



INSTITUTO DE BIOLOGIA – CEDERJ

**UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS PELA COMUNIDADE DO
DISTRITO DE BEMPOSTA, MUNICÍPIO DE TRÊS RIOS-RJ**

RAÍSA DE BARROS LIMA

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

CEDERJ – TRÊS RIOS

2019



INSTITUTO DE BIOLOGIA – CEDERJ

**UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS PELA COMUNIDADE DO
DISTRITO DE BEMPOSTA, MUNICÍPIO DE TRÊS RIOS-RJ**

RAÍSA DE BARROS LIMA

Monografia apresentada como atividade obrigatória
à integralização de créditos para conclusão do Curso
de Licenciatura em Ciências Biológicas -
Modalidade EAD.

Orientadora: Dr^a Nícia Eloisa da Gama Junqueira

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

CEDERJ – TRÊS RIOS

2019

FICHA CATALOGRÁFICA

LIMA, Raísa de Barros

Utilização de plantas medicinais pela comunidade do distrito de Bemposta, município de Três Rios-RJ. Polo Três Rios-RJ. 2019. 46f. il: cor 21 x 31cm

Orientadora: Dra. Nícia Eloisa da Gama Junqueira.

Monografia apresentada à Universidade Federal do Rio de Janeiro para obtenção do grau de Licenciada no Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas – Modalidade EAD, 2019.

Referências Bibliográficas: f. 37-40

1. Palavras Chaves: Conhecimento empírico; Etnobotânica; Fitoterápicos Unidades Básicas de Saúde.

I. JUNQUEIRA, Nícia E. G.

II. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Licenciatura em Ciências Biológicas – Modalidade EAD

III. Utilização de plantas medicinais pela comunidade do distrito de Bemposta, município de Três Rios-RJ.

Dedico este trabalho a toda minha família, especialmente à minha mãe Neusa, por ter me criado sozinha, por ser o exemplo de força e estrutura nos momentos mais difíceis de nossas vidas e sempre acreditar que um dia eu chegaria até aqui. E minha irmã Roberta, por ter me incentivado a fazer o vestibular para Biologia.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço à Deus por essa conquista, pois sem o seu poder e misericórdia, eu não teria chegado até aqui. Por ter me escutado, quando diversas vezes em oração, eu pedia para que iluminasse o meu caminho e não me deixasse desistir.

À minha família por completo, por compreenderem os meus momentos de ausência, especialmente à minha mãe Neusa pela paciência, quando várias vezes queria minha companhia para conversar, mas eu estava me dedicando aos estudos.

Ao vereador Luiz Alberto, por todo apoio.

À Secretaria Municipal de Saúde do município de Três Rios-RJ, por ter permitido aplicar meu questionário no distrito de Bemposta, em especial à Secretária de Saúde Alessandra Ferreira e à coordenadora dos postos de saúde de Três Rios, Liliane Quintella.

Aos funcionários dos postos de saúde de Bemposta, por terem me recebido tão bem e por toda atenção que me deram.

À população do distrito de Bemposta, por toda receptividade e carinho.

Às minhas amigas Cinara, Larieni e Priscila, por todo carinho, apoio e ajuda que me deram ao longo dessa caminhada. E às amigas Carine e Mayara que, cada uma do seu jeitinho, contribuíram grandiosamente para que este projeto desse certo, vocês foram incríveis. E ao meu amigo Leonardo, por me escutar nos momentos difíceis.

Ao meu amor, por compreender as minhas inúmeras ausências e por toda sua contribuição.

À diretora do Polo CEDERJ-TRÊS RIOS, Ana Paula Rocha, por toda ajuda. E aos tutores do Polo, por todo conhecimento compartilhado.

Ao professor Vinicius Nunes, que até uma certa etapa contribuiu com sua ajuda.

Ao Professor Marcelo Ferreira Novelino, por ter me ajudado quando precisei de um novo orientador.

E a minha estimada orientadora Nícia Eloisa da Gama Junqueira, por ter me aceitado como sua orientanda, e por toda ajuda e atenção que me deu durante este tempo que estive comigo, você foi incrível.

SUMÁRIO	
DEDICATÓRIA	ii
AGRADECIMENTOS	iii
LISTA DE ILUSTRAÇÕES	v
LISTA DE ABREVIACÕES E SIGLAS	vi
RESUMO	vii
CAPÍTULO I	8
1. INTRODUÇÃO	9
1.1. Localização da pesquisa	9
1.2. Plantas medicinais	10
1.3. Fitoterápicos no SUS	20
1.4. Justificativa	22
1.5. Objetivos	23
a. Objetivo geral	23
b. Objetivos específicos	23
CAPÍTULO II	24
2. MATERIAL E MÉTODOS	25
CAPÍTULO III	26
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	27
4. CONCLUSÃO	35
CAPÍTULO IV	36
REFERÊNCIAS	37
APÊNDICE A - ENTREVISTA-QUESTIONÁRIO	41
APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO	44

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1. Distrito de Bemposta, município de Três Rios-RJ; A imagem obtida do satélite, através do aplicativo Google Earth.	9
Quadro 1. Uso correto das plantas medicinais	11
Figura 2. Plantas medicinais: A. Alecrim; B. Arnica; C. Boldo	14
Figura 3. Plantas medicinais: A. Camomila; B. Capim-limão; C. Carqueja; D. Erva cidreira	15
Figura 4. Plantas medicinais: A. Erva-doce; B. Goiabeira; C. Guaco	16
Figura 5. Plantas medicinais: A. Hortelã; B. Losna; C. Louro; D. Romã; E. Tansagem	17
Quadro 2. Contraindicações	18
Quadro 3. Reconhecimento do público alvo e frequência do uso de plantas	27
Gráfico 1. Frequência de utilização de plantas medicinais em relação a faixa etária	28
Gráfico 2. Frequência de utilização de plantas medicinais em relação ao gênero	28
Gráfico 3. Frequência de utilização de plantas medicinais em relação aos níveis de escolaridade	29
Gráfico 4. Locais de acesso às plantas medicinais	29
Gráfico 5. Sobre a orientação e dosagem no uso das plantas medicinais	30
Quadro 4. Relação das plantas medicinais mais utilizadas pelos entrevistados	31
Gráfico 6. Sobre a prescrição e distribuição de plantas medicinais nas UBSs	33

LISTA DE ABREVIACÕES E SIGLAS

ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária
BPPF	Boas Práticas de Preparação de Fitoterápicos
OMS	Organização Mundial de Saúde
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
RDC	Resolução da Diretoria Colegiada
RENAME	Relação Nacional de Medicamentos Essenciais
SISAB	Sistema de Informação em Saúde para a Atenção Básica
SUS	Sistema Único de Saúde
UBS	Unidade Básica de Saúde
UFC	Universidade Federal do Ceará
UPA	Unidade de Pronto Atendimento

RESUMO

Este estudo etnobotânico, de natureza bibliográfica e qualitativa, busca refletir sobre o uso da Fitoterapia e seus benefícios no tratamento de doenças, onde Utilizamos entrevista-questionário (apêndice), aplicada à população do distrito de Bemposta, no município de Três Rios (RJ), autorizada pela Secretaria de Saúde, em 4 (quatro) faixas etárias, totalizando 45 entrevistados. Tal pesquisa tem por objetivo reconhecer a importância e os benefícios do uso de plantas medicinais no combate as doenças, verificar como e quais plantas são mais utilizadas e seus fins terapêuticos, bem como a origem, formas de preparo e dosagem das plantas utilizadas pelos entrevistados. A pesquisa foi registrada e analisada em quadros e gráficos. Percebemos a predominância de utilização das faixas etárias mais avançada, como sendo os maiores conhecedores do estudo em questão, mostrando o fato de que o tratamento com plantas é uma alternativa que vem desde os tempos da antiguidade. A população do distrito de Bemposta ainda utiliza quase exclusivamente o conhecimento empírico. Observamos também que pessoas em uma faixa etária mais baixa e com maior grau de escolaridade já percebem a importância e os perigos do uso incorreto destas plantas. A ideia de que “plantas são naturais e, portanto, não fazem mal” é difundida e perigosa. Portanto, é necessário que seu uso seja feito de forma coerente e seguindo pelo menos a dosagem correta, para que assim não corra o risco de algo mais grave acontecer, como por exemplo, um novo problema de saúde.

Palavras-Chave: Conhecimento empírico; Etnobotânica; Fitoterápicos; Unidade Básica de Saúde.

CAPÍTULO I

1. INTRODUÇÃO

1.1. Localização da pesquisa

A pesquisa foi realizada em Unidades Básicas de Saúde (UBS) de Bemposta (Figura 1), distrito da cidade de Três Rios, que possui uma população de aproximadamente 3.754 habitantes, de acordo com o último Censo de 2010 (IBGE, 2015). No centro de Bemposta, a UBS, está localizada na Praça Guilhermina Guinle s/n, onde trabalham 13 profissionais (3 médicos, 1 dentista, 1 enfermeira, 1 técnica de enfermagem, 1 fisioterapeuta e 6 agentes de saúde). O bairro da Grama, localizado a aproximadamente 15km do centro, possui uma UBS onde trabalham 8 profissionais (2 médicos, 1 dentista, 1 auxiliar de serviço bucal, 1 enfermeira, 1 técnica e 2 agentes de saúde) que atendem a cerca de 50 pacientes/mês. No bairro Itajoana, a UBS conta com 7 profissionais (1 médico, 1 dentista, 1 auxiliar de serviço bucal, 1 enfermeiro, 1 técnica e 2 agentes de saúde) que atendem a famílias que, em sua maioria, residem em fazendas da região. A UBS Vale da Cachoeira, localizada na Avenida Marechal Marques Porto, possui 2 assistentes de saúde. Nesta unidade, 1 enfermeira e 1 médico atendem a população do bairro 1 dia/semana e 2 vezes/mês, respectivamente.

