

# OFICINA SOBRE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS NO DIA INTERNACIONAL DA MULHER um relato de experiência

## WORKSHOP ON MEDICINAL AND PHYTOTHERAPY PLANTS IN INTERNATIONAL WOMEN'S DAY an experience report

**Brenna Karoline  
Carneiro Souza**

Discente do curso de graduação em Farmácia (UNIFAMETRO).

**Herley Maciel de Holanda**

Discente do curso de graduação em Fisioterapia (UNIFAMETRO).

**Estefânia Araujo Braga**

Discente do curso de graduação em Farmácia (UNIFAMETRO).

**José Roberto da Silva  
Viana**

Discente do curso de graduação em Farmácia (UNIFAMETRO).

**Jefferson Kesley Melo  
Damasceno**

Discente do curso de graduação em Farmácia (UNIFAMETRO).

**Nívia Tavares Pessoa**

Docente do curso de graduação em Farmácia (UNIFAMETRO).

Resumo expandido premiado como melhor Comunicação Oral da área de Saúde e 2º lugar no VIII Encontro de Iniciação à Pesquisa da CONEXÃO Unifametro 2020.

### RESUMO

**Introdução:** A educação popular em saúde é uma prática voltada para a promoção, a proteção e a recuperação da saúde a partir do diálogo entre a diversidade de saberes, valorizando os saberes populares, a ancestralidade, a produção de conhecimentos e a inserção destes no SUS. A educação em saúde, como prática de promoção, está diretamente relacionada às políticas de saúde. A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, integrada também à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, busca fomentar o uso seguro e eficaz de plantas medicinais e fitoterápicos. Ações de educação em saúde são capazes de promover saúde e, para plantas medicinais e fitoterápicos, definir mais uma opção terapêutica. **Objetivo:** Relatar a experiência da realização de uma oficina de plantas medicinais com um grupo de mulheres em alusão ao Dia Internacional da Mulher. **Métodos:** Atividade realizada pelos alunos do projeto de extensão CIM, em uma escola municipal de fortaleza com mulheres através da realização de escalda pés e orientação sobre o uso correto de plantas medicinais. **Resultados:** O evento teve uma ótima participação e foi possível perceber um envolvimento das participantes, onde foi possível retirar dúvidas e realizar orientação individual além de estimular à promoção da saúde da população e trazer um ganho científico, também, aos acadêmicos participantes. **Conclusão/Considerações finais:** Diante da abordagem, pode ser percebido o interesse dos participantes em aprender o uso correto das plantas medicinais e a sua ação na vida da família.

**Palavras-chave:** Promoção da saúde. Educação em saúde. Fitoterapia. Plantas medicinais.

### ABSTRACT

**Introduction:** Popular health education is a practice aimed at the promotion, protection and recovery of health based on a dialogue between the diversity of knowledge, valuing popular knowledge, ancestry, the production of knowledge and their insertion in SUS. Health education, as a promotion practice, is directly related to health policies. The National Policy on Medicinal and Phytotherapeutic Plants, also integrated into the National Policy on Integrative and Complementary Practices, seeks to promote the safe and effective use of medicinal and phytotherapeutic plants. Health education actions are able to promote health and, for medicinal plants and herbal medicines, define yet another therapeutic option. **Objective:** To report the experience of conducting a medicinal plant workshop with a group of women in reference to International Women's Day. **Methods:** Activity carried out by the students of the CIM extension project, in a municipal school in Fortaleza with women through scalding and guidance on the correct use of medicinal plants. **Results:** The event had a great participation and it was possible to perceive an involvement of the participants, where it was possible to remove doubts and provide individual guidance in addition to stimulating the promotion of the population's health and bringing scientific gain, also, to the participating academics. **Conclusion / Final considerations:** Given the approach, the interest of the participants in learning the correct use of medicinal plants and their action in the family's life can be perceived.

**Keywords:** Health promotion. Health education. Phytotherapy. Medicinal plants.

## 1 INTRODUÇÃO

O ser humano tem direito a saúde como algo fundamental, segundo a inscrição na carta de fundação da Organização Mundial da Saúde (OMS) de 1948, conforme o acordo mundial referido pela Declaração Universal dos direitos Humanos. De acordo com a Constituição Federal do Brasil de 1988, Art.196 “A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação” (BRASIL, 2010).

A promoção e a proteção da saúde das populações é fundamentada, no crescente desenvolvimento socioeconômico, dessa forma, auxilia para uma melhor qualidade de vida, sendo um direito e um dever individual e comum da sociedade participar no planejamento e na realização do cuidado afirma assim a Declaração de Alma-Ata (BRASIL, 2002).

