



Uso de Fitoterápicos em Medicina Popular

Introdução

Toda a sociedade humana acumula um acervo de informações sobre o ambiente que a cerca, que vai lhe possibilitar interagir com ele para prover suas necessidades de sobrevivência. As plantas são a identidade de um conjunto de pessoas, refletem o que são, o que pensam e suas relações com a natureza que as cerca. Esta sábia natureza lhes oferece alimentação, remédios, sustento rentável e desfrute da alma (Andreatta et al, 2004; p. 392).

A aliança entre as plantas e a medicina extrapola a história das civilizações. Desde os primórdios, a humanidade vem coletando plantas nativas e cultivando outras próximas a suas casas para usar como medicamento, fazendo com que o uso de plantas medicinais pelo homem se confunda com a sua própria história (Pimenta & Terra, 2004; p. 149). As propriedades medicinais deste grupo de vegetais foram sendo descobertas ao longo da história da humanidade, através de experiências de ensaio e erro (Brandão, 1996; p.177), sendo que este conhecimento faz parte das estratégias de sobrevivência do homem e, a cada geração, é moldado às condições ambientais locais e transferido às gerações futuras (Oliveira et al, 2004; p. 121).

Os documentos arqueológicos, hoje à disposição, só registram os fatos, a partir do ano 3000 a.C., e possibilitam afirmar que muitos povos tinham conhecimento do valor de grande quantidade de plantas, seja pelas suas qualidades curativas, seja por permitirem sensações anormais (Barbosa et al, 1996; p. 82).

No Brasil, a utilização de plantas com fins medicinais é uma prática difundida, enriquecida pelas diferenças culturais, provenientes dos índios, negros e europeus. Esta miscigenação de raças, associada à grande diversidade vegetal do

Benilson Beloti Barreto¹, Felipe Villela Gomes¹, Milena Romeu Gonçalves¹, Francisco Lopes Pereira² e João Batista Picinini Teixeira³

Resumo

A utilização de plantas medicinais é uma das mais antigas formas de tratamento das enfermidades humanas. Com os avanços científicos, essa prática milenar cedeu espaço aos medicamentos sintéticos. Entretanto, o alto custo e efeitos colaterais desses fármacos contribuíram para o ressurgimento da fitoterapia. É importante que se concilie o saber popular com o conhecimento científico, para que se tenha uma prática do uso de fitoterápicos com qualidade, eficácia e segurança. Este projeto de extensão conta com a participação de acadêmicos da área de saúde, que desenvolvem diversas atividades relacionadas à fitoterapia em entidades filantrópicas e associações comunitárias, tendo como principais objetivos: orientar a comunidade quanto ao uso racional de plantas medicinais; promover atividades práticas como o plantio de mudas; instalar hortos de plantas medicinais e farmácias vivas nas entidades; cultivar espécies de plantas que servirão à manipulação e fornecimento de medicamentos fitoterápicos e difundir o conhecimento acerca dos benefícios trazidos pelas plantas. Verificou-se uma maior integração da população local com a UFJF, estreitando a relação entre Universidade e Sociedade, principalmente por esta propiciar atividades que buscam promover a inclusão social dessa população e melhorar a sua qualidade de vida levando um pouco mais de cidadania àqueles com quem trabalha.

Palavras-chave: Plantas medicinais, fitoterapia, medicina popular.

¹ Acadêmicos do curso de Farmácia e Bioquímica / Universidade Federal de Juiz de Fora.

² Acadêmico do curso de Medicina / Universidade Federal de Juiz de Fora.

³ Professor Orientador. Departamento de Farmacologia, Instituto de Ciências Biológicas / Universidade Federal de Juiz de Fora.

país, conduziu a uma medicina tradicional baseada em diferentes plantas e métodos de tratamento (Brandão, 1996; p. 177).

Na década de 40 do século passado, a fitoterapia passou por uma crise e o uso de plantas medicinais foi desconsiderado como uma forma de terapia medicamentosa de base científica, postura essa impulsionada pelo desenvolvimento da indústria química e farmacêutica e pelo modelo de educação introduzido nos cursos da saúde, priorizando o enfoque tecnicista (Fitoplama, 2005; p. 9).

