



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS II
CENTRO DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS E AMBIENTAIS
DEPARTAMENTO DE AGROECOLOGIA E AGROPECUÁRIA
CURSO DE BACHARELADO EM AGROECOLOGIA

JOANE ALVES DE SOUZA

USO E CULTIVO DE PLANTAS MEDICINAIS POR IDOSOS DA UNIVERSIDADE
ABERTA À MATURIDADE, CAMPUS II – UEPB

LAGOA SECA – PB

2019

JOANE ALVES DE SOUZA

**USO E CULTIVO DE PLANTAS MEDICINAIS POR IDOSOS DA UNIVERSIDADE
ABERTA À MATURIDADE, CAMPUS II – UEPB**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Bacharelado em
Agroecologia da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção
do título de Bacharela em Agroecologia.

Área de concentração: Agroecologia

Orientadora: Prof.^a Dra. Camila Firmino de Azevedo.

LAGOA SECA – PB

2019

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S729u Souza, Joane Alves de.
Uso e cultivo de plantas medicinais por idosos da
Universidade Aberta à Maturidade, Campus II – UEPB
[manuscrito] / Joane Alves de Souza. - 2019.
23 p.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Agroecologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de
Ciências Agrárias e Ambientais, 2019.
"Orientação : Profa. Dra. Camila Firmino de Azevedo ,
Coordenação do Curso de Agroecologia - CCAA."
1. Medicina popular. 2. Fitoterapia. 3. Etnobotânica. I.
Título
21. ed. CDD 633.88

JOANE ALVES DE SOUZA

USO E CULTIVO DE PLANTAS MEDICINAIS POR IDOSOS DA UNIVERSIDADE
ABERTA À MATURIDADE, CAMPUS II – UEPB

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Bacharelado em
Agroecologia da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção
do título de Bacharela em Agroecologia.

Área de concentração: Agroecologia

Aprovado em: 18/06/2019.

BANCA EXAMINADORA

Camila Firmino de Azevedo

Prof. Dr. Camila Firmino de Azevedo (Orientadora)

Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Shirleyde Alves dos Santos

Prof. Me. Shirleyde Alves dos Santos

Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Thúlio Antunes de Arruda

Prof. Dr. Thúlio Antunes de Arruda

Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

A Deus, à minha família que é minha base e que muito me apoiou e incentivou a realizá-lo. DEDICO.

“Louvai ao SENHOR, porque ele é bom;
porque a sua benignidade dura para sempre.

Salmos 136:1”

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	7
2. MATERIAL E MÉTODOS	8
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	11
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	20

USO E CULTIVO DE PLANTAS MEDICINAIS POR IDOSOS DA UNIVERSIDADE ABERTA À MATURIDADE, CAMPUS II – UEPB

Joane Alves de Souza¹

RESUMO

O uso de plantas medicinais foi construído através das relações familiares, onde os mais velhos aprenderam com seus antepassados, e assim esse conhecimento foi transmitido entre as gerações, sendo os idosos considerados os mais sábios, que partilhavam seus conhecimentos com os mais jovens. O presente estudo teve como objetivo: avaliar o uso e cultivo de plantas medicinais por idosos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA) da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, Campus II turma 2019, e realizar ações educativas com o intuito de aprimorar e promover a troca de conhecimentos com os mesmos. Para isso, foi realizada uma entrevista através de um questionário semiestruturado, para identificar conhecimento dos idosos a respeito de plantas, cultivo e frequência de uso. A partir das informações obtidas através das entrevistas, realizou-se o planejamento para distribuição de mudas e livretos no qual foi estimulada a participação dos idosos para que houvesse troca de conhecimentos a partir das experiências dos mesmos. Foram entrevistados 31 idosos (87 % mulheres e 12,9 % homens), aos quais a maioria (70,96 %) residem na zona urbana de Lagoa Seca – PB. Os mesmos apresentavam idades entre 58 a 89 anos, sendo que (74,19 %) tinham entre 60 a 69 anos. Em relação a saúde, 70,96 % dos idosos afirmaram ter doenças crônicas. Quanto ao cultivo de plantas, 70,96 % relataram que cultivavam em suas residências, principalmente plantas medicinais (48 %) e 90,32 % dos idosos fazem uso delas para fins terapêuticos, sendo o chá (45 %) e o lambedor (27 %) as formas mais citadas. A erva-cidreira, o hortelã-graúdo e o boldo foram as espécies mais usadas pelos idosos. Em virtude disso, nota-se a relevância do tema, onde buscou aprimorar o conhecimento popular a respeito do uso seguro e eficaz de plantas medicinais e fitoterápicos.

Palavras-chave: Medicina popular. Fitoterapia. Etnobotânica.

ABSTRACT

Use and growth of medicinal plants by elderly of the open to maturity university, Campus II- UEPB

The use of medicinal plants was built through family relationships, where the elders learned from their ancestors, and so this knowledge was passed down to successive generations. The elders being considered the wisest people who shared their knowledges with the youngsters. Based on this, the present study had the objective of evaluating the use and cultivation of

¹ Graduanda no curso Bacharelado em Agroecologia na Universidade Estadual da Paraíba – UEPB.
joane.alvees@gmail.com

medicinal plants by these elders at the Open University of Mathematics (UAMA), as part of the Paraíba State University (UEPB), and also carrying out educational actions, aiming improvement and enabling knowledge exchange with them. In order to aid them, first an interview was conducted through a semi-structured questionnaire to get acquainted with the knowledge of the elderly about plants, growth and usage frequency. From the information obtained through the interviews, the seedlings and booklets giveaway were carried out, in which the participation of the elderly was stimulated so that knowledge could be exchanged based on their experiences. Thirty-one elderly (87.1% women and 12.9% men) were interviewed; the majority (70.96%) lived in Lagoa Seca urban area. Their ages ranged from 50 to 89 years, and most of them (74.19%) between 60 and 69 years old. Regarding health, 70.96% of the elderly reported having chronic diseases. Regarding plant growth, 70.96% reported that they cultivate in their homes, where 48% of the plants are medicinal and 90.32% of the elderly use these plants for therapeutic purposes: as tea (45%) and lambedor (27%) the most common uses. Being: lemongrass, Mexican mint and boldo the most used species. As a result of this, the relevance of the theme is notable and was based on enriching and adding the knowledge of the elderly, on the safe and rational use of plants.

Keywords: Common medicine. Phytotherapy. Ethnobotany.

1. INTRODUÇÃO

Desde os primórdios as plantas são utilizadas pela civilização com a finalidade de tratamentos e curas de enfermidades. O homem sempre buscou na natureza os recursos necessários para melhorar suas próprias condições de vida (HARAGUCHI e CARVALHO, 2010). Além disso, segundo Feijó et al. (2012) há milhares de anos as antigas civilizações já conheciam o poder medicinal das plantas que cultivavam e repassavam seus saberes a cada geração.

Deste modo, a partir destes saberes populares, a terapia embasada em plantas evoluiu ao longo dos anos. De acordo com Brasil (2012), a fitoterapia está presente em todas as antigas e atuais civilizações, e representa um fator importante na saúde como meio medicinal alternativo, como também por coexistir com crenças, valores e necessidades da humanidade. O uso das plantas tem motivações diversas, tais como aumentar os recursos terapêuticos, resgatar saberes populares, preservar a biodiversidade, fomentar a agroecologia, o desenvolvimento social e a educação ambiental, popular e permanente (ANTONIO; TESSER; PIRES, 2014). A fitoterapia fornece a conexão entre a natureza e a humanidade, afim de ajudar na cura e no tratamento de doenças.

