAK, E.; ULBRICH, R.; ULBRICH, R. J.. PLANTAS MEDICINAIS NA ESCOLA – UM DIÁLOGO ENTRE PIBID DIVERSIDADE, CIÊNCIAS DA NATUREZA E SABERES POPULARES. <http://licenciatura.educampo.ufsc.br/files/2014/10/roneiulbrich>. Acesso em: 20 de set. 2016.