Com os avanços científicos, essa prática milenar cedeu espaço aos medicamentos sintéticos. Entretanto, o alto custo desses fármacos e seus efeitos colaterais contribuíram para o ressurgimento da fitoterapia (Vieira, 2006; p. 50).

Desde a Declaração de *Alma-Ata*, em 1978, a Organização Mundial de Saúde tem expressado a sua posição a respeito da necessidade de valorizar a utilização de plantas medicinais com finalidades profiláticas, curativas, paliativas ou para fins de diagnóstico, em função de 80% da população mundial depender dessas espécies, no que se refere à Atenção Primária à Saúde (Brasil, 2005; p.10).

Com a enorme população de seres humanos na Terra, os altos índices de doenças existentes que afligem a humanidade e o aumento do número de formas de patógenos que debelam a saúde e o bem-estar do ser humano, tornam-se evidentes a dependência aos efeitos terapêuticos das plantas (Casali et al., 2001; p.7).

Hoje em dia, o conhecimento ancestral relacionado à fitoterapia tem sido resgatado, mas a fitoterapia brasileira se baseia oficialmente em algumas poucas espécies medicinais. A maioria, exótica, é oriunda do velho continente, em detrimento da nossa rica biodiversidade (Guião, 2003; p.85).

Levantamentos realizados em diferentes países evidenciaram que a utilização das plantas medicinais vem se tornando cada vez mais popular no mundo industrializado (Brevoort 1988; p. 34).

Atualmente, tanto os países em desenvolvimento, quanto os desenvolvidos estão interessados em aproveitar seus recursos naturais de uso tradicional. Os países em desenvolvimento vêm centralizando esses recursos na atenção primária, enquanto, nos países desenvolvidos, a moda de utilizar os produtos biológicos naturais, preferencialmente aos sintéticos, também vem impulsionando maior

interesse pelas plantas medicinais e seus produtos. É estimado que cerca de 50% de todas as drogas comercializadas nos países desenvolvidos hoje são provenientes de plantas (Brandão, 1996; p. 178).

A porcentagem da população que utiliza tratamentos não convencionais, inclusive a fitoterapia, foi estimada em 10%, na Dinamarca; 33%, na Finlândia; 49%, na Austrália; e 48%, nos EUA (Moreira et al, 2001; p. 72). No Brasil, não se sabe com exatidão o número de pessoas que utilizam as plantas, mas, seguramente, esta tendência mundial também é seguida no nosso país (Calixto, 2000; p.180).

No Brasil, a crise econômica, o alto custo dos medicamentos sintéticos, o difícil acesso da população à assistência médica e farmacêutica, bem como a tendência generalizada dos consumidores em utilizar, preferencialmente, produtos de origem natural, são fatores que contribuem para a maior utilização desses produtos (Vieira, et al, 2006; p. 52).

A fitoterapia, como medicina alternativa ou complementar, é um fenômeno social no mundo atual, caracterizado pelas suas inter-relações biológicas, sociais, culturais e econômicas. Ao mesmo tempo, as ciências da pós-modernidade ressaltam uma mudança de paradigma, saindo do modelo cartesiano e reducionista para um modelo holístico com a valorização do todo, nele incluindo a relação do homem com a natureza e a utilização de recursos naturais de forma sustentável (Fitoplama, 2005; p. 30).

Milhões de brasileiros se beneficiam diariamente do uso de plantas medicinais sem gastar um único tostão, além de não acarretar nenhum ônus aos cofres públicos. Essa cena se desenrola silenciosamente, tendo como pano de fundo a grande cratera que é a condução da política de saúde pública no Brasil (Guião, 2003; p.85).

Considerando que a fitoterapia constitui-se em uma opção terapêutica eficaz, de baixo custo e culturalmente apropriada, um grande número de prefeituras municipais tem estruturado programa de uso de fitoterápicos em seus sistemas de saúde (Fitoplama, 2005; p. 25).