Segundo Brasil (2006), embora a medicina moderna esteja bem consolidada, grande parte da população dos países em desenvolvimento utiliza plantas medicinais, tendo em vista que 80% desta população utiliza práticas tradicionais nos seus cuidados básicos de saúde. No Brasil, mesmo com o incentivo da indústria farmacêutica para a utilização de medicamentos industrializados, grande parte da população ainda utiliza práticas complementares para cuidar da saúde, como o uso das plantas medicinais, empregada para aliviar ou mesmo curar algumas enfermidades (BADKE et al., 2011).

Um fator decisivo sobre o conhecimento de plantas medicinais é a forma de aprendizado. Pessoas que adquiriram o conhecimento sobre plantas medicinais por tradição

familiar, livros ou combinação dessas formas, ou ainda através de outras pessoas, conhecem um maior número de espécies (MESSIAS et al., 2016). Como os conhecimentos tradicionais são transmitidos e mantidos principalmente pela oralidade, essas populações locais possuem um amplo conhecimento sobre métodos alternativos usados para curar ou aliviar sintomas de doenças. De acordo com Szerwieski (2017), o uso de plantas medicinais foi construído através das relações familiares, onde os mais velhos aprenderam com seus antepassados, e assim esse conhecimento foi transmitido entre as gerações, sendo os idosos considerados as pessoas mais sábias que partilhavam seus conhecimentos com os mais jovens.

Pereira et al. (2016) ressaltam que, no Brasil, em média 80% das pessoas já fizeram ou fazem uso de plantas medicinais em seu dia a dia e, deste total, grande parte é composta por pessoas com 60 anos ou mais. Ângelo e Ribeiro (2014) também destacam o alto índice do uso fitoterápicos por idosos e que a maioria deles acreditam que essa terapia, por ser de origem natural, não traz malefícios à saúde ou efeitos adversos. E por essa razão, Monteiro, Azevedo e Belfort (2014) destacam que a automedicação com plantas medicinais é uma das primeiras escolhas por essa faixa etária e constitui um fator de risco para a saúde dos idosos.

A ideia de que planta medicinal não faz mal é errada, pois seu uso de forma incorreta pode causar agravos à saúde, provocar doenças e levar a abortos e a intoxicações graves, tanto no uso crônico como no agudo (HARAGUCHI e CARVALHO, 2010). Por isso é primordial o uso racional de fitoterápicos, tendo em vista, que compete também aos profissionais de saúde qualificados a orientar a população sobre os riscos errôneos da utilização das plantas.

Com base no que foi exposto, o presente estudo teve como objetivo de avaliar o uso e o cultivo de plantas medicinais por idosos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), da Universidade Estadual da Paraíba, no município de Lagoa Seca – PB, e realizar ações educativas com o intuito de aprimorar e promover a troca de conhecimentos com os mesmos, acerca da importância do uso racional das plantas medicinais.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa ação foi desenvolvida com idosos estudantes da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), pertencente a Universidade Estadual da Paraíba, na turma do Campus II, Lagoa Seca – PB. A UAMA, criada em 2009, tem quebrado todos os paradigmas no que se refere à valorização do idoso, com atividades que estimulam o bem viver (SANTOS et al., 2018). Ela funciona em três cidades: em Campina Grande - PB, a UAMA já formou 05 turmas e 250 alunos, em Lagoa Seca - PB, formou a primeira turma, composta por 37 idosos, no mês de junho de 2016 e em Guarabira - PB, a turma pioneira atendeu um total de 45 idosos (LIMA; OLIVEIRA; SILVA, 2017). A UAMA visa defender a ideia de que é possível aprender em qualquer estágio da vida, ainda que a sociedade pense, motivada pelo preconceito, de que o tempo da velhice representa o fim da vida e das oportunidades (SOARES e NASCIMENTO, 2015).

Inicialmente foi realizada uma entrevista (Figura 1) através da aplicação de questionário semiestruturado (Figura 2), contendo 16 perguntas objetivas e subjetivas, que abordava questões relacionadas ao uso e cultivo de plantas, com ênfase nas medicinais. Esta pesquisa teve o intuito de avaliar o conhecimento que os participantes tinham sobre as espécies, a forma de cultivo, frequência de uso e motivo pelo qual utilizavam, dentre outras questões. E assim, após as informações obtidas através das entrevistas, foram planejadas as demais ações.

Figura 1 – Momento da entrevista através da aplicação de questionário sobre o uso e o cultivo de plantas medicinais com idosos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), Lagoa Seca – PB.



Para a apresentação dos resultados foram tomados todos os dados obtidos, através do preenchimento do questionário, e posteriormente, tabulados através do software editor de planilhas Excel sendo elaboradas tabelas de quantificação das respostas, que foram apresentadas em porcentagem. Os dados também foram apresentados em gráficos e descritivamente.

Após as entrevistas, foram produzidas mudas de diferentes espécies medicinais que foram distribuídas aos idosos posteriormente. Para produção das mudas, foi utilizado material de propagação colhido na horta de plantas medicinais do Centro de Ciências Agrárias e Ambientais da Universidade Estadual da Paraíba, Campus II. Para a produção de mudas foram usados sacos de polieteno preto e de materiais recicláveis. Os sacos foram preenchidos com solo e esterco bovino, na proporção de 1:1, respectivamente. Foram produzidas um total 70 mudas das seguintes espécies: babosa (*Aloe vera* Lam.), hortelã-da-folha-grossa (*Plectranthus amboinicus* Lour.), capim-santo (*Cymbopogon citratus* Stapf.), manjeriço (*Ocimum basilicum* L.) e boldo-brasileiro (*Plectranthus barbatus* Andrew); de acordo com as orientações de Soares (2010) e Sartório et al. (2000).

A partir das informações obtidas através das entrevistas, planejou-se realizar ações educativas afim de contribuir com os conhecimentos dos idosos sobre o uso racional das plantas medicinais. Para isso, foi elaborado Livreto explicativo (Figura 3) com intuito de aprimorar o conhecimento sobre o uso correto das plantas, com as seguintes informações: vantagens do uso de plantas medicinais, indicações, formas de preparo e cuidados que devem ser tomados ao utilizá-las.

As mudas foram distribuídas juntamente com os livretos no momento em que foi realizada a ação educativa. Foi realizada uma exposição e discussão do conteúdo dos livretos, enfatizando a importância do uso de plantas medicinais na saúde e as formas adequadas de utilização das plantas, principalmente as que eles cultivavam. Também foi estimulada a participação dos idosos no momento da discussão, com o intuito de favorecer a troca de saberes, dando a oportunidade para que pudessem tirar suas dúvidas e relatar suas experiências com o uso de plantas medicinais.

Figura 2 – Questionário sobre o uso e cultivo de plantas medicinais aplicado com os idosos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), no município de Lagoa Seca – PB.

QUESTIONÁRIO

PERFIL DO ENTREVISTADO I

1. Nome: _____	
2. Cidade onde mora: _____	() zona urbana () zona rural
3. Sexo: () M () F	4. Idade: _____
5. Escolaridade: () Analfabeto () Fundamental I (antiga 4ª série) () Fundamental II (antiga 8ª série) () Médio () Superior Profissão: _____	
6. Você tem algum problema de saúde crônico? () Sim () Não Quais? () Diabetes () Pressão alta () Colesterol alto (gordura no sangue) alta () Colesterol alto (gordura no sangue) () Dificuldade para dormir (insônia) () Problemas nos ossos (artrite, artrose, reumatismo, dor nas juntas, osteoporose) () Depressão () Outro: _____	