Desse modo, a promoção à saúde representa formas e estratégias para produzir a saúde no contexto individual e coletivo, com o objetivo de assistir as necessidades sociais de saúde e ao mesmo tempo garantir uma melhora na qualidade de vida da comunidade em especial as populações emergentes que vivem em meio de vulnerabilidade (MALTA *et al.*, 2016). A educação em saúde está diretamente relacionada as práticas de promoção à saúde.

Na educação em saúde a aprendizagem mais relevante é a atuação onde o ministro relata uma informação que existe uma relação expressiva ao indivíduo ouvinte de maneira natural. Para uma melhor compreensão é indispensável à presença de um meio que estimule a cognição, algo que tenha relevância significativa, dessa forma, possibilita que seja aberto um diálogo entre os presentes (SANTOS, MARTINS, CRISTO, 2015).

Segundo o site do Ministério da Saúde a educação popular em saúde é definida como “é uma prática voltada para a promoção, a proteção e a recuperação da saúde a partir

do diálogo entre a diversidade de saberes, valorizando os saberes populares, a ancestralidade, a produção de conhecimentos e a inserção destes no SUS”. (BRASIL, 2013).

A educação em saúde, como prática de promoção, está diretamente relacionada às políticas de saúde. A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, integrada também à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, busca fomentar o uso seguro e eficaz de plantas medicinais e fitoterápicos (BRASIL, 2006).

Desse modo, objetiva-se promover e reconhecer o uso de práticas populacionais, como atividades oriundas da tradição de uso de plantas medicinais, uma vez que há um fácil acesso às plantas, apresentando baixo custo e menos riscos se usadas de forma correta (ZENI *et al.*, 2017).

No contexto do desenvolvimento da saúde e a luta pelas causas sociais, dentro da revolução industrial ocorrida no século XIX, inicialmente na Europa, a mulher teve grande importância. Com a ascensão do capitalismo, a mulher ganhou seu lugar no mercado de trabalho, ainda que sem direitos trabalhistas, deixando o ciclo doméstico o que levou a ocorrer mudanças na rotina e na estrutura familiar. A mão de obra feminina passou a integrar a fábricas e indústrias (SANTOS, 2016). Por meio de grandes manifestações sociais e lutas das mulheres, foi possível a conquista de alguns direitos para a classe. Contudo, ainda hoje mulheres sofrem preconceitos e discriminações. Apesar dos grandes avanços ainda é perceptível o preconceito dentro da sociedade (OLIVEIRA, 2019).

Nesse contexto de saúde da mulher, foi instituído, no Brasil, a política brasileira voltada à saúde da mulher, onde a mulher tem seus direitos humanos garantidos além do direito a maternidade, mesmo essa sendo lésbica tem o direito a inseminação. Portanto, a política afirma que: “deverá atingir as mulheres em todos os ciclos de vida, resguardadas as especificidades das diferentes faixas etárias e dos distintos grupos popula-

cionais (mulheres negras, indígenas, residentes em áreas urbanas e rurais, residentes em locais de difícil acesso, em situação de risco, presidiárias, de orientação homossexual, com deficiência, dentre outras)” (BRASIL, 2004).

Assim, ações de educação em saúde voltadas a esse público são capazes de promover saúde e, para plantas medicinais e fitoterápicos, definir mais uma opção terapêutica.

O dia oito de março é dedicado ao Dia Internacional da Mulher, momento de reconhecer a importância da figura feminina dentro da família e do meio social, momento de reconhecer a sua força em ser mãe, esposa, conselheira e amiga e na maioria das vezes provedora dos lares. O presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência da realização de uma oficina de plantas medicinais com um grupo de mulheres em alusão ao Dia Internacional da Mulher.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência da realização de uma Oficina de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, ocorrida na localidade do bairro Pirambu, do projeto AMAR, que ocorre na Escola Municipal Cura D' Ares em Fortaleza, Ceará, em alusão ao Dia Internacional da Mulher que é comemorado no dia 8 de maio, onde contou com a presença de mulheres que já foram vítimas violência doméstica e outras da comunidade. Para esse momento, o grupo pensou em uma atividade de cuidado pessoal e que abordasse um conhecimento sobre algo presente em suas realidades.