É um fato inquestionável, portanto, a importância que as plantas medicinais representam para a saúde da população e para o desenvolvimento de novos medicamentos. As plantas funcionam como um pequeno laboratório da natureza e po-

dem produzir medicamentos importantes para a medicina. Mas, vale lembrar que grande parte da popularidade dos fitoterápicos resulta da idéia equivocada de que são produtos de origem natural e, conseqüentemente, não induzem reações adversas importantes, sendo considerados seguros pela população (Coelho, 2003; p. 49). É preciso lembrar, no entanto, que plantas medicinais são medicamentos e devem ser tratadas como tais. As plantas também possuem uma química que age no corpo promovendo ações. São, portanto, completamente errados os conceitos, como: “se é natural, não faz mal” ou “se não faz bem, mal também não”, atribuídos às plantas medicinais (Brandão, 1996; p. 179).

Para isso, é importante que se concilie o saber popular com o conhecimento científico, para que se tenha uma prática do uso de fitoterápicos com qualidade, eficácia e segurança.

Objetivos

Vivemos, atualmente, um período muito rico com relação às plantas medicinais e à fitoterapia. Ao lado do grande interesse da população em utilizá-las, instituições como a OMS e o Ministério da Saúde do Brasil (MS) também vêm apoiando essa prática terapêutica. Esses órgãos apóiam, no entanto, o emprego de plantas que contam com forte histórico de uso tradicional e/ou com resultados de pesquisas científicas que evidenciem suas ações (Brandão, 2003; p.3).

Alguns estudos afirmam que é urgente a orientação da população no uso correto de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos, devido a indicações terapêuticas equivocadas, troca de medicamentos prescritos por plantas medicinais e outras situações de risco à saúde do usuário (Vieira et al, 2004; p.151). Porém, para isso, é necessário que os mesmos possuam conhecimentos acerca de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos.

O presente trabalho teve como principal objetivo informar à população sobre o uso correto das plantas medicinais como forma de tratamento, ensinando sua utilização correta, desde a forma de cultivo, passando pela coleta, até a forma farmacêutica mais adequada.

Buscou-se, através de um levantamento etnobotânico, obter informações a respeito das plantas medicinais mais encontradas e usadas pela popu-

lação do entorno do Campus da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), fazendo uma ligação com as principais doenças encontradas na região. Conscientizar a população de que o uso de plantas medicinais é uma forma de tratamento de muitas enfermidades e que, por se tratar de um produto natural, não quer dizer que não possa trazer algum malefício para o organismo do usuário. Baseado nisso, foram ministradas palestras dando enfoque às principais plantas utilizadas pela população e outras 34 plantas que fazem parte da Lista de Registro Simplificado de Fitoterápicos da ANVISA (Brasil, 2004), com o intuito de difundir o conhecimento acerca dos benefícios trazidos pelas plantas, além da criação de hortos de plantas medicinais e “farmacinhas naturais”. E, intrinsecamente, fortalecer a inserção da UFJF na comunidade em torno, promovendo a inclusão social dessa população, e melhorar a sua qualidade de vida, levando um pouco mais de cidadania àqueles com quem trabalha.

Materiais e Métodos

A execução das atividades iniciaram-se através de levantamento etnobotânico, na região em torno do Campus da UFJF, sendo feito por meio de um questionário que continha perguntas referentes ao entrevistado (nome, sexo, idade), além de questões referentes ao uso de plantas medicinais, plantas cultivadas pela população, suas utilidades na região e doenças acometidas pelos entrevistados e, também, o uso de determinadas plantas medicinais empregadas durante as refeições. Essa parte do trabalho foi realizada nos meses de abril e maio de 2005.

Além do resgate cultural, esse tipo de levantamento tem como benefício o retorno à população de resultados seguros, valorizando e recolocando, com maior ênfase, as informações experimentadas e aprovadas, geração após geração (Lima, 2000; p.103).

Após a aplicação dos questionários, foi realizado um estudo com os resultados obtidos, no qual verificou-se as plantas mais utilizadas pela população e foram enfatizadas as plantas mais úteis no tratamento das enfermidades que mais acometem a região, observando-se se citações referentes à relação planta medicinal/indicação terapêutica estão de acordo com a literatura científica.