CARACTERIZAÇÃO DO CULTIVO II

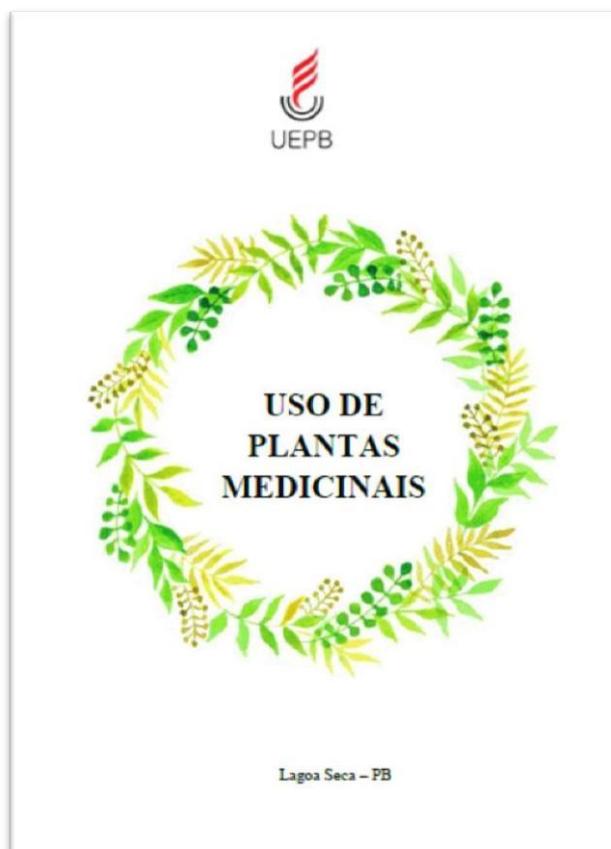
7. Você tem plantas em sua residência? () sim () não De quais tipos? () ornamentais () medicinais () hortaliças () frutíferas () outras: _____	
8. Como você se sente em relação a isso? () me sinto feliz () não gosto () não faz diferença pra mim () outro: _____	
9. Quais as plantas você cultiva em sua residência? (cite as mais importantes pra você) Ornamentais (até 10): _____ _____ Hortaliças (até 10): _____ _____ Frutíferas (até 10): _____ _____ Medicinais (até 20): _____ _____ _____	

USO DE PLANTAS MEDICINAIS III

10. Já usou alguma planta medicinal para tratar alguma doença? () sim () não	
11. Com que frequência usa? () nunca () raramente () 1 vez/semana () todos os dias () só quando está doente () só quando não tem remédio de "farmácia".	
12. Qual a forma você mais utiliza? () Chá () Compressa () lambedor () inalação () suco () banhos () Outro: _____	
13. Você conhece todas as utilidades das plantas que tem em casa? () Sim () Não	
14. Como ou através de quem aprendeu a usar plantas medicinais? () pais () avós () amigos () televisão () profissionais de saúde () livros () rádio () outro: _____	

15. Onde adquire as plantas: () feira () horta caseira () família, amigos ou vizinhos () mata () farmácia ou supermercado () outros: _____			
16. Quais plantas medicinais você já usou ou usa e para qual finalidade? (cite as 10 mais usadas)			
Planta	Finalidade	Planta	Finalidade

Figura 3 – Capa do livreto explicativo sobre o uso e cultivo de plantas medicinais apresentado aos idosos da UAMA, no município de Lagoa Seca – PB.



3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistados um total de 31 idosos da UAMA, Campus II Lagoa Seca – PB e foi averiguado que todos residiam no mesmo município, sendo 70,96 % da zona urbana e 29,03 % na zona rural (Gráfico 1A) dentre os quais, 87 % eram mulheres e 12,9 % homens (Gráfico 1B).

Também foi analisado a faixa etária dos entrevistados, que possuíam idades entre 58 a 89 anos variando das seguintes formas: 6,5 % 58 anos, 74,19 % de 60 a 69, 9,67 % de 70 a 79 e 9,67 % de 80 a 89 anos (Gráfico 2A). Isto condiz com estudo realizado por Marinho e Andrade (2011) no Município de São José de Espinheira, situada no Sertão Paraibano, notou-se que os entrevistados tinham idade acima dos 50 anos, mostrando assim a importância dessa faixa etária no estudo.

No que se refere à escolaridade dos idosos, foi expresso nas seguintes proporções: 22 % eram analfabetos, 38 % estudaram até o Ensino Fundamental I, 19,35 % estudaram até o Ensino Fundamental II, 12,90 % estudaram até o Ensino Médio e 6,45 % cursaram o Ensino Superior (Gráfico 2B). Em concordância com a pesquisa realizada, Oliveira et al. (2012) 70 %

dos idosos possuíam ensino fundamental incompleto e poucos dos entrevistados concluíram o ensino médio.

Gráfico 1 – Perfil dos idosos entrevistados sobre cultivo e uso de plantas medicinais na Universidade Aberta à Maturidade (UAMA) no município de Lagoa Seca – PB. **A.** Localidade. **B.** Sexo dos entrevistados.

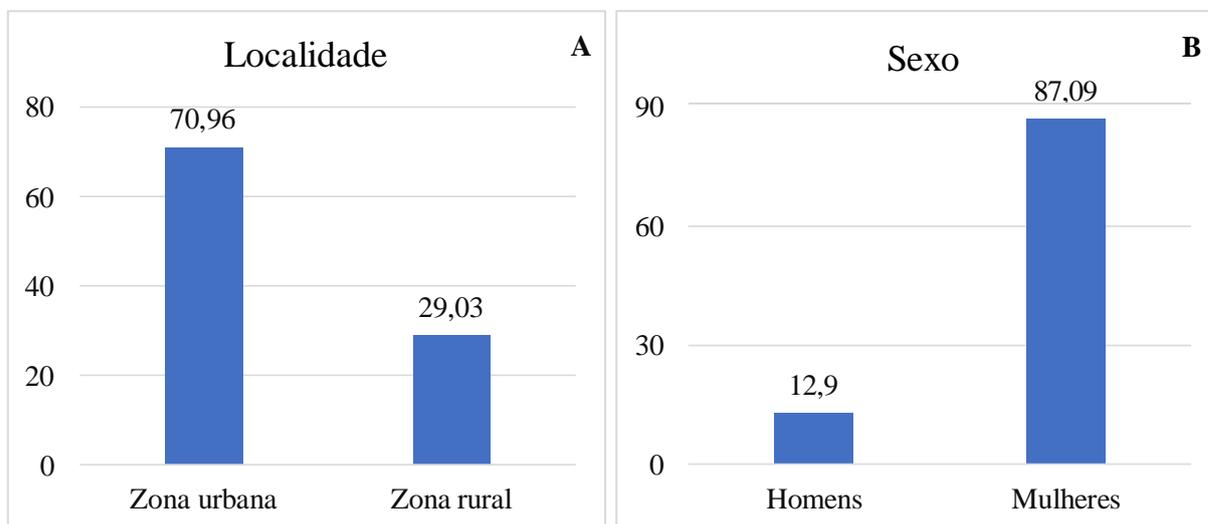
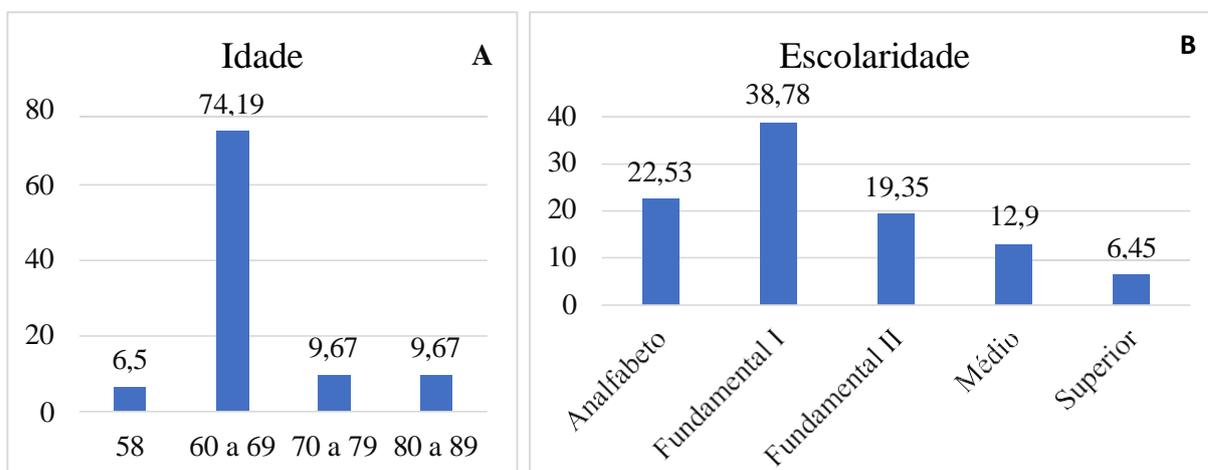
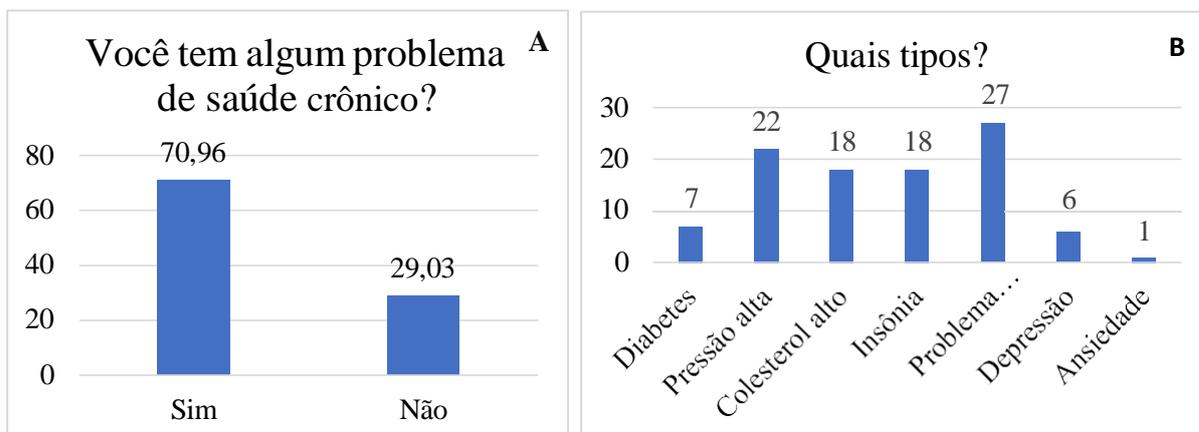


