

Práticas de educação em saúde na fitoterapia para idosas

Health education practices in phytotherapy for older women

Pedro Lucas Leite dos Santos

Discente de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0000-1397-4734>

E-mail: pedro.lls@discente.ufma.br

Davi de Sousa Pinheiro

Discente de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0004-0468-2771>

E-mail: davi.pinheiro@discente.ufma.br

Adélia Maria Corrêa Santos

Discente de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0009-6182-1180>

E-mail: adelia.santos@discente.ufma.br

Lara Amélia Castelo Branco Luz

Discente de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0008-4421-7443>

E-mail: lara.luz@discente.ufma.br

Julianne Mendonça Silva

Discente de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0003-7680-5833>

E-mail: julianne.ms@discente.ufma.br



Daniele Maria Maranhão Lima da Silva

Discente de Pedagogia da Universidade Federal do Maranhão

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0002-0363-7990>

E-mail: daniele.maranhao@discente.ufma.br

Eva Maria Reis Guimarães

Coordenadora do Núcleo de Produção Científica do Laboratório Central do Município de São Luís

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0009-8634-3621>

E-mail: evatrabalho@hotmail.com

Crisálida Machado Vilanova

Coordenadora do Programa de Extensão Fitoterapia e docente da Universidade Federal do Maranhão

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-8502-1625>

e-mail: crisalida.vilanova@ufma.br

Resumo

O presente relato descreve uma ação extensivista de caráter educativo voltada à promoção do uso racional de plantas medicinais para idosas. A motivação partiu da relevância crescente do emprego da fitoterapia no contexto da saúde pública e da necessidade de reduzir riscos associados ao uso indiscriminado desses recursos. O objetivo principal foi estimular práticas seguras a partir da educação em saúde, promovendo o uso racional de plantas medicinais. A atividade foi realizada pelo Programa de Extensão em Fitoterapia do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), com a participação de 20 mulheres idosas vinculadas à Secretaria Municipal da Criança e Assistência Social (SEMCAS). O método adotado incluiu exposição dialogada, escuta ativa, esclarecimento de dúvidas, distribuição de cartilhas educativas e entrega de sabonetes terapêuticos de camomila (*Matricaria chamomilla* L.) produzidos por discentes. Como resultados, observou-se elevado engajamento das participantes, com relatos sobre práticas tradicionais e desconstrução de mitos relacionados à suposta inocuidade dos produtos naturais. Destacam-se também a obtenção de conhecimento sobre benefícios, riscos e formas corretas de utilização de plantas medicinais, o es-

tímulo ao autocuidado responsável, a aproximação com os serviços farmacêuticos, a construção coletiva de saberes e a facilitação da aprendizagem por meio de materiais lúdicos. Do ponto de vista formativo, a experiência contribuiu para o fortalecimento de competências dos estudantes, como comunicação em saúde e mediação educativa, além de evidenciar a importância de ações integradas, culturalmente sensíveis e baseadas em evidências na promoção do cuidado seguro.

Palavras-chave: Plantas medicinais; Autocuidado; Terceira idade.

Abstract

This report describes an extension activity of educational character aimed at promoting the rational use of medicinal plants among older women. The motivation stemmed from the growing relevance of phytotherapy in the context of public health and the need to reduce risks associated with the indiscriminate use of these resources. The main objective was to encourage safe practices through health education, fostering the rational use of medicinal plants. The activity was carried out by the Extension Program in Phytotherapy of the Pharmacy Course at the Federal University of Maranhão (FUMA), with the participation of 20 older women linked to the Municipal Secretariat for Children and Social Assistance



(MSCSA). The method adopted included dialogic lectures, active listening, clarification of doubts, distribution of educational booklets, and delivery of therapeutic chamomile (*Matricaria chamomilla* L.) soaps produced by students. As results, high engagement of participants was observed, with reports on traditional practices and the deconstruction of myths related to the supposed harmlessness of natural products. The acquisition of knowledge about the benefits, risks, and correct use of medicinal plants, the encouragement of responsible

self-care, the closer connection with pharmaceutical services, the collective construction of knowledge, and the facilitation of learning through playful materials were also highlighted. From a formative perspective, the experience contributed to strengthening student competencies such as health communication and educational mediation, in addition to highlighting the importance of integrated, culturally sensitive, and evidence-based actions in promoting safe care.