Foi preparado um mini-herbário com exsiccatas das plantas presentes na Lista de Registro Simplificado de Fitoterápicos da ANVISA e um outro com plantas medicinais citadas como as mais utilizadas na região, em ambos, contendo informações como: nome vulgar, nome científico, parte utilizada, indicação terapêutica, formas de uso e observações complementares, que ficou destinado à população como forma de identificação das plantas. Isso é muito importante, pois muitas plantas são conhecidas popularmente pelo nome vulgar, o que dificulta a sua identificação correta, podendo-se citar como exemplo o boldo. A espécie *Peumus boldus*, originária do Chile, contém alcalóides especificamente boldina e óleo essencial, destacando-se o ascariol, que apresenta a ação colerética e colagoga. No Brasil, diversas espécies sem ação farmacológica comprovada são conhecidas e comercializadas como o boldo, tendo-se como exemplo *Coleus barbatus*, com o qual foram realizados alguns estudos químicos e farmacológicos, mas as ações colerética e colagoga não foram comprovadas (Bacchi, 1996; p.172). Sendo assim, a identificação botânica é essencial nesse tipo de trabalho, evitando-se o uso de plantas inócuas até uma intoxicação por espécies venenosas (Botsaris, 1995; p.550).

Assim, iniciou-se a parte final das atividades, que ocorreu desde o mês de junho de 2005 até o fim do trabalho. Essa fase foi destinada à exposição de alguns temas referentes à fitoterapia por meio de palestras para a população local em torno do Campus da UFJF, que destinavam a fornecer informações sobre uma correta utilização das plantas medicinais, orientando desde a forma correta do cultivo até suas utilidades terapêuticas mais adequadas. Essas palestras enfocaram, principalmente, plantas que já possuem estudos farmacológicos confirmatórios e plantas utilizadas na região.

Foram criados dois hortos medicinais, onde são cultivadas várias plantas medicinais (plantas da região e plantas úteis contra enfermidades mais comuns) pela população local e com o auxílio dos acadêmicos envolvidos no trabalho. Essas plantas medicinais cultivadas constituem a matéria-prima de um pequeno laboratório de fitoterápicos, que foi criado na região, onde são realizados os processos de secagem, estabilização e embalagem de algumas plantas que são utilizadas na forma de

chás para posterior distribuição nas “farmacinhas naturais” com o intuito de atender a demanda da população.

Resultados

Pela análise dos resultados obtidos através do levantamento etnobotânico, identificou-se o perfil do usuário de fitoterapia da comunidade, sendo que o questionário foi aplicado a 75 pessoas e 92% dos entrevistados foram mulheres (50 a 70 anos); 77% possuem renda entre um e dois salários mínimos; 96% adotam a fitoterapia como prática terapêutica; 83% adquiriram o conhecimento sobre o uso de plantas medicinais de familiares, com repasse de geração em geração; 45% preparam algum tipo de remédio caseiro antes de ir ao médico; 30% substituem o tratamento convencional pelas plantas medicinais; 70% recomendam o uso de plantas medicinais e 93% desconhecem a respeito de contra-indicações, toxicologia, interações ou efeitos adversos das plantas

Foram citadas 62 plantas de uso freqüente, sendo as mais utilizadas: capim-limão (*Cymbopogon citratus* – 15,7%), hortelã (*Mentha sp.* – 12,84%), camomila (*Matricaria chamomilla* – 10,51%), funcho (*Foeniculum vulgare* – 6,7%), poejo (*Mentha pelegium* – 5,75%), boldo (*Plectranthus barbatus* e *Vernonia condensata* – 4,8%), tanchagem (*Plantago major* e *Plantago tomentosa* – 4,36%) entre outras. As plantas citadas eram obtidas no próprio quintal (57,34%), na vizinha (21,94%) ou então compradas (20,72%). As principais citações de uso foram: calmante (35,3%), gripe e resfriados (23,5%), problemas gástricos (9,6%) e infecção de garganta (7,2%) e, ainda, reumatismo, hipertensão, diabetes, problemas estomacais, dores em geral e vermes. O chá – decocção ou infusão – foi verificado como principal forma de utilização (80,3%), seguida do xarope e do sumo.