Gráfico 2 - Perfil dos idosos entrevistados na Universidade Aberta à Maturidade (UAMA) no Município de Lagoa Seca -PB. **A.** Idade. **B.** Escolaridade.



Ao serem questionados se tinham problemas de saúde crônica, 70 % dos idosos responderam que sim e 29,03 % falaram que não (Gráfico 3A). Os problemas mencionados foram diabetes (7 %), pressão alta (22 %), colesterol alto (18 %), dificuldade para dormir (18 %), problemas nos ossos (27 %), depressão (6 %) e ansiedade (1 %) (Gráfico 3B). Os problemas de saúde presentes na população estudada corroboram com outros estudos citados na literatura. Segundo Millions et al. (2013) as doenças mais comuns na terceira idade são diabetes *mellitus*, hipertensão arterial sistêmica (HAS), artrites e artroses. Observou-se ainda, no estudo de Lopes et al. (2010) em um Centro de Saúde da região centro-oeste do Estado de São Paulo que 67 % dos idosos entrevistados eram hipertensos. Sendo assim, Rabelo e Cardoso (2007) enfatizam que as doenças crônicas são dominantes e a maior causa de incapacidade, especialmente entre os mais velhos.

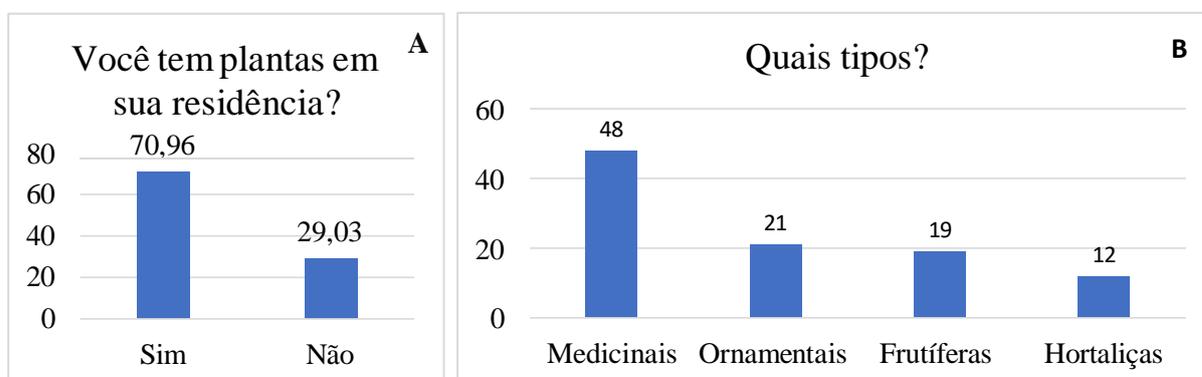
Gráfico 3 – Doenças crônicas de idosos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA) do Município de Lagoa Seca – PB. **A.** Problema de saúde crônico de saúde. **B.** Tipos de doenças crônicas.



Em relação ao cultivo de plantas em suas residências, 70,96 % dos idosos afirmaram ter plantas e 29,03 % falaram que não cultivavam nenhum tipo de espécie em suas residências, alegando não haver espaço disponível (Gráfico 4A). Além disso, foi questionado os tipos de plantas cultivadas e as respostas foram as seguintes: medicinais 48 %, ornamentais 21 %, frutíferas 19 % e hortaliças 12 % (Gráfico 4B). Em um estudo realizado por Guerra et al. (2007), no Município de Mossoró – RN, 80 % dos entrevistados optam pelo cultivo de plantas medicinais, por serem mais fáceis de cultivar, não ocupam muito espaço, e além disso, auxiliam no tratamento de algumas doenças.

Também foi questionado a relação dos idosos com as plantas que cultivavam e como eles se sentiam a respeito disso. A maioria dos entrevistados responderam que se sente muito feliz e amam suas plantas, e também que é importante tê-las para diversos fins. Um dos entrevistados afirmou: “*As plantas trazem paz, calma, bem estar*”. Ramos (2013) destaca que as plantas geram diferentes sentimentos, pensamentos, ações e reações. Esse fato, corrobora com um estudo realizado no município de São Miguel - RN, no qual Freitas et al. (2012) enfatizam que as plantas trazem uma relação afetiva, principalmente gerada pelas trocas de saberes vindo dos pais.

Gráfico 4 - Caracterização do cultivo de plantas medicinais por idosos na Universidade Aberta à Maturidade – UAMA no Município de Lagoa Seca-PB. **A.** Você tem plantas em sua residência **B.** Quais tipos de plantas.



Ao questionar os idosos sobre as plantas que eles cultivam, os entrevistados citaram no total 28 plantas pertencentes a 24 famílias botânicas diferentes. As famílias mais representativas foram: Labiatae (4 espécies), Lauraceae (2 espécies) e Liliaceae (2 espécies) e

Asteraceae (2 espécies). Em um estudo realizado por Mosca e Loiola (2009), conduzido no município de Natal – RN, também foi observado que a família Lauraceae foi a mais representativa das plantas cultivadas pelos entrevistados. As plantas mais citadas pelos idosos da UAMA foram erva-cidreira (*Melissa officinalis* L.) (18 citações), hortelã-graúda (*Plectranthus amboinicus* Lour.) (17 citações), boldo (*Plectranthus barbatus* Andrew) (8 citações), capim-santo (*Cymbopogon citratus* Stapf.) (8 citações), babosa (*Aloe Vera* L.) (7 citações) como mostra na Tabela 1. Segundo Pereira et al. (2016), em um estudo realizado com idosos frequentadores do Consórcio Público Intermunicipal de Saúde Paranaense, foi observado que as plantas mais citadas pelos entrevistados foi hortelã 43,9 % e boldo 41,6 %. Enquanto, Santos et al. (2017) citam que em sua pesquisa realizada no município de Quixadá - CE, observaram que a erva-cidreira foi a planta medicinal mais utilizada entre os idosos estudados.