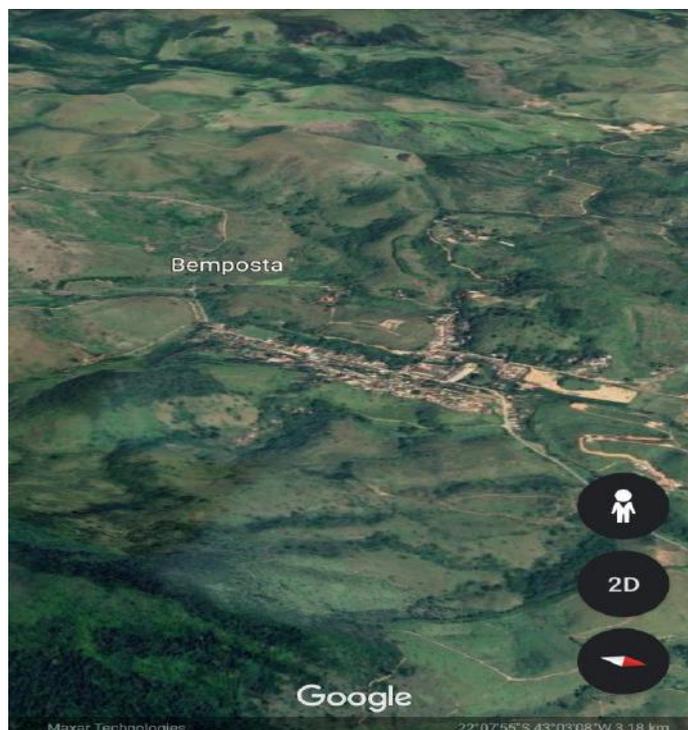


Figura 1. Distrito de Bemposta, município de Três Rios-RJ; A imagem obtida do satélite, através do aplicativo Google Earth.

1.2.Plantas medicinais

Plantas medicinais são vegetais com finalidade terapêutica, sendo utilizadas como remédios, na maioria das vezes, em formas de chás e infusões. Quem as utiliza deve conhecê-las, saber em que local encontrá-las e como prepará-las (BRASIL, 2019a). A utilização das plantas algumas vezes está associada à cultura da comunidade, assumindo um caráter religioso ou sobrenatural. Nestes casos, a cura de algumas doenças não é atribuída somente aos princípios farmacológicos das plantas, mas também através dos hábitos e crenças de cada comunidade, sendo transmitidos através das gerações para seus descendentes. (ALMEIDA, 2011).

A industrialização de plantas medicinais dá origem aos medicamentos fitoterápicos. Neles estão prescritas as dosagens corretas em que devem ser utilizadas e evitam a ocorrência de contaminação por materiais e corpos indesejáveis. Para que sejam vendidos, devem ser registrados na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (BRASIL, 2019a). A palavra Fitoterapia vem do grego *phyton* que significa vegetal e *terapia* ou tratamento. Trata-se do uso de plantas medicinais para curar doenças e o tratamento com medicamentos fitoterápicos (TEIXEIRA, 2019). A Fitoterapia compreende diversas áreas de conhecimento sobre fitoterápicos e plantas medicinais, estabelecendo dosagens e cuidados, as indicações no trato de doenças, bem como dos efeitos colaterais que podem causar (ABRANCHES, 2015).

A origem das funções terapêuticas das plantas vem através da percepção dos animais, pois eles consomem plantas para tratarem de suas enfermidades (DINIZ *et. al.*, 2001). Segundo Oliveira e Lenh (2015),

“o tratamento com plantas medicinais está ligado com o desenvolvimento humano e existe desde a antiguidade. Portanto, pode-se dizer que o uso das plantas medicinais esteve presente em todos tempos e em diversas sociedades”.

No Brasil, a fitoterapia começou através das tribos indígenas, pois os índios sempre fizeram uso deste recurso para curar doenças. Os colonizadores, que estavam no país contribuíram de forma significativa para a história da fitoterapia através da partilha de seus conhecimentos que foram passados até os tempos de hoje (GURGEL, 2004).

A fitoterapia auxilia no tratamento de diversas infecções, disfunções do metabolismo, alergias e distúrbios psicológicos, porém, plantas medicinais e fitoterápicos devem ser corretamente utilizados (USCS, 2014).

“Se as plantas medicinais forem usadas do jeito certo, é possível ter uma vida saudável. Elas estão presentes na rotina das pessoas, e as vezes nem são percebidas, como por exemplo a cebola, tomate, alho, salsa, berinjela, entre outros; que podem curar doenças variando a forma de como são usadas e das quantidades” (HARADA, 2019).

Existem alguns cuidados que devem ser tomados para utilizar as plantas de forma consciente, de acordo com o site Blog da Saúde (ZANIN e FRAZÃO, 2019a):

- Utilizar plantas conhecidas;
- Não colher plantas que estejam em lugares que podem estar contaminados por agrotóxicos, que estejam próximos à lixos e outros poluentes;
- É necessário secar as plantas fora da luz do sol e, quando elas tiverem rompendo-se com facilidade, podem ser utilizadas. Não é indicado usá-las murchas, com presença de fungos e velhas;
- Ter conhecimento de qual parte da planta deve-se usar;
- Evitar guardá-las por muito tempo, isso fará com que elas percam suas propriedades;
- Não associar mais de uma planta medicinal a um preparo, pois é desconhecido o efeito sinérgico que causará;
- Grávidas e lactantes não devem usar, somente se algum médico prescrever;
- Evitar o uso chás diuréticos e purgativos no processo de emagrecimento;
- Evitar fazer chás para armazenamento, até para serem guardados em ambientes resfriados, o ideal é que seja consumido imediatamente, após a preparação.

No quadro 1 e Figuras 2 a 5 retratamos algumas espécies de plantas medicinais e a forma correta de como elas devem ser utilizadas de acordo com a literatura, bem como seus nomes científicos (ON LINE ED., 2019; ZANIN e FRAZÃO, 2019a-f). Verificamos que são conhecidas por nomes populares diferentes de acordo com o local e a cultura das populações.

Plantas (nome popular e científico)	Finalidade	Forma de uso	Parte da planta utilizada
Alecrim, alecrim de jardim, alecrim rosmarinho, libanotis (<i>Rosmarinus officinalis</i>)	Trato digestivo; anti-inflamatório; ansiedade; culinária	Infusão (uso interno)	Folhas secas

Arnica (30 espécies) <i>(Arnica montana)</i>	Contusão e distensão; artrites; equimoses; dor muscular; hematomas.	Infusão; pomada; tintura (ambas para aplicar na pele)	Folhas e flores
Boldo, boldo-do- chile, boldo-afragans ou boldo-verdadeiro <i>(Plectranthus barbatus)</i>	Trato digestivo; desintoxicante; anti- inflamatório	Infusão; tintura (ambas de uso interno)	Folhas secas
Camomila, camomila- vulgar, camomila-alemã, camomilha ou camomila- dos-alemães <i>(Matricaria recutita L.)</i>	Cólicas; calmante; estresse; anti- inflamatório; ansiedade; sedativo fraco.	Infusão; compressa	Flores
Capim limão, Erva-príncipe ou capim-cidreira também conhecido por capim-santo <i>(Cymbopogon citratus)</i>	Ansiolítica, antiespasmódico; cólica menstrual; insônia leve.	Infusão	Folhas secas
Carqueja, carqueja amargosa <i>(Baccharis trimera)</i>	Trato digestivo; diurético; trato da hipoglicemia.	Infusão; tintura diluída em água	Galhos
Erva-cidreira, Cidreira, Capim-cidreira, Citronete e Melissa, <i>(Lippia alba)</i>	Calmante, antiespasmódico; trato digestivo; ansiolítico; sedativo fraco	Infusão	Folhas e flores
Erva-doce, anis <i>(Pimpinella anisum)</i>	Calmante; trato digestivo, cólicas infantis, enxaqueca; antiespasmódico; alívio da tosse.	Infusão	Frutos secos
Goiabeira, araçá-guaçu, araçáiba, araçá-das- almas, araçá-mirim, araçauaçu, araçá-goiaba, goiaba, goiabeira- branca, goiabeira- vermelha, guaiaba, guaiava, guava, guaiaba,	Combate a diarreia;	Infusão	Folhas

mepera e pereira. (<i>Psidium guajava</i>)			
Guaco, erva de bruxa (<i>Mikania glomerata</i>)	Problemas respiratórios, expectorante	Infusão; tintura	Folhas
Hortelã, hortelã-verde, hortelã-de-leite, hortelã-das-cozinhas, hortelã-dos-temperos, hortelã-vulgar, hortelã-das-hortas, hortelã-comum, Levante (<i>Mentha crispa</i>)	Desobstrui as partes respiratórias; antisséptico; trato digestivo; aromática; antiespasmódico.	Infusão	Folhas
Louro (<i>Laurus nobilis</i>)	Trato digestivo; anti-inflamatório; combate o reumatismo.	Infusão	Folhas e frutos
Romã, romeira, romeirada-granada, romanzeira, pomegranate, granado, mangrano (<i>Punica granatum L.</i>)	Inflamações na boca e na garganta	Infusão; tintura	Sementes ou frutos
Transagem ou Tanchagem, Taiova, Orelha de veado, Tanchá ou 7 nervos. (<i>Plantago major L.</i>)	Afecções bucais, anti-inflamatório.	Infusão	Folhas secas

Quadro 1: Uso correto das plantas medicinais.