Com relação aos dados encontrados, podemos inferir que a herança cultural, principalmente a familiar, é a que prevalece no que diz respeito à fonte de informações sobre uso de plantas medicinais. Destacamos, porém, a importância da busca de informações mais seguras, seja mediante um profissional habilitado, seja mediante a literatura.

As pessoas desconhecem tópicos de toxicologia, efeitos adversos, contra-indicações e inte-

rações (principalmente interação medicamentosa entre chás e medicamentos industrializados), o que representa 93% do total. Isso é perigoso, pois as plantas não são isentas de efeitos colaterais e toxicológicos simplesmente por serem “naturais”; o que é muito importante enfatizar.

Poucos são os que preparam as formas farmacêuticas corretamente, havendo aqueles que “fervem” a planta por longo período (o que leva à perda de princípios voláteis), ou seja, preparam um decocto ao invés de prepararem um infuso.

Podemos dizer, ainda, que as demais atividades desenvolvidas contaram com forte apoio e participação da comunidade.

Conclusão

A partir desses dados, fica fácil perceber o quanto a população é carente de informações precisas e seguras a respeito das plantas medicinais. Por isso, trabalhos como esse devem ser incentivados no sentido de atuar paralelamente para o bem-estar da população, visando uma melhoria do tão precário quadro da saúde brasileira e, também, por conciliar o saber popular com o saber científico, para que se tenha uma fitoterapia segura e eficaz, além de conscientizar a população de que esta prática é muito útil, se usada de forma correta.

Houve uma maior integração da população local com a Universidade Federal de Juiz de Fora, o que é importante, pois aproximou a sociedade local dos diversos segmentos da UFJF ampliando o conhecimento das pessoas atendidas.

Referências Bibliográficas

ANDREATA, R. H. P., FONSECA, V. S., MEDEIROS, M. F. T. Plantas medicinais e seus usos pelos sítios da Reserva Rio das Pedras, Mangaratiba, RJ, Brasil. *Acta bot. bras.* 18(2); 2004. p. 391-399.

BACCHI, E. M. Controle de qualidade de fitoterápicos. In: DISTASI, L. L. (org.) *Plantas medicinais: arte e ciência. Um guia de estudo interdisciplinar*. São Paulo: Editora da Universidade Estadual Paulista, 1996. p. 169-186.

BARBOSA, W. L. R., BARROS, W., SOLER, O. Etnofarmacologia: uma abordagem de plantas medicinais pela perspectiva das ciências farmacêuticas. *Rev. Bras. Farm.*, v.77, n.3, 1996. p. 82-84.

BOTSARIS, A. S. *Fitoterapia chinesa e plantas brasileiras*. São Paulo: Ícone, 1995. 550p.

BRANDÃO, M.G.L. Plantas Medicinais. In: GUERRA, C. B., BARBOSA, F. A. R. (org.). Programa de Educação Ambiental na Bacia do Rio Piracicaba – Curso Básico de Formação de Professores na Área Ambiental. ICB/UFMG, Belo Horizonte, 1996. p.173-193.

BRANDÃO, M. G. L. Plantas Medicinais & Fitoterapia, Belo Horizonte: Faculdade de Farmácia da UFMG, 2003. 140 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Medicina Natural e Práticas Complementares (PMNPC). Brasília, 2005. 47p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária, Resolução – RE nº 89, de 16 de março de 2004. Lista de Registro Simplificado de Fitoterápicos. *Diário Oficial da União*. Brasília, 2004.

BREVOORT, P. The Booming U. S. Botanical Market. A New Overview. *HerbalGram*. v. 44, 1988. p.33-46.

CALIXTO, J.B. Efficacy, safety, quality control, marketing and regulatory guidelines for herbal medicines (phytotherapeutic agents). *Braz J Med Biol Res.* v.33, 2000. p.179-189.