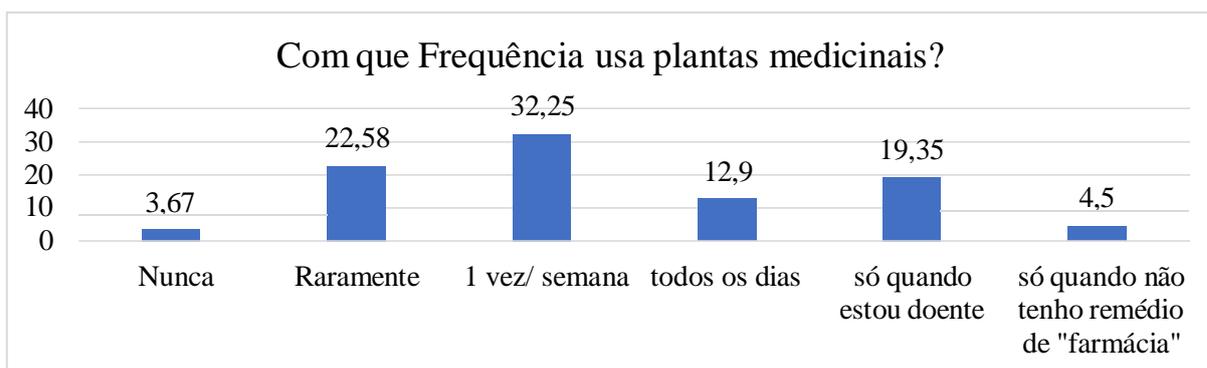
Tabela 1 - Lista das plantas utilizadas e/ou cultivadas pelos idosos da Universidade Aberta à Maturidade do Município de Lagoa Seca –PB, e suas respectivas famílias e número de citações de cada espécie utilizadas e/ou cultivadas pelos entrevistados.

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	FAMÍLIA	Nº DE CITAÇÕES
Abacate	<i>Persea americana</i> Mill.	Lauraceae	2
Agrião	<i>Nasturtium officinale</i> R. Br.	Brassicaceae	3
Alecrim	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Labiatae	5
Acerola	<i>Malpighia emarginata</i> D.C	Malpighiaceae	4
Arruda	<i>Ruta graveolens</i> L.	Rutaceae	2
Alcachofra	<i>Cynaras colymus</i> L.	Asteraceae	1
Avenca	<i>Adiantum</i> spp	Pteridaceae	2
Babosa	<i>Aloe Vera</i> L.	Liliaceae	7
Banana	<i>Musa</i> spp	Musaceae	2
Buquê-de-noiva	<i>Spirea cantoniensis</i> . Lour.	Rosaceae	4
Boldo	<i>Plectranthus barbatus</i> Andrew	Monnimiaceae	8
Cajueiro	<i>Anacardium occidentale</i> .L	Anacardiaceae	2
Camomila	<i>Chamomilla recutita</i> L.	Asteraceae	4
Cravo	<i>Dianthus caryophyllus</i> .L	Caryophyllaceae	3
Capim-santo	<i>Cymbopogon citratus</i> Stapf.	Poaceae	8
Comigo-ninguém-pode	<i>Dieffenbachia amoena</i>	Araceae	3
Erva-cidreira	<i>Melissa officinalis</i> L.	Labiatae	18
Erva-doce	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	Apiacea	3
Espinheira-santa	<i>Maytenus ilicifolia</i> (Schrud.) Planch.	Celastraceae	4
Goiabeira	<i>Psidium guajava</i> L.	Myrtaceae	2
Hortelã-graúda	<i>Plectranthus amboinicus</i> Lour.	Labiatae	17
Hortelã-miúda	<i>Mentha x villosa</i> Huds	Labiatae	8
Jaboticaba	<i>Myrciaria cauliflora</i> (Mart.) O. Berg.	Myrtaceae	1
Laranja	<i>Citrus aurantium</i> L.	Rutaceae	4
Lírio	<i>Lilium</i> sp	Liliaceae	4
Louro	<i>Laurus nobilis</i> L.	Lauraceae	5
Mamão	<i>Carica papaya</i> L.	Caricaceae	1
Malva-rosa	<i>Pelargonium graveolens</i> .L	Malvaceae	4
Manjerição	<i>Ocimum basilicum</i> L.	Lamiaceae	5
Maracujá	<i>Passiflora edulis</i> Sims.F. <i>Flavicarpa</i> Deg.	Passifloraceae	2
Mastruz	<i>Chenopodium ambrosioides</i> L.	Chenopodiaceae	2
Sabugueiro	<i>Sambucus australis</i> .L	Caprifoliaceae	9
Romã	<i>Punica granatum</i> L.	Punicaceae	3

Quando os idosos foram questionados se já utilizaram plantas medicinais para tratar doenças, a maioria (90,32 %) já fez uso e 9,03 % não. Em uma pesquisa realizada no município de Fagundes – PB, executada por Peixoto et al. (2015), também foi questionado aos participantes se já utilizaram plantas para fins medicinais e 91,6 % afirmaram já terem feito uso. Enquanto, em uma outra pesquisa realizada na microrregião de Japarutuba – SE feita por Santos et al. (2016), todos os idosos entrevistados relataram já terem feito uso de algum tipo de planta como terapia para doenças.

Em relação à frequência de uso de plantas, 32,25 % dos entrevistados afirmaram que usam uma vez na semana, 22,58 % raramente, 19,35 % só quando está doente, 12,9 % usam todos os dias, 4,5 % só quando não tem remédio de farmácia e 3,67 % falaram que nunca fizeram uso de algum tipo de plantas para de tratamentos de doenças (Gráfico 5). Em estudo realizado por Balbinot, Velasquez e Dusman (2013) com idosos do município de Marmeleiro – PR, 71,4 % dos entrevistados utilizavam plantas medicinais frequentemente e somente 22,9 %, raramente.

Gráfico 5- Caracterização da frequência de uso plantas medicinais por idosos da Universidade Aberta à



Maturidade do Município Lagoa Seca – PB.

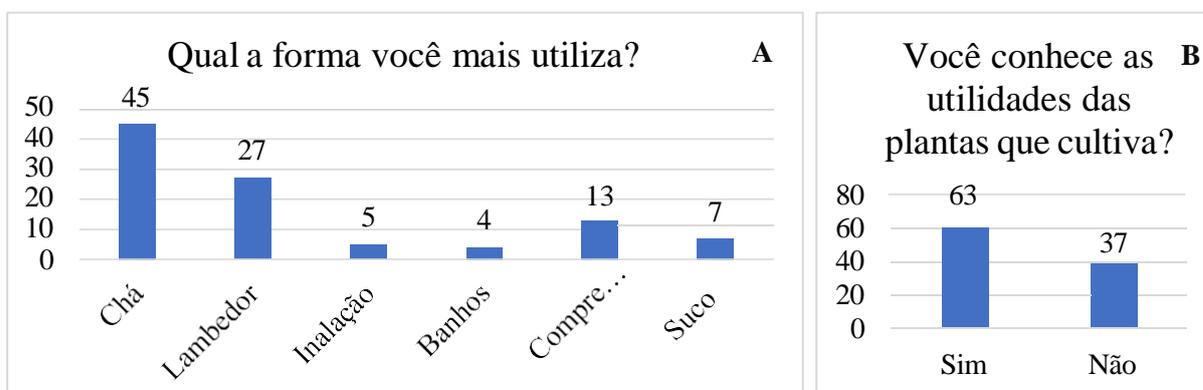
Em relação à forma do uso das plantas, o chá (45 %) foi o mais citado pelos idosos, seguido de lambedor (27%), compressa (13 %), suco (7 %), inalação (5 %) e banhos (4 %) (Gráfico 6A). Segundo Siviero et al. (2012), em estudo realizado no Rio Branco – Acre, quanto ao modo de preparo do medicamento caseiro a decocção (chá das folhas) foi o modo de preparo mais citado pelos entrevistados.