O espaço em que foi realizada a atividade foi pensada uma organização simples, em que todas pudessem interagir, então as cadeiras foram dispostas em forma de meia lua, onde no centro havia um tapete e quatro plantas medicinais popularmente utilizadas e identificadas com seu nome científico e popular. A ambiência constitui-se em uma importante ferramenta facilitadora do processo de trabalho das equipes de saúde da família, tanto no seu aspecto estrutural quanto nos

relacionados às interações entre trabalhadores e usuários (GARCIA *et al.*, 2015). Posteriormente às cadeiras, ficaram as mudas que seriam distribuídas ao público que participou.

A oficina teve participação de acadêmicos e supervisão de profissionais farmacêuticos, além da participação das usuárias do serviço nas atividades.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Oficina de Plantas Medicinais e Fitoterápicos foi promovida pelos alunos do projeto de extensão do Centro Universitário Unifametro, ocorrido no dia 8 de maio de 2020, tendo em vista o Dia Internacional da Mulher, tendo como foco atividades voltadas aos cuidados com o público presente. A temática escolhida foi a de plantas medicinais e fitoterápicos, uma vez que se trata de um recurso terapêutico complementar importante na atenção à saúde da população (BRASIL, 2006). A fitoterapia, assim, representa um tratamento terapêutico caracterizado pelo uso de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, ainda que de origem vegetal (BRASIL, 2020). Além disso, a fitoterapia abordada como estratégia de educação em saúde é capaz de gerar autonomia e empoderamento da população frente ao uso de plantas medicinais, o que caracteriza uma ação de promoção a saúde (VARGAS, 2017).

No primeiro momento, para iniciar a oficina, foi realizada uma rodada de apresentações, com uma conversa descontraída, onde iniciou-se uma pequena discussão acerca do uso de plantas medicinais e fitoterápicos. O mentor da atividade perguntou o nome de cada participante e, em seguida, falou um pouco sobre algumas plantas medicinais que são bem presentes no cotidiano, fazendo-as perguntas de acordo com seus conhecimentos sobre como usar e sua utilidade.

Durante a apresentação sobre quais os benefícios, malefícios devido ao uso de maneira inadequada, forma de cultivo e prepa-

ração de algumas plantas com ações farmacológicas, iniciou-se o escalda pés, onde foram alocadas bacias a frente de cada participante e dentro delas foi posta algumas ervas medicinais, bolas de gude e água morna. Enquanto ocorria a fala elas poderiam fazer o relaxamento dos seus pés, optando ou não pela prática. O escalda pés é uma atividade com princípios relaxantes, incluída como uma Prática Integrativa e Complementar. Segundo Teresina (2018), essas práticas promovem o relaxamento, bem-estar, equilíbrio das emoções e das energias, autoestima, autoconhecimento, de forma não invasiva e sem efeitos colaterais.

Enquanto havia o momento de informações acerca das plantas medicinais e fitoterápicos, as mulheres presentes podiam se expressar acerca dos seus conhecimentos acerca das práticas. Isso é muito importante na construção dos saberes, uma vez que a população precisa participar ativamente do seu processo de educação nessa temática (BRASIL, 2016).

Após a discussão, foram distribuídas toalhas para que os pés das participantes pudessem ser enxutos e continuassem a fazer a programação que o evento oferecia. Foi realizado um segundo momento de tira-dúvidas sobre o que havia sido comentado, as perguntas foram respondidas e elas falaram um pouco como tinha sido sua experiência durante a dinâmica realizada.

Como encerramento da atividade, foram distribuídas algumas mudas de plantas como, por exemplo: Alecrim, Babosa, Citronela, Malverisco e outras. Essa distribuição tem o intuito de estimular os participantes a fazerem uso consciente de plantas medicinais e fitoterápicos. Segundo Azevedo e Moura (2010), quando se fala de cultivo de plantas medicinais, conserva-se a biodiversidade, a saúde humana, o alimento, a economia, o resgate do conhecimento popular, a organização, a participação social, o gênero e a geração.

Ressalta-se, desse modo, que a atividade foi capaz de trabalhar aspectos importantes sobre a saúde da população. Segundo a

Política Nacional de Promoção da Saúde (BRASIL, 2018), é necessário que os usuários dos serviços tenham suas necessidades de saúde atendidas, bem como estes se tornem seres autônomos e responsáveis pela sua saúde, o que foi realizado na oficina com utilização de plantas. Além disso, esse estímulo a participação da população com a temática está diretamente relacionado às diretrizes da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, onde a participação popular é extremamente importante para o desenvolvimento dessa terapêutica (BRASIL, 2016).