CASALI, V.W.D., OLIVEIRA, J.E.Z., AMARAL, C.L.F. *Plantas Medicinais e Aromáticas: Avanços no Melhoramento Genético*. Viçosa. UFV, Departamento de Fitotecnia, 2001. 155p.

COELHO, M. M. Validação de plantas medicinais e fitoterápicos. In: BRANDÃO, M. G. L. (org.). Plantas Medicinais & Fitoterapia. Faculdade de Farmácia da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2003. p. 49-56.

FITOPLAMA. Governo do Estado do Mato Grosso. O Acesso aos Fitoterápicos e Plantas Medicinais e a Inclusão Social – Diagnóstico Situacional da Cadeia Produtiva Farmacêutica no Estado de Mato Grosso, 2005. 91p.

GUIÃO, M. Utilização de plantas medicinais nas práticas populares. In: BRANDÃO, M. G. L. (org.). Plantas Medicinais & Fitoterapia. Faculdade de Farmácia da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2003, p. 85- 91.

LIMA, C. B. *Plantas medicinais utilizadas em duas localidades do município de Bandeirantes-PR*. 2000. 103p. Dissertação (Mestrado em Agronomia) – Universidade Estadual Paulista, Botucatu, 2000.

MOREIRA, R.A., ACÚRCIO, F.A., BRANDÃO, M.G.L., Interesse de farmacêuticos envolvidos em dispensação por plantas medicinais e fitoterapia. *Infarma*, v. 13, nº ¾, 2001. p.72-77.

OLIVEIRA, J.E.Z., SANTOS, L. E. C., LIMA, A. A. S., FERREIRA, L. G. R., GUIMARÃES, C. D. C. Emprego de plantas Medicinais em São Tiago, MG. In: *Anais do X*

Seminário Mineiro de Plantas Mediciniais, São João del-Rei: UFSJ/UFV , 2004. p.121-122.

PIMENTA, D. S., TERRA, M. M. S. A utilização de fitoterápicos sob a forma de chás na Atenção Básica à Saúde. In: *Anais do X Seminário Mineiro de Plantas Mediciniais*, São João del-Rei: UFSJ/UFV , 2004. p.149 - 150.

VIEIRA, L.A., MEDEIROS, J.C., CARVALHO, J.G., Projeto Farmácia Viva – Implantação da Fitoterapia no SUS/Betim. In: *Anais do X Seminário Mineiro de Plantas Mediciniais*, São João del-Rei/MG, 2004. 151p.

VIEIRA, R. C. P. A, COIMBRA, E. S., SIMÕES, A. S., BARRETO, B. B., GOMES, F. V., FERREIRA. F. A. C., MAGALHÃES, J. C., RESENDE, J. A., ALMEIDA, T. V. O profissional farmacêutico na orientação a população quanto ao uso correto de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. In: *Anais da II Mostra UFJF*, Juiz de Fora: UFJF, 2006. p. 50-61.

Abstract

The use of medicinal plants is one in the oldest ways of treatment of the human illnesses. With the scientific progresses, this millenarian practice gave up space to the synthetic medicines, however, the high cost and collateral effects of these medicines contributed to the resurgence of the phytoterapy. It is important that reconciles the popular knowledge with the scientific knowledge for a practice of the phytomedicines use to be had with quality, effectiveness and safety. This extension project counts with the academics' of the area of health participation, that you/they develop several activities related to the phytoterapy in philanthropic entities and community associations, tends as objective principal: to guide the community with relationship to the rational use of medicinal plants; to promote practical activities as the planting of seedlings; to install medicinal plant garden and "living pharmacies" in the entities; to cultivate species of plants that will serve to the manipulation and supply of phytomedicines and to diffuse the knowledge concerning the benefits brought by the plants. A larger integration of the local population was verified with UFJF, narrowing the relationship between University and Society, mainly for this to propitiate activities that look for to promote the social inclusion of this population and to improve your life quality taking a little more of citizenship whom we works.

Keywords: Medicine plants, phytoterapy, common medicine.