Figura 2. Plantas medicinais: A. Alecrim; B. Arnica; C. Boldo (fotos do arquivo pessoal)



Figura 3. Plantas medicinais: A. Camomila (Fonte: <https://divinamentenatural.pt/produto/cha-infusao-de-camomila/>); B. Capim-limão (arquivo pessoal); C. Carqueja (Fonte: <https://g1.globo.com/sp/campinas-regiao/terra-da-gente/noticia/2019/05/06/carqueja-e-aliada-do-figado-e-eficiente-na-boa-digestao.ghtml>); D. Erva cidreira (arquivo pessoal).



Figura 4. Plantas medicinais: A. Erva-doce (arquivo pessoal); B. Goiabeira (arquivo pessoal); C. Guaco (Fonte: <https://www.criasaude.com.br/N5141/fitoterapia/guaco.html>)



Figura 5: Plantas medicinais: A. Hortelã; B. Losna; C. Louro; D. Romã; E. Tansagem (Fotos do arquivo pessoal)

No entanto, embora tenham comprovada eficiência terapêutica, assim como todos medicamentos, as plantas possuem contraindicações e podem causar reações indesejáveis, o que pode ser observado através do quadro 2 (ZANIN e FRAZÃO, 2019a-f).

Planta medicinal (nome vulgar)	Contraindicações
Alecrim	Uso adulto e pediátrico acima de 12 anos.
Arnica	Não deve ser feito uso interno; não utilizar a infusão em machucados abertos, pois pode causar lesões mais sérias como necrose e quadros alérgicos. Utilizar somente por sete dias. É contraindicado para mulheres grávidas e lactantes.
Boldo	É contraindicado para mulheres grávidas ou que estejam amamentando, pois contribui para o aborto. Contraindicados para pessoas com pressão alta, hepáticos e que possuem doenças biliares agudas. Dosagem maior que a esperada pode causar problemas gástricos.
Camomila	Dosagem maior que a esperada pode causar enjoos, nervosismo, alterações do sono. Deve-se evitar o contato com os olhos. Uso adulto e pediátrico somente acima de 12 anos
Capim-limão	Pode aumentar o efeito de medicamento para o sono; não deve ser utilizado por mulheres grávidas ou que estejam amamentando; quando utilizado em grandes quantidades pode causar um efeito sedativo alto.
Carqueja	Não deve ser utilizado por mulheres grávidas ou que estejam amamentando; não utilizar junto com medicamentos para pressão alta e diabetes.
Erva-cidreira e erva-doce	Não deve ser utilizado por pessoas que possuem pressão baixa; aumenta o efeito de medicamentos para

	dormir; quando utilizada em altas dosagens pode causar problemas gástricos, hipotensão e diminuição dos batimentos cardíacos. O uso juntamente com paracetamol pode aumentar o efeito tóxico deste medicamento. Não deve ser utilizada por mulheres grávidas ou que estejam amamentando.
Goiabeira	A utilização em crianças menores de 12 anos, mulheres grávidas e que estejam amamentando não é aconselhável por falta de dados que comprovem sua garantia; não utilizar quantidades além da recomendada;
Guaco	Em caso de infusão, não deve ser ingerida por menores de 1 ano de idade e por mulheres grávidas. Não deve ser utilizado simultaneamente com anti-inflamatórios; pode prejudicar a coagulação do sangue; quantidades além da recomendada pode causar diarreia e enjojo
Hortelã	Não deve ser utilizado por mulheres grávidas ou que estejam amamentando; não é aconselhável o uso em crianças; não deve ser utilizado em pessoas que possuem pedras na vesícula e com problemas no fígado.
Louro	Pode causar aborto, portanto não deve ser utilizada por mulheres grávidas ou que estejam amamentando; em excesso pode intensificar o sono, alterar o sistema nervoso, problemas digestivos, dores de cabeça e hipoglicemia
Romã	A utilização em crianças menores de 18 anos, mulheres grávidas e que estejam amamentando não é aconselhável por falta de dados que comprovem sua garantia; caso os sintomas não desapareçam, é necessário procurar um profissional de saúde.

Tansagem	A utilização em crianças menores de 18 anos, mulheres grávidas ou que estejam amamentando não é aconselhável por falta de dados que comprovem sua garantia; é contraindicado o uso do pólen e cascas das sementes dessa planta, pois podem causar reações alérgicas muito fortes podendo ser fatais. Não exceder a quantidade da formulação.
-----------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Quadro 2. Contraindicações

1.3 Fitoterapia no SUS

Com o passar dos anos o Ministério da Saúde criou políticas que aprovavam a Fitoterapia para tratar doenças, como a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS), regulamentada pela Portaria nº 971/GM/MS, de 3 de maio de 2006. O PNPIC caracteriza a Fitoterapia e o uso de plantas medicinais de diferentes modos, com a intenção de favorecer o desenvolvimento das comunidades e a participação da população na manutenção da saúde (BRASIL, 2006). A Política Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos (PNPMF), regulamentada por meio do Decreto nº 5.813, de 22 de junho de 2006 criou o Programa Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos com a intenção de preservar a biodiversidade local, trazer melhorias para a saúde da população e mostrar que podemos também, manter a cultura e os saberes que foram passados de geração em geração (BRASIL, 2016).

Em 20 de abril de 2010 o Ministério da Saúde, através da Portaria MS/GM nº 886, instituiu a Farmácia Viva no Sistema Único de Saúde (SUS). Esta Portaria deixa claro que fica sob competência de a Farmácia Viva administrar todos os processos, tais como cultivo, coleta, processamento, armazenamento das plantas, manipulação e entrega das plantas para a população e, também, realizar oficinas de plantas medicinais e fitoterápicos voltados para a população. Além disso, as vendas dos medicamentos e das plantas estão proibidas e todas as suas ações deverão ser registradas de acordo com a regulamentação sanitária e ambiental específicas (BRASIL, 2010).

As Farmácias Vivas tiveram origem no Ceará há mais de 3 décadas, através de projetos implementados pelo professor da Universidade Federal do Ceará, Dr. Francisco

José de Abreu Matos, cuja ideia era auxiliar as comunidades nas formas de como tratavam doenças, pois o único meio que tinham eram as plantas medicinais presentes nestes locais. Ele criou este projeto mediante o que estava registrado na organização mundial da saúde (OMS) e pela percepção de que grande parte das pessoas que residem no Nordeste não possuíam acessibilidade aos serviços de saúde. Junto com Afrânio Fernandes, que era professor e botânico, o professor Matos coletou diversas espécies de plantas bem como o conhecimento popular empírico de como utilizá-las, para depois transformá-los em conhecimento científico, e assim, ensinando o uso correto de plantas medicinais (SANTOS, 2012).

Existem três modelos de Farmácias Vivas: I, II, III e as atividades que cada um realiza (SANTOS, 2012):

- **Farmácia Viva I** – através de hortas medicinais em Unidades pertencentes ao SUS, as plantas são cultivadas por meio de atividades, facilitando o acesso da população a plantas medicinais in naturas e explicadas as formas corretas fazerem e do uso dos remédios feitos em casa.
- **Farmácia Viva II** – neste tipo de farmácia, as atividades têm a finalidade de produzir e empregar as plantas medicinais, depois de realizarem o processo de secagem das plantas. Este processo pode fazer atividades da Farmácia I, desde que as plantas sejam empregadas para a população em forma de planta medicinal seca.
- **Farmácia Viva III** – nesta ocorre a padronização dos fitoterápicos, pois esta atividade é destinada na preparação destes medicamentos, desde que sejam preparados em ambientes próprios para a farmacologia, baseado nas Boas Práticas de Preparação de Fitoterápicos (BPPF).

Carnevale (2016), aponta que a Farmácia Viva possui muitos benefícios, dentre eles podemos citar a sustentabilidade, quantidade de emprego, baixo custo, conhecimentos tradicionais e populares recuperados e preocupação com o meio ambiente.

O Ministério da Saúde, juntamente com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), criou a Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 18, de 03 de abril de 2013, que disponibiliza ações e algumas exigências que devem ser cumpridas para realizar os processamentos, armazenamentos, preparações e utilização de plantas

medicinais em Farmácias Vivas no Sistema Único de Saúde, assim como, as realizações das oficinas de plantas medicinais e fitoterápicos (BRASIL, 2013).