A oficina realizada, além de estimular a promoção da saúde da população, teve um ganho científico aos acadêmicos participantes. Esta atividade trouxe um grande ganho para o conhecimento dos alunos que participaram, pois contribuiu para a formação fazendo com que adquirissem novos conhecimentos e que colocassem em prática o que lhe foi ensinado em sala de aula. Segundo Severino (2017) o processo ensino-aprendizagem acontece quando sustentado por uma atitude investigativa (pesquisa) tanto pelo professor quanto pelo estudante. A extensão é o retorno à sociedade de um investimento feito por ela à universidade, buscando-se a integração de ambos. Visto isso, é perceptível a importância de projetos de extensão para a comunidade e aos discentes que participam, pois é uma forma de agregar conhecimento e dividir experiências.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS / CONCLUSÃO

O presente trabalho retrata a experiência vivida por acadêmicos do projeto de extensão CIM, em uma ação voltada para o público feminino. Diante da abordagem, pode ser percebido o interesse dos participantes em aprender o uso correto das plantas medicinais e a sua ação na vida da família. Visto o baixo custo às plantas medicinais se tornam a primeira opção junto as comunidades mais carentes, quando se trata de solução a sintomas indesejáveis decorrente de alguma complicação fisiológica.

O relato trás por finalidade ao meio acadêmico o enriquecimento do conhecimento sobre a realização de ações voltada as comunidades mais carentes e vulneráveis, abre a possibilidade como incentivo de que novas ações de sejam realizadas como forma de educação em saúde.

## REFERÊNCIAS

- AZEVEDO, C. D.; MOURA, M. A. **Cultivo de plantas medicinais**: guia prático. Niterói: Programa Rio Rural, 2010. (Manual Técnico, v. 27).
- BRASIL. **Constituição Federal da República Federativa do Brasil**. Brasília: Senado Federal, 1988.
- \_\_\_\_\_. Ministério da Saúde Secretária de Atenção Primária à Saúde (SAPS). **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. Disponível em: <<http://aps.saude.gov.br/ape/pics/praticasintegrativas>>. Acesso em: 15 out. 2020.
- \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Política nacional de atenção integral à saúde da mulher**: princípios e diretrizes. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.
- \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. **Política e programa nacional de plantas medicinais e fitoterápicos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2016.
- \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. Secretaria de Políticas de Saúde. **As cartas da promoção da saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2002.
- \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**: PNPS: anexo I da portaria de consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, que consolida as normas sobre as políticas nacionais de saúde do SUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.
- BRASIL. Portaria nº 2.761, de 19 de novembro de 2013. Institui a política nacional de educação popular em saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPS-SUS). **Diário Oficial da União**, Brasília, 2013.
- \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS – PNPI-C-SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. (Textos Básicos de Saúde).
- GARCIA, A. C. P. *et al.* Ambiência na estratégia saúde da família. **Vigilância Sanitária em Debate**: Sociedade, Ciência & Tecnologia, v. 3, n. 2, p. 36-41, 2015.
- MALTA, D. C. *et al.* Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS): capítulos de uma caminhada ainda em construção. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 1683-1694, 2016.
- OLIVEIRA, L. A.; OLIVEIRA, E. L. A mulher no mercado de trabalho: algumas reflexões. **Revista Eletrônica da Faculdade de Alta Floresta**, v. 8, n. 1, p. 17-27, 2019.
- SANTOS, A. P. C. A.; WITECK, G. Violência doméstica e familiar contra a mulher. *In*: SEMINÁRIO INTERNACIONAL DEMANDAS SOCIAIS E POLÍTICAS PÚBLICAS NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA. 13., 2016, [Santa Cruz do Sul?]. **Anais...** [Santa Cruz do Sul?]: UNISC, 2016.
- SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. Petrópolis: Cortez, 2017.
- TERESINA. **Práticas integrativas serão aliadas de mulheres em situação de violência de gênero**. Disponível em: <[http://demo.pmt.pi.gov.br/semcom\\_antigo/noticia/Praticas-integrativas-serao-aliadas-de-mulheres-em-situacao-de-violencia-de-genero/20913](http://demo.pmt.pi.gov.br/semcom_antigo/noticia/Praticas-integrativas-serao-aliadas-de-mulheres-em-situacao-de-violencia-de-genero/20913)> Acesso em: 15 out. 2020.
- VARGAS, E. C. A. **Interface entre os saberes populares e científicos sobre plantas medicinais**: perspectiva da autonomia do cuidado em saúde. 2017. 81 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial) - Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2017.
- ZENI, A. L. B. *et al.* Utilização de plantas medicinais como remédio caseiro na Atenção Primária em Blumenau, Santa Catarina, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, p. 2703-2712, 2017.