O uso popular das plantas medicinais nem sempre é feito de forma correta no que diz respeito a indicação, a qualidade da matéria-prima vegetal utilizada e ao preparo das formulações caseiras, geralmente por falta de informações dos usuários (FIGUEREDO et al., 2014). Dessa forma, Haraguchi e Carvalho (2010) explicam que é primordial, antes de tudo, obter o diagnóstico exato da doença, seguido pela identificação correta da planta a ser utilizada, bem como o conhecimento do seu preparo e uso adequado, incluindo-se a verificação do processamento recebido pela planta, prazos de validade, etc., garantindo-se assim a presença do desejado princípio ativo.

Também foi questionado aos idosos se eles conheciam as utilidades das espécies que tinham em casa e a maioria (53 %) respondeu que sim (Gráfico 6B). Isto valida a compreensão de Oliveira et al. (2012) acerca do conhecimento provindo dos idosos que ainda é bastante difundido e permanente.

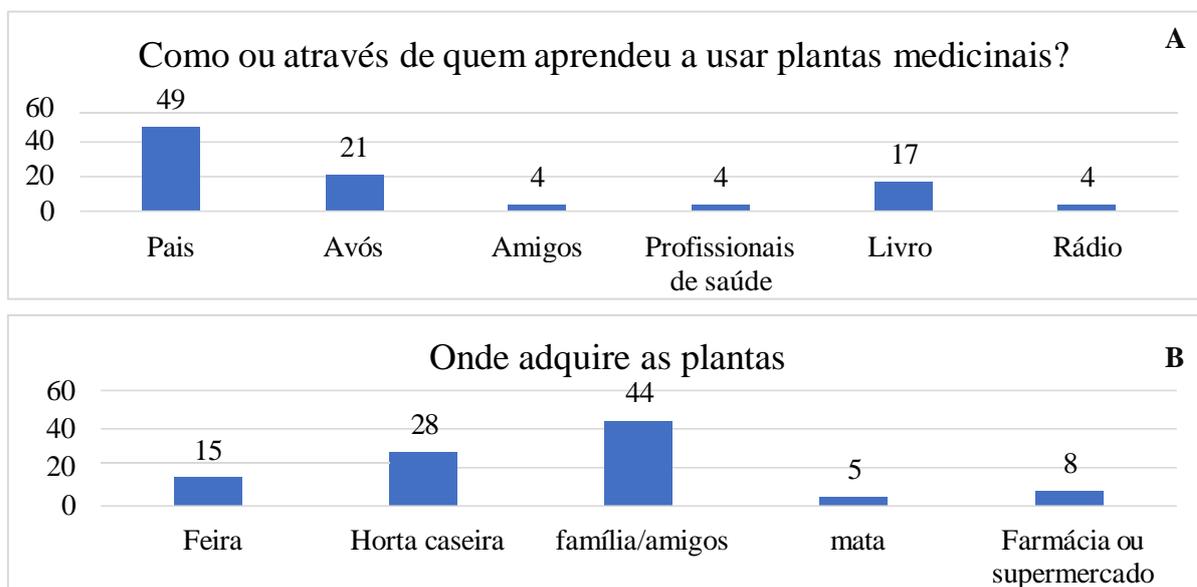
Ao questionar os idosos com quem eles aprenderam a usar as plantas medicinais, as respostas foram as seguintes: 49 % responderam que foi através dos pais, 21 % avós, 4 % através de amigos, 4 % profissionais da saúde, 17% livros e 4 % através de rádio (Gráfico 7A). Assim, é perceptível que maioria dos entrevistados aprenderam a usar com parentes próximos. Em concordância com o estudo realizado com idosos do município de Marmeleiro - PR, executado por Balbinot, Velasquez e Dusman (2013) constatou que 94,2 % disseram ter aprendido seu uso com familiares (pais e avós). Sendo assim, de acordo com Brasil (2012) os conhecimentos de plantas medicinais são transmitidos oralmente em cada realidade local, de geração para geração.

Gráfico 6 - Caracterização do uso de plantas medicinais por idosos da Universidade Aberta à Maturidade no Município Lagoa Seca-PB. **A.** Forma em que utiliza a planta. **B.** Conhece todas as utilidades das plantas que tem em casa.



Os entrevistados também foram questionados como adquirem as plantas medicinais e a maioria falou que adquire as ervas através dos familiares (44 %), feira (15 %), mata (5 %), farmácia (8 %) e horta caseira (28 %) (Gráfico 7B). Segundo Mosca e Loiola (2009), em uma pesquisa realizada em Natal - RN, a maioria das espécies registradas é cultivada em jardins, hortas ou quintais das próprias residências e poucas espécies foram adquiridas em locais próximos às residências (como terrenos abandonados), estabelecimentos comerciais ou em feiras livres. Há uma elevada importância não somente no consumo de plantas como também no cultivo das mesmas. Para tanto, Cortines et al. (2017) enfatizam que plantios em quintais tem potencial de incentivar o uso de remédios naturais, reduzindo custos com medicamentos alopáticos, além disso pode se tornar uma ferramenta de empoderamento, resgate de autoestima e bem-estar para idosos.

Figura 7 - Caracterização do uso de plantas medicinais por idosos da Universidade Aberta à Maturidade no Município Lagoa Seca-PB. **A.** Como ou através de quem, aprendeu a usar plantas medicinais. **B.** Onde adquire as plantas.



Na tabela 2 estão listadas todas as finalidades de uso citadas pelos idosos entrevistados, bem como as indicações na literatura para cada planta. As espécies com maior número de citações para suas respectivas finalidades em ordem decrescente foram: erva- cidreira como calmante (10 citações), hortelã-graúda para gripe (10 citações), boldo para diarreia (6 citações), babosa como anti-inflamatório (4 citações), camomila como calmante (4 citações), capim- santo como calmante (4 citações), goiabeira para diarreia (4 citações), espinheira santa para problemas de gastrite (3 citações), hortelã-miúda para problemas de paralisia (3 citações), romã para inflamações na garganta (3 citações), sabugueiro para tosse (3 citações), alecrim para problemas de coração (2 citações), arruda para cólicas e dores de cabeça (2 citações), alcachofra para problemas de fígado (1 citação), mastruz para tosse e verme (1 citação).

Tabela 2 - Lista de plantas medicinais usadas pelos idosos da Universidade Aberta à Maturidade, Lagoa Seca -PB e seus respectivos números de citação para cada finalidade de uso pela população e principal indicação na literatura.

PLANTA	FINALIDADE DO USO PELA POPULAÇÃO (Nº de citações)	PRINCIPAIS INDICAÇÕES NA LITERATURA
Alecrim	Problemas de coração (2) ansiedade (1)	Contra tosse, diurético, anti-reumático, controle de pressão (OLIVEIRA E VEIGA 2019).
Arruda	Cólica (2), dores de cabeça (2)	Tem ação analgésica, anti-inflamatório, e em reumatismo (HARAGUCHI e CARVALHO, 2010).
Alcachofra	Problemas de fígado (1)	Antidispéptico, antiflatulento, diurético. Auxiliar na prevenção da aterosclerose. Coadjuvante no tratamento de dislipidemia mista leve a moderada e como auxiliar nos sintomas da síndrome do intestino irritável (ANVISA, 2016).
Babosa	Anti-inflamatório (4). Pele (1)	Queimaduras de primeiro e segundo grau, como cicatrizante (ANVISA, 2016).
Boldo	Diarreia (6). Mal estar (2), dor no estômago(1).	Tratamento de gastrite, dor de estômago e diarreia (HAEFFNER et al., 2012; GOIS et al., 2016).