Segundo dados levantados pelo Ministério da Saúde, 2.160 Unidades Básicas de Saúde já possuem tratamentos com plantas medicinais ou fitoterápicos, com 260 Unidades possuindo plantas medicinais *in natura* disponíveis, 188 em forma de droga vegetal, ou seja, elas passaram pelo processo de secagem; e 333 disponibilizam para a população o medicamento fitoterápico industrializado. Estes dados mostram também que 1.457 equipes dos serviços de saúde pública já aceitaram a Fitoterapia como forma de tratamento, sendo que 80 municípios já possuem a Farmácia Viva (BRASIL, 2017).

O Sistema Único de Saúde (SUS) disponibiliza uma lista de medicamentos fitoterápicos (Relação Nacional de Medicamentos Essenciais – RENAME) em unidades de saúde, e por meio de prescrição médica, são fornecidos para a população, e nesta lista constam as finalidades de alguns medicamentos fitoterápicos (BRASIL, 2014).

1.4. Justificativa

A escolha do assunto foi por ter contato por quase 1 ano com a população de Bemposta, durante o curso de Capacitação em questões ambientais, fornecido por Furnas Centrais Elétricas SA, de maio de 2016 a junho de 2017. Ao conversar com as pessoas da comunidade, pude perceber que faziam uso de plantas no tratamento de doenças e que tinham em suas residências hortas com plantas medicinais. Como não há farmácia no distrito de Bemposta, que fica um pouco distante do centro da cidade de Três Rios, o meio terapêutico que a maioria utiliza são as plantas medicinais.

Outro motivo que contribuiu para a escolha do tema desta pesquisa, foram relatos de amigos que fazem uso de plantas e fitoterápicos para fins terapêuticos nas formas de chás, xaropes, inalações, infusões, emplastros, banhos, géis, entre outros. No entanto, algumas dessas pessoas sofreram intoxicações ou reações alérgicas. Essas pessoas fazem uso indiscriminado de plantas medicinais, não consultam o sistema de saúde regularmente e não sabem das consequências que o uso indevido pode trazer. É de suma importância utilizar plantas com prescrição médica, pois há diversas plantas com altos níveis de toxicidade e que podem causar doença no fígado, crises alérgicas, e até mesmo disfunções neurológicas (COSTA, 2017). Não devemos acreditar que tudo que é bom para uma

pessoa também seja para outra, porque cada pessoa tem sua individualidade e cada organismo pode reagir de uma maneira (ON LINE ED., 2017).

1.5. Objetivos

a. Objetivo Geral:

- Identificar a importância, os benefícios e as formas corretas de utilização das plantas medicinais no combate às doenças de acordo com a literatura e comparar com a forma utilizada pela população de Bemposta, distrito de Três Rios-RJ.

b. Objetivos Específicos:

- Pesquisar a importância, os benefícios, efeitos colaterais e as formas corretas de utilização das plantas medicinais no combate às doenças;
- identificar o conhecimento sobre uso de plantas medicinais da população do distrito de Bemposta;
- verificar de que forma a população faz o uso de plantas medicinais;
- identificar quais são as plantas medicinais frequentemente empregadas e de que forma são utilizadas para fins medicamentais/terapêuticos pela população do distrito de Bemposta;
- identificar os locais onde são encontradas as plantas medicinais frequentemente utilizadas pela população do distrito de Bemposta.

1. MATERIAL E MÉTODOS

A presente pesquisa, de natureza bibliográfica e qualitativa, tem o intuito de fazer um levantamento de dados através de entrevistas e questionários para referenciar o estudo a respeito do uso de plantas medicinais no distrito de Bemposta da cidade de Três Rios-RJ. Esta pesquisa bibliográfica buscou referências em outros trabalhos acadêmicos (TOMAZONI, 2004), em livros, revistas e sites, trazendo para a discussão os conhecimentos teóricos sobre as plantas medicinais que podem ser utilizadas como tratamento auxiliar para determinadas doenças.

A escolha do método segue a visão de Gil (1999) sobre a formulação da pesquisa feita através dos saberes encontrados e os métodos desenvolvidos de forma cautelosa, assim como outros mecanismos científicos, que foram utilizados durante toda a pesquisa até a obtenção dos resultados. O procedimento utilizado para o estudo de caso se deu através de uma entrevista/questionário (Apêndice A). Neste questionário utilizamos a nomenclatura antiga para o ensino fundamental e médio, devido ao fato de algumas pessoas com idade avançada e outras não alfabetizadas, portanto, não conheciam a nova nomenclatura que são Ensino Fundamental e Ensino Médio. As entrevistas foram aplicadas à população de várias idades, de ambos os sexos e níveis de escolaridade diferenciados, objetivando analisar o conhecimento sobre as plantas na forma de auxílio no combate a doenças.

Foi entregue na Secretaria de Saúde e Coordenação dos Postos de Saúde do município de Três Rios um termo de solicitação para pesquisa e coleta de dados, quando obtivemos a autorização para a realização da pesquisa. O questionário foi aplicado a 45 pessoas que aguardavam para serem atendidas nos Postos de Saúde ou em visitas às residências, junto com as Agentes Comunitárias de Saúde, no centro do distrito de Bemposta e nos bairros Vale da Cachoeira, Grama e Itajuana, nos meses de fevereiro e março de 2019.

Durante a pesquisa, as pessoas que concordavam em responder às perguntas, escreviam suas respostas e marcavam as opções dos questionários. As pessoas analfabetas me autorizavam a escrever as respostas e marcar as opções de acordo com o que eu ia lendo as perguntas para elas. Os entrevistados receberam e assinaram O DE TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO (Apêndice B).

2. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nossa pesquisa procurou identificar vários aspectos da utilização de plantas medicinais. Em relação à faixa etária, ao gênero e aos níveis de escolaridade, analisamos com que frequência são utilizadas. Como é possível observar, há predominância de uso nas faixas etárias mais avançadas, entre os 46 e 80 anos (Quadro 3 e Gráfico 1). São pessoas com conhecimentos empíricos e utilizadores das plantas medicinais como tratamento alternativo no alívio de algumas enfermidades, visto que são conhecimentos que vêm desde a antiguidade, o que possivelmente pode comprovar esses saberes das pessoas nessas idades. Já as faixas etárias mais baixas, não fazem tanto uso de plantas medicinais, pois durante a entrevista, relataram o pouco conhecimento sobre plantas, e também, que há um perigo no uso das mesmas, sem a prescrição médica, e que possuem o pensamento de que se fizerem o mau uso de plantas medicinais, podem ocorrer danos à saúde, e observou-se nas entrevistas, que estas pessoas são as que possuem níveis escolares mais avançados.

		Frequência de utilização das plantas medicinais		
		Nunca	Ocasionalmente	Frequentemente
Faixa etária	18 a 25	3	1	0
	26 a 45	1	5	0
	46 a 60	4	10	6
	61 a 80	0	12	3
Gênero	Masculino	3	6	0
	Feminino	5	24	7
Escolaridade	Analfabeto	1	4	1
	Fund. 1	2	3	1
	Fund. 2	2	12	5
	Médio	2	3	5
	Superior	1	2	1

Quadro 3: Reconhecimento do público alvo e frequência do uso de plantas.

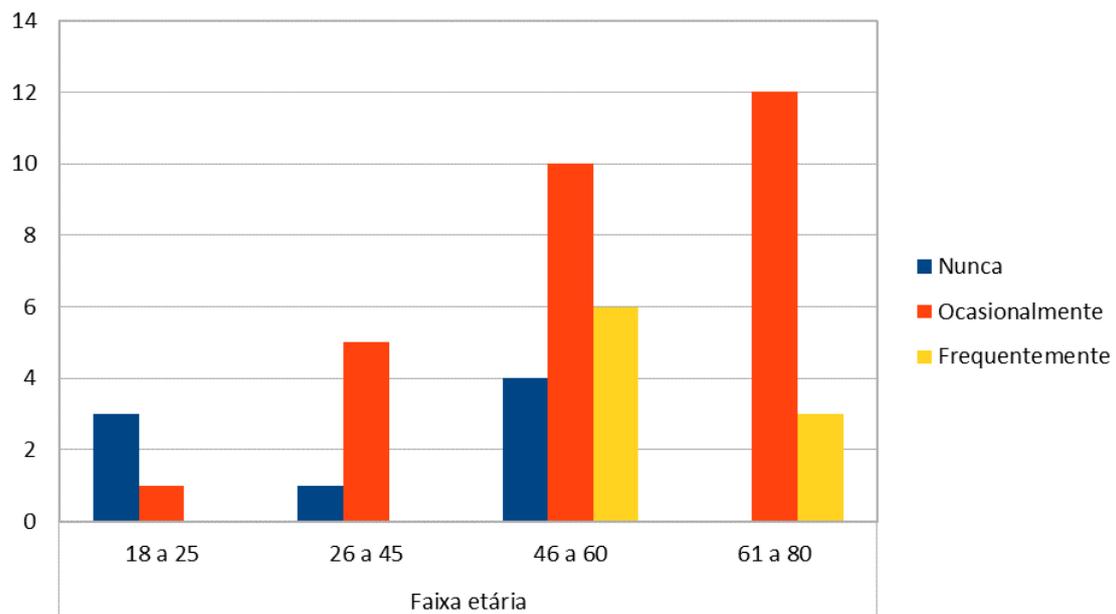


Gráfico 1: Frequência de utilização de plantas medicinais em relação a faixa etária.

Em relação ao gênero das pessoas que fazem uso das plantas medicinais e à frequência com que são utilizadas, podemos observar que o maior número de usuários de plantas medicinais foram os do sexo feminino, onde a maior parte faz uso ocasionalmente (Gráfico 2).

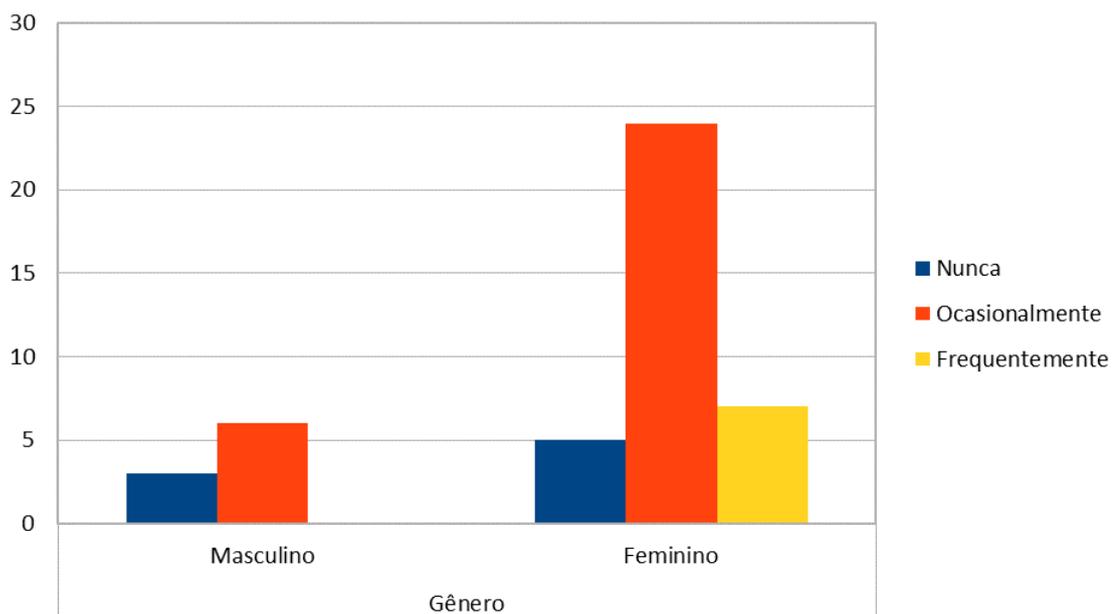


Gráfico 2: Frequência de utilização de plantas medicinais em relação ao gênero.

Em relação à escolaridade, a maior parte das pessoas com escolaridade de Ensino Fundamental utilizam ocasionalmente plantas medicinais, enquanto poucas pessoas com nível superior (Gráfico 3).

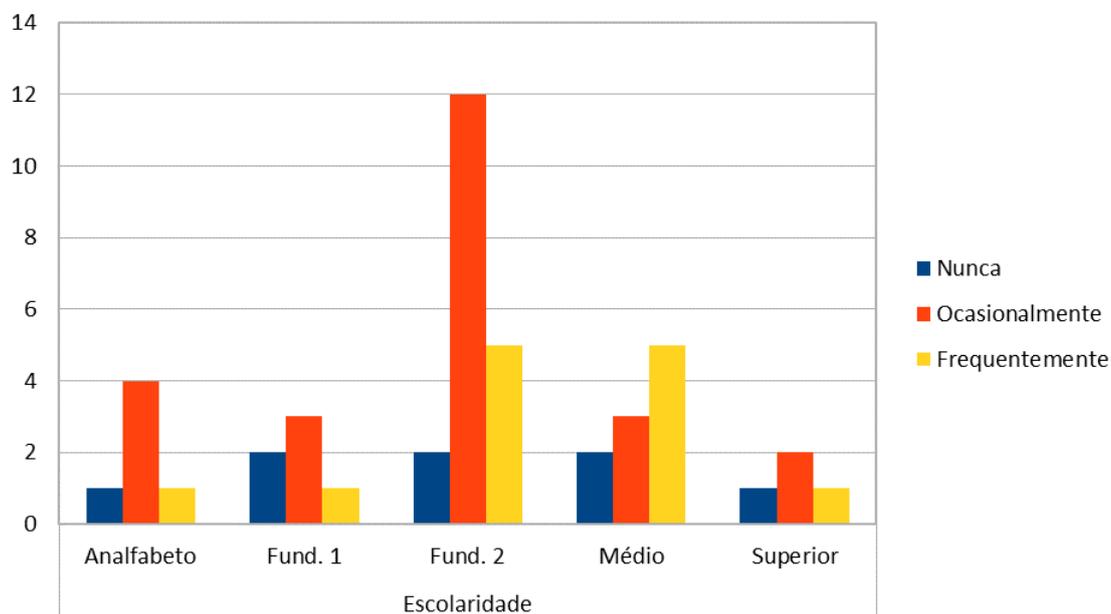


Gráfico 3: Frequência de utilização de plantas medicinais em relação aos níveis de escolaridade.

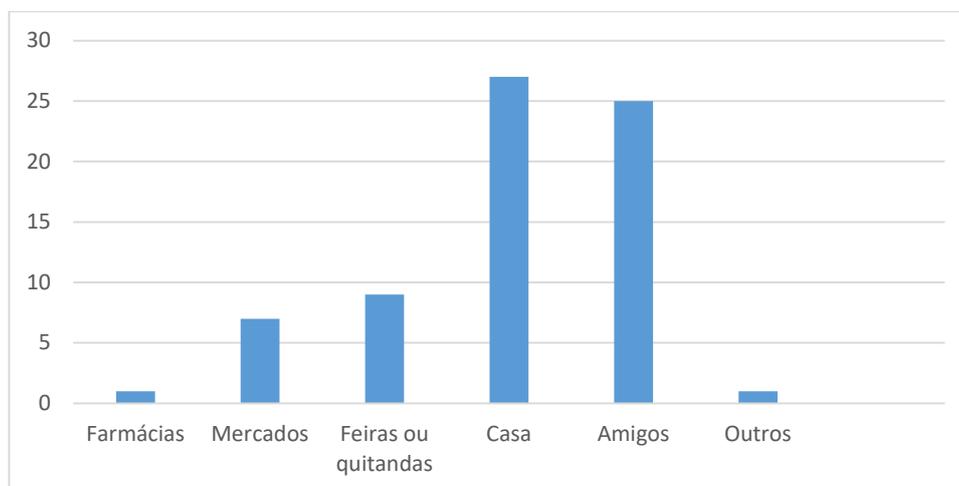


Gráfico 4: Locais de acesso às plantas medicinais.

Em relação aos locais onde os entrevistados adquirem as plantas que utilizam, notamos que as plantas medicinais utilizadas pelos entrevistados são provenientes das próprias plantações, das casas de vizinhos e amigos e/ou comprados em feiras (Gráfico 4). Portanto, pode-se dizer que na maioria das vezes, há uma partilha das plantas entre as pessoas, o que possivelmente comprova o conhecimento popular sobre a utilização das plantas medicinais para curar certas doenças, como uma prática tradicionalmente antiga e nos tratamentos caseiros. Foi possível perceber nas entrevistas que há a venda em

diversos lugares e que existem pessoas que indicam para qual doença cada planta pode ser utilizada. Muitas vezes essas pessoas não possuem conhecimento científico sobre as propriedades das plantas e nem dos riscos que elas oferecem.

Pesquisamos se as pessoas seguem alguma prescrição médica, utilizam recomendações de amigos ou parentes ou se seguem as receitas de sites, revistas e livros. Percebemos que a maioria utiliza a recomendação de amigos e parentes ou não segue nenhuma prescrição, o que demonstra que fizeram uso sem nenhuma indicação científica (Gráfico 5). Ao observar o gráfico 5 podemos perceber que, em relação à orientação sobre o uso das plantas medicinais, dosagem e tempo de uso, continuam prevalecendo as recomendações e dosagens que amigos e parentes utilizam.