Camomila	Calmante (4) Insônia (2.)	Antiespasmódico, ansiolítico e sedativo leve. Anti-inflamatório em afecções da cavidade oral (ANVISA 2016).
Capim-santo	Calmante (4), mal estar (2).	Anti-hipertensivo, antiespasmódico, analgésico, anti-inflamatório, ansiolítico, anticonvulsivante, antipirético, diurético e sedativo (SANTOS et al., 2009).
Erva-cidreira	Calmante (10), insônia (3). Cólica (1), refluxo (1), mal estar(1).	Cólicas abdominais, quadros leves de ansiedade e insônia (SIQUEIRA et al., 2017).
Espinheira Santa	Gastrite (3). Mal estar (1)	Antidispéptico, antiácido e protetor da mucosa gástrica (ANVISA, 2016).
Goiabeira	Diarreia (4).	Tratamento da diarreia aguda não infecciosa e enterite por rotavirus (ANVISA, 2016)
Hortelã-miúda	Paralisia (3), AVC (2), cansaço(2), Ameba (1).	Antiespasmódica, anti-inflamatório antiúlcera e antiviral antimicrobiano, analgésico e antioxidante (HAEFFNER et al., 2012).
Hortelã-graúda	Gripe(10), tosse (3), dor de cabeça (3), mal estar(2), digestão (2).	Tosse, gripe, dor de barriga, secreção pulmonar; dentição (SOARES et al., 2009.).
Mastruz	Tosse (1), Verme (1).	Usada popularmente para afecções gástricas, dores musculares e feridas pela ação antisséptica (HARAGUCHI e CARVALHO 2010).
Romã	Inflamação na garganta (3).	Inflamação na garganta, cicatrizante, anti-inflamatório (SOARES et al., 2009).
Sabugueiro	Tosse(3), diarreia (2), febre (2).	Febre, tosse, gripe (SOARES et al., 2009; SANTOS et al., 2009).

De todos as plantas mencionadas pelos idosos, as três mais citadas foram erva cidreira, hortelã –graúda e boldo. Em outras literaturas a erva cidreira também foi uma das plantas mais citadas pelos entrevistados para fins terapêuticos (PINTO et al., 2006; SANTOS et al., 2017; SILVA et al., 2015; SANTOS et al., 2016). Enquanto Araújo et al. (2014) observaram que o boldo (21,02 %), a erva-cidreira (14,34 %), e hortelã graúda (6,67 %) foram mais utilizadas pelos entrevistados do bairro de Malvinas da Cidade Campina – PB.

Após a execução das entrevistas, realizou-se ações educativas com os idosos da UAMA. Foi ministrada uma aula no qual buscou fortalecer o conhecimento das plantas medicinais com a interação dos idosos, onde os mesmos expressaram suas experiências e vivências sobre o uso de plantas (Figura 5A). Também foi entregue material educativo que pudesse enriquecer seus conhecimentos, além disso, foram distribuídas mudas de plantas medicinais a todos, com intuito de estimular os idosos a desenvolverem seu próprio cultivo (Figura 5A).

Assim, a utilização de plantas com fins medicinais vem se tornando um tema promissor para pesquisas e ações de educação em saúde, visando fornecer subsídios científicos para o uso seguro e apropriado de plantas e seus derivados (SANTOS et al., 2017). Deste modo, segundo Antônio, Tesser e Pires (2014) a inserção do uso de fitoterápicos e plantas medicinais pode contribuir tanto para o acesso a outras opções terapêuticas de cuidado como para promover a articulação e o diálogo entre diferentes saberes, valores e práticas, com implicações em práticas dialógicas, solidárias, participativas, interdisciplinares de forma comprometida com o cuidado qualificado e culturalmente adequado aos idosos.

Figura 5. Ação educativa com os idosos da Universidade Aberta a Maturidade, Lagoa Seca – PB. **A.** Ação educativa e discussão do livreto. **B.** Entrega de mudas.



4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das entrevistas e ações educativas realizadas com os idosos da Universidade Aberta à Maturidade – UAMA, Lagoa Seca – PB, foi perceptível, que as plantas medicinais estão presentes no cotidiano dos idosos embora alguns idosos tenham relatado dúvidas sobre a finalidade de uso e preparo. A pesquisa participativa mostra a importância do tema abordado, principalmente quando se trata de idosos, buscando-se aprimorar o conhecimento popular a respeito do uso seguro e eficaz de plantas medicinais e fitoterápicos.

5. REFERÊNCIAS

ANGELO.M, RIBEIRO, C.C. **Utilização de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos por idosos.** Revista Eletrônica da Fainor. v.7.n.1 p.20, 2014.

ARAÚJO, C.R.F. et al. **Perfil e prevalência de uso de plantas medicinais em uma unidade básica de saúde da família em Campina Grande, Paraíba, Brasil.** Revista de Ciências Farmacêuticas Básica e Aplicada. p.236, 2014.

ANTONIO, G.D.; TESSER, C.D; PIRES, R.O.M. **Fitoterapia na atenção primária à saúde.** Revista de Saúde Pública. p.542-552, 2014.

ANVISA, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico:** Farmacopeia Brasileira. 1.ed. Brasília: Anvisa, p 28-63-86. 2016.

BALBINOT, S.; VELASQUEZ, P.G.; DÜSMAN, E. **Reconhecimento e uso de plantas**

medicinais pelos idosos do Município de Marmeleiro – Paraná. Revista Brasileira de Plantas Mediciniais. Campinas. v.15, n.4, p.633-634 , 2013.

BADKE, M.R et al. **Plantas medicinais: O saber sustentado na prática do cotidiano popular.** Revista de Enfermagem. Rio de Janeiro, v.15. n.1, p.2, mar. 2011.

BRASIL, MINISTÉRIO DE SAÚDE. **Política nacional de plantas medicinais e fitoterápicos.** v.1. p.11, 2016.

BRASIL, Ministério de Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção básica. **Práticas Integrativas e Complementares: plantas medicinais e fitoterapia na atenção básica/ Ministério de saúde.** Brasília, 2012. p.55-56. (Série A, Normas e manuais técnicos cadernos de Atenção Básica; n.31).

CORTINEZ, E. et al. **Diagnóstico florístico das espécies do quintal agroflorestal no asilo são vicente em três rios/RJ.** In: 6º Simpósio de Gestão Ambiental e Biodiversidade. Anais[...] Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <http://itr.ufrj.br/sigabi/anais/> acesso em 05 jun. 2019.

FEIJÓ, A.M.I et al. **Plantas medicinais utilizadas por idosos com diagnóstico de Diabetes mellitus no tratamento dos sintomas da doença.** Revista Brasileira de Plantas Mediciniais. Botucatu. v. 14. n.1, p.50 , 2012.

FREITAS, A.V.L et al. **Os raizeiros e a comercialização de plantas medicinais em São Miguel, Rio Grande do Norte, Brasil.** Revista Brasileira de Biociências. Porto alegre. v. 10. n. 2, p.151, abril/jun. 2012.

FIGUEREDO, C.A. et al. **A Política Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios.** Revista de Saúde Coletiva. p.6, 2014.

GUERRA, A.M.N.M. et al. **Plantas medicinais e hortaliças usadas para cura de doenças em residência da cidade de Mossoró-RN.** Revista Verde.v.2. p.4, 2007.