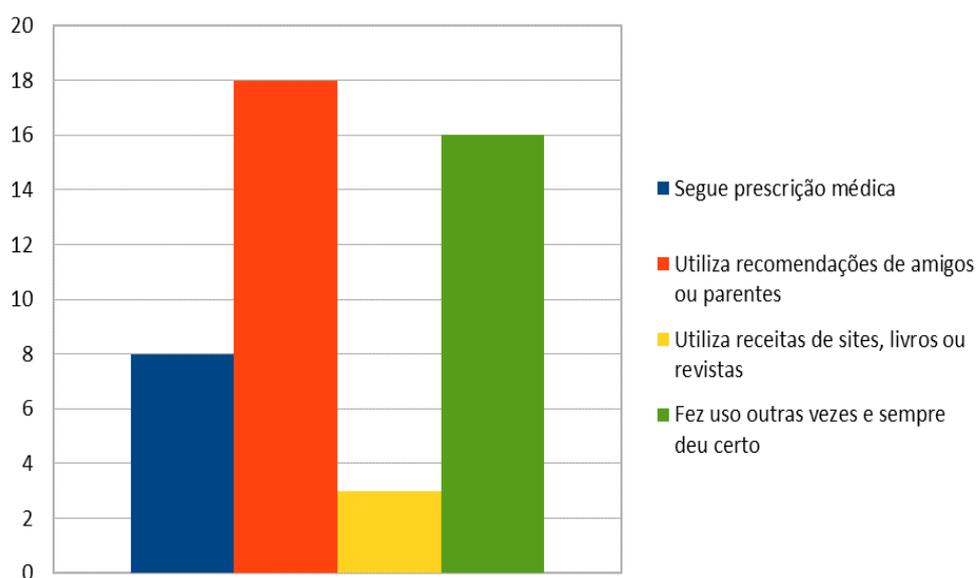


Gráfico 5: Sobre a orientação e dosagem no uso das plantas medicinais.

Durante as entrevistas relatos sobre conhecimentos sobre plantas medicinais, percebemos que estes foram passados de geração a geração, ou seja, os entrevistados aprenderam com os pais e avós. Alguns entrevistados disseram que, quando eram crianças, não existiam farmácias na localidade onde residiam, que não iam com frequência ao médico e que o único recurso de saúde eram as plantas existentes nas hortas caseiras. Além do fácil acesso e de contribuírem de forma positiva na saúde, o tratamento com as plantas tem um custo baixo, o que favorecia bastante todos aqueles que usavam. Também reforça o contexto de que no Brasil, o surgimento da medicina popular vem das tribos indígenas e dos colonizadores que estavam presentes no país e perduraram até hoje.

Com esta pesquisa, observamos que, em relação à orientação de utilização, houve um número significativo de pessoas que fizeram uso de plantas outras vezes e, como em todas tiveram um resultado “positivo”, continuam utilizando as mesmas plantas. Em relação à dosagem e tempo de uso, os entrevistados relataram que o “*remédio é natural, portanto, pode ser utilizado em qualquer dosagem que não faz mal*”. Porém, isso reforça o que foi mencionado anteriormente: se uma planta for utilizada de forma incorreta, há a possibilidade de ocorrerem intoxicações, o que poderá gerar um outro problema, pois mesmo sendo naturais, podem causar riscos à saúde.

Em relação à prescrição médica, observamos que, poucas pessoas não utilizam plantas medicinais (17%) e só o fariam se algum médico prescrevesse seguindo as orientações dele, assim como a dosagem e tempo de uso. Verificamos, portanto, que o conhecimento científico não é a principal fonte para a utilização das plantas medicinais.

No que se refere às plantas mais utilizadas, consideramos seu nome popular, usado nas localidades escolhidas para a entrevista; seus fins medicinais; qual parte da planta a maioria da população utiliza, se galhos, folhas, flores ou raízes; como ela é utilizada, compressas, emplastos, chás, xaropes, outros.

Plantas (nome popular)	Finalidade	Forma de uso	Parte da planta utilizada
Alecrim	Ansiedade; culinária; trato digestivo	Suco; chá; culinária	Folhas
Arnica	Dores musculares; artrites	Chá (para aplicar na pele)	Folhas
Boldo	Enxaqueca; trato digestivo; enjôo; virose	Chá; sumo.	Folhas
Camomila	Calmante; cólicas; estresse	Chá	Flores secas
Capim limão ou Santo	Calmante; relaxante; trato digestivo; dor abdominal	Chá	Folhas e galhos
Carqueja	Diurético; diabetes; combater vermes	Chá	Galhos
Erva-cidreira	Calmante; relaxante	Chá	Folhas e galhos

Erva-doce	Calmante; cólicas de infantis; trato digestivo	Chá	Folhas; galhos; sementes.
Goiaba	Controla a Diarreia	Chá; suco	Folhas novas; fruto
Guaco	Problemas respiratórios (gripe, asma, bronquite, tosse)	Chá; tintura	Folhas e galhos
Hortelã	Febre; tempero; calmante; trato digestivo;	Chá; culinária; suco	Folhas
Louro	Calmante; trato digestivo, tempero;	Chá; culinária	Folhas
Romã	Inflamações na boca e na garganta; imunidade	Chá; suco	Fruto; folhas
Tanchagem	Afecções bucais, prisão de ventre	Chá	Folhas e raiz

Quadro 4. Relação das plantas medicinais mais utilizadas pelos entrevistados

De acordo com o quadro 4, as plantas medicinais mais utilizadas pelos participantes da entrevista são: o hortelã (citado por 26 pessoas); camomila (citado por 24 pessoas); a erva-cidreira (citado por 23 pessoas); o boldo (citado por 20 pessoas); o guapo (citado por 20 pessoas); o capim limão (citado por 16 pessoas); a erva-doce (citado por 16 pessoas); goiaba (citado por 15 pessoas); o louro (citado por 13 pessoas); a arnica (citado por 11 pessoas); a tanchagem (citado por 10 pessoas); a carqueja (citado por 9 pessoas); o alecrim (citado por 7 pessoas) e o romã (citado por 05 pessoas). Com finalidades e usos variados, como no tratamento de enxaqueca; auxiliar no trato digestivo e dores abdominais; contra enjoos e virose; cólicas menstruais; cólicas infantis; diarreia; na função de calmantes, relaxantes e para ansiedade; como auxiliar nos problemas respiratórios (gripe, asma, bronquite, tosse); inflamações na boca e na garganta e como temperos, entre outros.

Na grande maioria, as partes mais utilizadas das plantas são as folhas e os galhos, e, algumas, somente as flores, raízes e sementes. Sendo que dessas plantas a forma de preparo mais utilizadas pelas pessoas, o chá foi o mais citado, prevalecendo em todas as formas de uso de cada planta. O suco, sumo, tintura e uso na culinária apareceram como formas de uso de algumas plantas.

Ao comparar o Quadro 4 com os dados encontrados na literatura (Quadro 1), percebemos que, em alguns casos, os entrevistados acertaram a finalidade, as formas de uso, e as partes utilizadas. Algumas citações de finalidade não estão no quadro do uso de forma correta, o que reforça a ideia da partilha dos conhecimentos entre amigos e parentes e não a prescrição médica, ou recomendações de sites, livros e revistas confiáveis.

Na comparação entre os quadros, pode-se perceber, que nas formas de uso ocorreu o termo “chá” em lugar de “infusões”. Muitas pessoas acabam confundindo e consideram tudo como chás, porém não são. Segundo Gimenez (2019), o chá é uma bebida quente ou fria produzida somente através de uma planta chamada de *Camellia sinensis*, que nas suas variações de preparos, cuidados, plantação, coleta, e as formas de cuidados com as folhas, dão origem aos chás preto, verde, branco, entre outros. Já os outros tipos que levam diferentes plantas como derivados nas preparações, não havendo presença de *Camellia sinensis*, são conhecidos como infusões. Como exemplo de infusão podemos citar, as de erva-doce, hortelã, camomila, que são as mais conhecidas no país.

A respeito do que a população do distrito de Bemposta pensa sobre médicos das Unidades Básicas de Saúde (UBS) prescreverem e distribuírem as plantas medicinais para tratarem algumas doenças, a maioria dos entrevistados achou ótima a ideia (Gráfico 6).

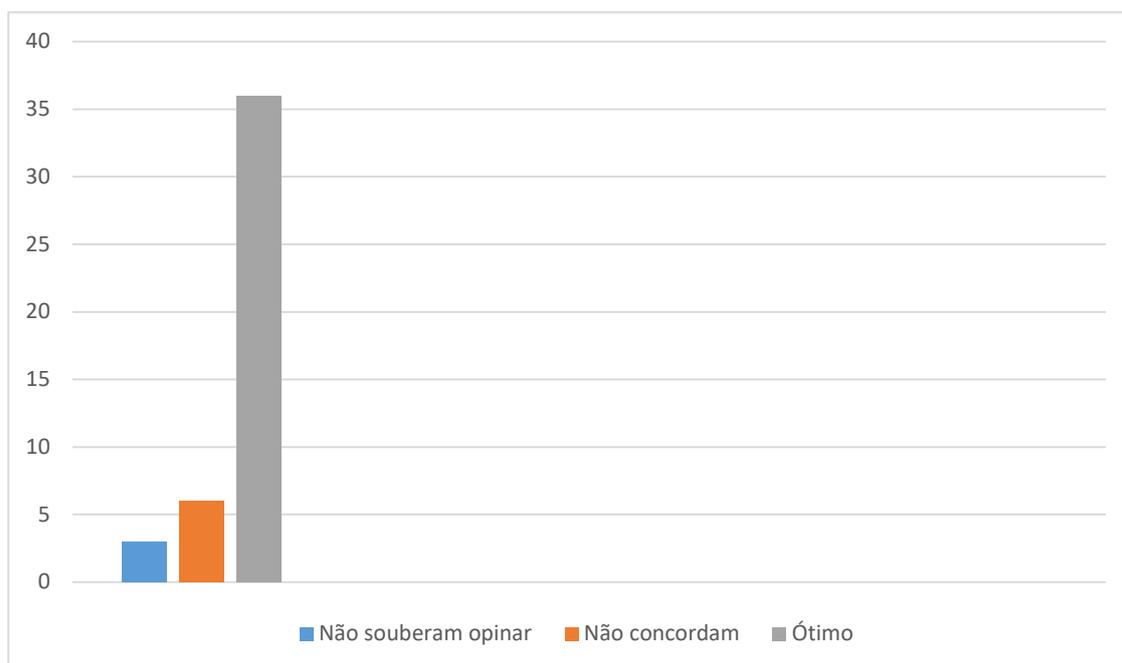


Gráfico 6. Prescrição e distribuição de plantas medicinais nas UBSs

Como justificativa, disseram que assim ficariam mais seguros para utilizarem as plantas medicinais, pois teriam a prescrição do médico e saberiam qual a dosagem correta a usar. Os entrevistados (3) que não souberam opinar, verificamos que são as mesmas

pessoas que responderam no questionário que não fazem uso de plantas medicinais. Alguns dos entrevistados disseram que não precisam de prescrição médica pois aprenderam as receitas com seus pais e avós, que usam sempre as mesmas quantidades, evidenciando um conhecimento empírico fortemente arraigado em parte dos entrevistados.

Sobre casos de intoxicação ao utilizar plantas medicinais, somente 1 entrevistado relatou ter sofrido forte reação alérgica. O entrevistado utilizou as folhas de Losna batidas no liquidificador junto com abacaxi em forma de suco para má digestão. Quando perguntado sobre quais foram os sintomas da intoxicação, relatou que teve urticária, falta de ar e inchaços pelo corpo. A pessoa foi levada para a Unidade de Pronto Atendimento (UPA) da cidade de Três Rios, onde recebeu os primeiros socorros e tomou antialérgico.

3. CONCLUSÃO

De acordo com nossa pesquisa, embora existam muitos estudos científicos sobre plantas medicinais com efeitos benéficos comprovados, a população do distrito de Bemposta ainda utiliza quase exclusivamente o conhecimento empírico. Observamos também que pessoas em uma faixa etária mais baixa e possivelmente maior grau de escolaridade já percebem a importância e os perigos do uso incorreto destas plantas, já os mais velhos, por possuírem seus conhecimentos empíricos que obtiveram de seus pais e avós, não percebem tanto os perigos que as plantas possuem devido ao uso incorreto. A ideia de que *“plantas são naturais e, portanto, não fazem mal”* é difundida e perigosa. Muitos medicamentos são produzidos a partir de princípios ativos das plantas, porém muitos venenos também. A noção de que a quantidade não é importante também é perigosa. A diferença entre o remédio e o veneno pode estar apenas na dosagem. Além disso, não podemos nos esquecer que estas plantas são conhecidas por nomes populares, que são regionais, aumentando o risco de utilização de plantas que não são aquelas que possuem indicação terapêutica. Assim, para que o conhecimento popular não seja perdido, mas que incorpore o conhecimento científico, se faz necessária a introdução do tema nas políticas públicas educacionais e de saúde da população. As políticas públicas educacionais e de saúde são conjuntos de programas, ações e decisões tomadas pelos governos nacional, estadual ou municipal que afetam a todos os cidadãos, de todas as escolaridades, independente de sexo, cor, religião ou classe social. A divulgação do Programa Farmácia Viva se faz necessária e urgente nesta comunidade.

REFERÊNCIAS

- ABRANCHES, MV., 2015. *Plantas medicinais e Fitoterápicos: Abordagem teórica com ênfase em nutrição*. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=_haiAgAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=conceitos+de+plantas+medicinais&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwjyIIGR56vIAhWx2FkKHVEqDHsQ6AEIKDAA#v=onepage&q=conceitos%20de%20plantas%20medicinais&f=false> Acesso em: 20 de outubro de 2019.
- ALMEIDA, MZ., 2011. *Plantas Medicinais*. Salvador: EDUFBA. 3. ed.. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=fA9SCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT13&dq=plantas+medicinais&ots=TQ8Fb_srGd&sig=pZrXqv6Y8XlwoXgdsQZqRMf_HVc&redir_esc=y#v=onepage&q=plantas%20medicinais&f=false> Acesso em: 19 de outubro de 2019.
- BRASIL, 2006. Ministério da Saúde. *Portaria N° 971, De 3 De Maio De 2006*. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html> Acesso em 22 de outubro de 2019.
- BRASIL, 2006. Planalto. *Decreto n° 5.813, de 22 de junho de 2006*. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Decreto/D5813.htm> Acesso em 22 de outubro de 2019.
- BRASIL, 2010. Ministério da Saúde. *Portaria n° 886, de 20 e abril de 2010*. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/prt0886_20_04_2010.html> Acesso em 22 de outubro de 2019.
- BRASIL, 2013. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). *Resolução da diretoria colegiada - rdc n° 18, de 03 de abril de 2013*. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2013/rdc0018_03_04_2013.pdf> Acesso em 22 de outubro de 2019.
- BRASIL, 2014. Ministério da Saúde. *Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME)*. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relacao_nacional_medicamentos_essenciais_rename_2014.pdf> Acesso em 22 de outubro de 2019.
- BRASIL, 2015. Ministério da Saúde. Blog da Saúde. *Plantas medicinais: saiba como usar de forma segura*. Disponível em: <<http://www.blog.saude.gov.br/index.php/promocao-da-saude/50109-plantas-medicinais-saiba-como-usar-de-forma-segura>> Acesso em 6 de novembro de 2019.
- BRASIL, 2016. Ministério da Saúde. *Política e Programa de Plantas Medicinais e Fitoterápicos*. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_programa_nacional_plantas_medicinais_fitoterapicos.pdf> Acesso em 22 de outubro de 2019.

BRASIL, 2016. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Momento Fitoterápico Farmacopeia Brasileira 1ª edição**. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33832/2909630/Memento+Fitoterapico/a80ec477-bb36-4ae0-b1d2-e2461217e06b>> Acesso em 7 de novembro de 2019.

BRASIL, 2017. Ministério da Saúde. **Ações e Programas**. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/737-acoes-e-programas/programa-de-fitoterapico-e-plantas-medicinais/41222-sobre-o-programa>> Acesso em 22 de outubro de 2019.

BRASIL, 2019a. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Consulta Pública nº 638, de 21 de maio de 2019**. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/4311647/CONSULTA+P%C3%A9BLICA+N+638+COFAR.pdf/e030ed18-1dd3-4836-8aab-357a55c6be23>> Acesso em 8 de novembro de 2019.

2019b. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Padronização em marcadores para a camomila no uso tópico**. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33836/2812918/Padroniza%C3%A7%C3%A3o%2Bem%2Bmarcadores%2Bpara%2Bcamomila%2Bno%2Buso%2Bt%C3%B3pico.pdf/11850bd9-b677-46d9-a6c9-b316ee7c59ab>> Acesso em 8 de novembro de 2019.

CARNEVALE, Renata Cavalcanti, 2016. **Programa Farmácia Viva**. Disponível em: <http://www.saude.campinas.sp.gov.br/saude/programas/integrativa/curso_PICS/encontro_2016_08_11.18/Apresentacao_Farmacia_Viva.pdf> Acesso em: 22 de outubro de 2019.

COSTA, Nadir Chaves da, 2017. **FORMAS DE PREPARO DE PLANTAS MEDICINAIS Guia de plantas medicinais de A a Z**. Ed. Clube de autores. 2v. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=YR9yDwAAQBAJ&pg=PT8&dq=se+%C3%A9+a+planta+%C3%A9+natural+n%C3%A3o+faz+mal&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwjQ27HZ27L1AhWzH7kGHeZQDH8Q6AEIKDAA#v=onepage&q=se%20%C3%A9%20a%20planta%20%C3%A9%20natural%20n%C3%A3o%20faz%20mal&f=false>> Acesso em 23 de outubro de 2019.

DINIZ, Margareth; OLIVEIRA, Rinalda; JÚNIOR, Alberto, 2001. **Implantação da disciplina de Fitoterapia nos recursos da área da saúde: O exemplo da Universidade Federal da Paraíba**. *Infarma*, Brasília, DF, v13, n.9/10, p. 68-73.

GIL, Carlos, 1999. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. Disponível em <<https://ayanrafael.files.wordpress.com/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9nicas-de-pesquisa-social.pdf>> Acesso em 31 de outubro de 2019.

GIMENEZ, Fernanda, 2019. **Chá ou infusão: você sabe a diferença?** Disponível em: <<https://www.dicasdemulher.com.br/diferenca-cha-e-infusao/>> Acesso em 7 de novembro de 2019.

GURGEL, Cristina B.F.Martin, 2004. *A Fitoterapia Indígena no Brasil Colonial_ Os primeiros dois séculos*. Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Disponível em: <<http://www.snh2011.anpuh.org/resources/rj/Anais/2004/Simposios%20Tematicos/Cristina%20Brandt%20Friedrich%20Martin%20Gurgel.doc>>. Acesso em 20 de outubro de 2019.