GOIS, M.A.F. et al. **Etnobotânica de espécies vegetais medicinais no tratamento de transtornos do sistema gastrointestinal.** Revista Brasileira De Plantas Mediciniais. Campinas. v.18. n.2, p. 555, 2016.

HAEFFNER, R. et al. **Plantas medicinais utilizadas para o alívio da dor pelos agricultores ecológicos do Sul do Brasil.** Revista Eletrônica De Enfermagem. v.13. n.3, p.599, jun. 2012.

HARAGUCHI, L.M.M. CARVALHO, O. B. **Divisão Técnica Municipal De Jardinagem Plantas Mediciniais.** 1. ed. São Paulo: secretária municipal de jardinagem. p.34-52-188-208. 2010.

LIMA, R.A.; OLIVEIRA, M.F.N.; SILVA, H.X. **Uama Oito anos de educação inclusiva e transformadora.** 21. ed. Campina Grande –PB. eduepb. 2017.

LOPES, G.A.D. et al. **Plantas medicinais: indicação popular de uso no tratamento de hipertensão arterial sistêmica (has).** Revista ciência da extensão. v.6, n.2, p.148, 2010

MARINHO, M.G.V.; SILVA, C.C.; ANDRADE, L.H.C. **Levantamento etnobotânico de plantas medicinais em área de caatinga no município de São José**

de Espinharas, Paraíba, Brasil. Revista Brasileira de Plantas Mediciniais. Botucatu-SP, v.13. n.2, p.172, 2011.

MESSIAS, M.C.T.B et al. **Uso popular de plantas medicinais e perfil socioeconômico dos usuários: um estudo em área urbana em Ouro Preto, MG**, Brasil. Revista Brasileira de Plantas Mediciniais. v.17. n.1, p.128, 2016.

MILLIONS.R et al. **Ações educativas para terceira idade**. Revista da rede de enfermagem do nordeste. v.2 . p.6, 2013.

MONTEIRO, S.C.M.; AZEVEDO, L.C.; BELFORT, I.K.P. **Automedicação em idosos de um Programa Saúde da Família**, Brasil. Infarma Ciências Farmacêuticas. São Luiz –MA, v.26. p.92, 2014.

MOSCA, V.P; LOIOLA.M.I.B. **Uso de plantas medicinais no Rio Grande do Norte, Nordeste do Brasil**. Revista Da Cantiga. Mossoró. v.22, n.4, p.228, out. /dez. 2009.

OLIVEIRA, J.C.A; VEIGA, R.S. Impacto do uso do alecrim (*Rosmaninhos officinalis*) para saúde. **Revista eletrônica Brazilian Journal of Natural Science**. v.1 . n.2, p.6, 2019.

OLIVEIRA, R. G. J et al. Plantas medicinais utilizadas por um grupo de idosos do município de Petrolina, Pernambuco. **Revista Eletrônica De Farmácia**. v.4. n.3, p.6-11, 2012.

PEIXOTO, M.N. et al. Plantas medicinais utilizadas por idosos da zona rural de fagundes – pb. In: **Congresso internacional de envelhecimento humano**. 24-25, 2015. Anais [...]. Disponível em: <http://www.editorarealize.com.br/revistas/cieh/trabalhos>. Acesso em: 04 de junho 2019.

PEREIRA, R.A.A et al. Uso tradicional de plantas medicinais por idosos. **Revista Rene**. p.428-430, jun. 2016.

PINTO, E.P.P et al. Conhecimento popular sobre plantas medicinais em comunidades rurais de mata atlântica – Itacaré, BA, Brasil. **Acta Botânica Brasil**. Bahia. p.754, jun, 2006.

RABELO, D.F; CARDOSO, C.M. Auto-eficácia, doenças crônicas e incapacidade funcional na velhice. **Revista Psico-USF**. v.12. n.1, p.75, jan/jun, 2007.

RAMOS, R.C.F. **Os significados simbólicos da vegetação na cidade: Um estudo de caso em parques urbanos de santo André**. 2013. Dissertação. (Pós-graduação em Planejamento e Gestão do Território da Universidade Federal do ABC). p.2, Santo André, 2013.

SANTOS, A.B.N. et al. Plantas medicinais conhecidas na zona urbana de Cajueiro da Praia, Piauí, Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**. Botucatu.v.18, n.2, p.5- 6, Jun 2016.

SANTOS, E.B et al. **Estudo etnobotânico de plantas medicinais para problemas bucais no município de João Pessoa**, Brasil. Revista Brasileira de Farmacognosia. v. 19. p.4, jan/mar. 2009.

SANTOS, S.A. et al. **Memórias das práticas de produção agrícola por idosos/as da UAMA/ Campus II/UEPB**. In: Congresso Brasileiro de agroecologia. 12-15, 2018. Brasília.

Anais[..] Rio de Janeiro, 2016. Disponível em:

file:///C:/Users/note/Downloads/221- Texto%20do%20resumo-3827-1-10-20180823.pdf. Acesso em: 05 de junho 2018.

SANTOS, S.L.F et al. Usos de Plantas Mediciniais por idosos de uma instituição filantrópica. Revista Brasileira De Pesquisa E Ciências Da Saúde. v.6. n.1, p.74-75, 2017.

SARTÓRIO, M.L. et al. Cultivo orgânico de plantas medicinais. Viçosa: Aprenda Fácil, p. 260, 2000.

SILVA, A.B. et al. O uso de plantas medicinais por idosos usuários de uma unidade básica de saúde da família. Revista De Enfermagem. Recife-PE. p.738-739, 2015.

SIVIERO, A. et al. Plantas medicinais em quintais urbanos de Rio Branco. Revista De Plantas Medicinas. v.14. p.601, 2012.

SIQUEIRA, J.V.B et al. Uso de plantas medicinais por hipertensos e diabéticos de uma estratégia saúde da família rural. Revista Contexto E Saúde. Pelotas. v.18. n.32, p.8, 2017.

SOARES, C.A. Plantas medicinais: do cultivo à colheita. 1 ed. São Paulo: Editora Ícone, 2010.

SOARES, M.A.A et al. Levantamento Etnobôtanico das plantas medicinais utilizadas pela população do município de Gurinhém-Paraíba. Revista Homem, Espaço e Tempo. p.39, set/out. 2009.

SOARES, M.N.S.; NASCIMENTO, R.N.A. UAMA/UEPB: socializando e inserindo idosos no contexto tecnológico. In: Temática. Ano XI, n. 10. Outubro, 2015

SZERWIESKI, L.L.D et al. Uso de plantas medicinais por idosos na atenção primária. Revista Eletrônica De Enfermagem. p.2, 2017.

AGRADECIMENTOS

A Deus, primeiramente, por ser essencial em minha vida, pois tudo o que sou e conquistei foi por intermédio Dele. A Deus por ter me dado fé, força e perseverança para enfrentar os momentos difíceis nessa caminhada.

Aos meus pais, Zezinho e Socorro e às minhas irmãs, Joeny e Joellen que sempre me apoiaram e incentivaram me dando forças, fazendo com que eu acreditasse que seria possível chegar até aqui.

Ao meu namorado, Lucas, por todo companheirismo, por sempre ter me encorajado nos momentos difíceis, a sua família por todo carinho e zelo que sempre tiveram por mim.

À minha amiga/irmã, Clara, pela amizade ou melhor irmandade linda e verdadeira construída ao longo desses 15 anos, por sempre ter acreditado e me apoiado, não só na realização deste trabalho, como durante toda a graduação.

Aos meus colegas de turma. Em especial: Lindomar, Ricardo, Camila, Larissa e João Paulo pela amizade e companheirismo, por todas as vezes que precisei e sempre me ajudaram sem medir esforços.

À professora Camila Firmino pela sabedoria e incentivo que me orientou durante a realização deste trabalho.

A todos, agradeço!