HARADA, Elisa T., 2019. *OFICINAS DE ERVAS. A importância da Fitoterapia e uso consciente de plantas medicinais*. Disponível em: <<https://www.oficinadeervas.com.br/conteudo/a-importancia-da-fitoterapia-e-do-uso-consciente-de-plantas-medicinais>> Acesso em: 22 de outubro de 2019.

OLIVEIRA, Fernanda; LEHN, Carlos, 2015. *Riscos e Perspectivas na Utilização de Fitoterápicos no Brasil*. Opará: Etnicidades, Movimentos Sociais e Educação. Paulo Afonso, v. 3, n. 4, p. 35-44. Disponível em: <<https://www.revistas.uneb.br/index.php/opara/article/view/OPR3.4.3/1585>> Acesso em: 20 de outubro de 2019.

ON LINE EDITORA, 2019. *Enciclopédia Especial Plantas em Casa 01. Plantas que curam 501 espécies com indicação de usos e propriedades*. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=XyRqDwAAQBAJ&pg=PA60&dq=nome+cient%C3%ADfco+da+hortel%C3%A3&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwivtv_b5dvIAhUeGbkGHUdgBt0Q6AEIKDAA#v=onepage&q=nome%20cient%C3%ADfco%20da%20hortel%C3%A3&f=false> Acesso em 7 de novembro de 2019.

PÓS-GRADUAÇÃO SÃO CAETANO DO SUL. *Benefícios da Fitoterapia no tratamento de doenças*. Disponível em: <<https://www.posuscs.com.br/beneficios-da-fitoterapia-no-tratamento-de-doencas/noticia/475>> Acesso em: 22 de outubro de 2019.

SANTOS, Marize Girão; FONSECA, Said G. C., 2012. *Farmácias Vivas*. Disponível em: https://cursos.atencaoasica.org.br/sites/default/files/farmacias_vivas.pdf. Acesso em 12 de novembro de 2019.

TEIXEIRA, João Batista; BARBOSA, Aretuza; GOMES, Christiane; EIRAS, Naiara. *A Fitoterapia no Brasil: da Medicina Popular à regulamentação pelo Ministério da Saúde*. Disponível em: <<http://www.ufjf.br/proplamed/files/2012/04/A-Fitoterapia-no-Brasil-da-Medicina-Popular-%C3%A0-regulamenta%C3%A7%C3%A3o-pelo-Minist%C3%A9rio-da-Sa%C3%BAde.pdf>> Acesso em 24 de agosto de 2019.

TOMAZZONI, Marisa Ines. 20014. *Subsídios para a Introdução do Uso de Fitoterápicos na Rede Básica de Saúde do Município de Cascavel/PR*. Dissertação de Mestrado em Enfermagem. Setor de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Paraná.

ZANIN, Tatiana e FRAZÃO, 2019a. *Arnica: para que serve e como usar*. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/arnica/>> Acesso em 5 de novembro de 2019.

_____. 2019b. *Propriedades e para que serve o boldo*. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/boldo/>> Acesso em 7 de novembro de 2019.

_____. 2019c. *Para que serve a camomila e como usar*. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/camomila/>> Acesso em 5 de novembro de 2019.

_____ 2019d. *Carqueja: para que serve e efeitos colaterais*. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/carqueja/>> Acesso em 5 de novembro de 2019.

_____ 2019e. *Guaco: para que serve, como usar e contraindicações*. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/guaco/>> Acesso em 5 de novembro de 2019.

_____ 2019f. *Folhas de Louro: para que servem e como usar*. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/louro/>> Acesso em 5 de novembro de 2019.

APÊNDICE A

ENTREVISTA-QUESTIONÁRIO

Data: ___ / ___ / ___

1-IDENTIFICAÇÃO

1.1- Gênero: Masculino () Feminino () Não declarado ()

1.2- Idade: _____

1.3- Profissão: _____

1.4- Bairro: _____

1.5- Tempo que reside no bairro: _____

1.6- Nível de escolaridade:

() Não alfabetizado

() Alfabetizado

() 1º grau incompleto (Ensino Fundamental Incompleto)

() 1º grau completo (Ensino Fundamental Completo)

() 2º grau incompleto (Ensino Médio Incompleto)

() 2º grau completo (Ensino Médio Completo)

() Nível superior incompleto

() Nível superior completo

2- INFORMAÇÕES SOBRE PLANTAS MEDICINAIS:

2.1- Você faz uso de plantas medicinais para tratar doenças?

Não () Ocasionalmente () Sempre ()

2.2- Por que você utiliza as plantas medicinais como tratamento de doenças?

2.3- De que forma você utiliza as plantas medicinais?

Compressas () Emplastro () Chás () Xaropes () Outros ()

2.4- Você Cultiva alguma planta medicinal em casa? Sim () Não ()

Se a resposta for SIM, qual ou quais? _____

Se for NÃO, onde você consegue plantas medicinais para usar?

Farmácias () Mercados () Feiras ou quitandas () Amigos () Outros ()

2.5- De onde vem seus conhecimentos sobre plantas medicinais?

2.6- Para utilizar a planta medicinal você:

- Segue uma prescrição médica ()
- Utiliza recomendações de amigos ou parentes ()
- Utiliza receitas de sites, livros ou revistas ()
- Já fez uso outras vezes e sempre deu certo, e assim continua fazendo ()

2.7- Em relação à dosagem e tempo de uso:

- Utiliza de acordo com a prescrição médica ()
- Utiliza a dosagem que seus amigos e parentes usam ()
- Segue de acordo com as receitas de sites, livros ou revistas ()
- O medicamento é natural, portanto, pode ser utilizada qualquer dosagem que não faz mal ()

2.8- Você já se intoxicou alguma vez? Sim () () Não

Se a resposta for afirmativa:

Qual foi a planta utilizada? _____

Como foi feito o uso? _____

Quais foram os sintomas apresentados? _____

Quais medidas foram realizadas para acabar desintoxicação?

2.9-Quais são as plantas medicinais mais utilizadas por você?

Nome: _____

Para que serve: _____

Como é utilizada: _____

Qual parte da planta é utilizada: _____

2.10- O que você acha de os médicos passarem a prescrever e as Unidades Básicas de Saúde (UBS) a distribuir, a plantas medicinais para o tratamentos de algumas doenças?

APÊNDICE B**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO**

Prezado (a) Senhor (a), _____ O (a) Sr (a). está sendo convidado a participar da pesquisa: **“UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS PELA COMUNIDADE DO DISTRITO DE BEMPOSTA, DO MUNICÍPIO DE TRÊS RIOS-RJ”** que tem por objetivo IDENTIFICAR A IMPORTÂNCIA, OS BENEFÍCIOS E AS FORMAS CORRETAS DE UTILIZAÇÃO DAS PLANTAS MEDICINAIS NO COMBATE ÀS DOENÇAS DE ACORDO COM A LITERATURA E COMPARAR COM A FORMA UTILIZADA PELA POPULAÇÃO DE BEMPOSTA, DISTRITO DE TRÊS RIOS-RJ. Sua participação no estudo consistirá em RESPONDER ALGUMAS QUESTÕES e PARTICIPAR DE PESQUISA DE OPINIÃO sobre **UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS**. O(A) Sr.(a) pode se sentir desconfortável em responder alguma pergunta e tem a liberdade de não responder ou interromper a entrevista em qualquer momento, sem nenhum prejuízo. O(A) Sr.(a) tem a liberdade de não participar da pesquisa ou retirar seu consentimento a qualquer momento, mesmo após o início da entrevista/coleta de dados, sem qualquer prejuízo. Está assegurada a garantia do sigilo das suas informações. O(A) Sr.(a) não terá nenhuma despesa e não há compensação financeira relacionada à sua participação na pesquisa. Caso tenha alguma dúvida sobre a pesquisa, poderá entrar em contato com a responsável pelo estudo: **RAÍSA DE BARROS LIMA**. O Comitê de Ética em Pesquisa da UFRJ, também poderá ser consultado caso o(a)Sr.(a) tenha alguma consideração ou dúvida sobre a ÉTICA da pesquisa. Sua participação é importante e voluntária e vai gerar informações que serão úteis para o Trabalho de Conclusão do Curso de Ciências Biológicas da UFRJ-CEDERJ. Este termo será assinado em duas vias, pelo(a) senhor(a) e pela responsável pela pesquisa, ficando uma via em seu poder.

Acredito ter sido suficientemente informado a respeito do que li ou foi lido para mim, sobre a pesquisa: **“UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS PELA COMUNIDADE DO DISTRITO DE BEMPOSTA, DO MUNICÍPIO DE TRÊS RIOS-RJ”**. Discuti com a pesquisadora **RAÍSA DE BARROS LIMA**, responsável pela pesquisa, sobre minha decisão em participar do estudo. Ficaram claros para mim os propósitos do estudo, os procedimentos, garantias de sigilo, de esclarecimentos

permanentes e isenção de despesas. Concordo voluntariamente em participar deste estudo.

_____ / / _____

Assinatura do entrevistado

Declaro que obtive de forma apropriada e voluntária o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido deste entrevistado para a sua participação neste estudo.

_____ / / _____

Assinatura do responsável pelo estudo.