Keywords: Medicinal plants; Self-care; Older adults.

Área de extensão: Saúde

Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno global e, no Brasil, ocorre de forma acelerada, impondo novos desafios às políticas de saúde pública (Gonçalves; Alves, 2024). Entre 2010 e 2022, a população com 65 anos ou mais aumentou 56%, elevando o índice de envelhecimento de 30,7 para 55,2 (IBGE, 2023). Esse processo, embora associado a avanços na medicina preventiva, diagnóstico precoce e tratamento de doenças crônicas, também resulta em maior prevalência de condições clínicas complexas que exigem acompanhamento contínuo e uso prolongado de cinco ou mais medicamentos, fenômeno conhecido como polifarmácia (Ton *et al.*, 2021).

Nesse cenário, os idosos constituem grupo prioritário nas ações de saúde, sendo simultaneamente mais vulneráveis aos riscos decorrentes do uso indiscriminado de medicamentos e produtos terapêuticos. Apesar da ampliação do acesso a tecnologias farmacêuticas modernas, observa-se a permanência do uso de plantas medicinais como prática comum entre os idosos, motivada por crenças na menor toxicidade, pelo menor custo e pela associação a saberes tradicionais (Francisco; Sousa, 2021).

No Brasil, as mulheres idosas exercem papel central no cuidado familiar, assumindo funções de cuidadoras de filhos, netos e até de outros idosos, geralmente sem qualquer



remuneração ou respaldo institucional (Brasil, 2025; Silva; Diniz, 2022). Esse protagonismo feminino no cuidado intergeracional reflete desigualdades de gênero e sobrecarga, que impactam diretamente sua saúde física e emocional, tornando relevante a implementação de ações voltadas ao fortalecimento do autocuidado e da qualidade de vida desse público (Brasil, 2025; Silva; Diniz, 2022; Tomomitsu; Perracini; Neri, 2013).

A fitoterapia, enquanto prática integrativa e complementar, apresenta-se como alternativa acessível e culturalmente aceita, capaz de promover bem-estar e ampliar o repertório de estratégias de cuidado dessas mulheres.

Contudo o uso de plantas medicinais exige cautela. Alterações fisiológicas próprias do envelhecimento, como redução da função hepática e renal, além de mudanças farmacocinéticas e farmacodinâmicas, podem interferir no metabolismo dos fitoterápicos e aumentar o risco de eventos adversos. Adicionalmente, interações entre medicamentos alopáticos e biomoléculas vegetais representam um risco clínico significativo, ainda pouco reconhecido pela população (Ruver-Martins; Ribas, 2024; Ton *et al.*, 2021).

Considerando esse contexto, ações alinhadas às Políticas Nacionais de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF) tornam-se essenciais. Embora essas políticas reconheçam e orientem o uso terapêutico de plantas medicinais no Sistema Único de Saúde (SUS), sua implementação efetiva na atenção básica ainda é limitada, com escassez de orientações e serviços específicos voltados a essa abordagem (Cherobin *et al.*, 2022). Ao incorporar saberes tradicionais e práticas baseadas em evidências, essas políticas reforçam a importância do uso racional de fitoterápicos, especialmente em populações vulneráveis como os idosos, tornando imprescindível a realização de ações educativas e extensionistas que preencham essas lacunas no cotidiano do cuidado à saúde.

A literatura científica evidencia que a educação em saúde constitui ferramenta eficaz para promover o uso racional de medicamentos e fitoterápicos. A atuação de profissionais de saúde, especialmente farmacêuticos, em espaços comunitários e assistenciais, é fundamental para fornecer informações qualificadas, combater a automedicação e incentivar práticas de cuidado seguras e embasadas em evidências (Lima; Batista, 2025).



Nesse contexto, o presente relato descreve uma ação extensionista conduzida pelo Programa de Extensão em Fitoterapia do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), em São Luís-MA, em parceria com a Secretaria Municipal da Criança e Assistência Social (SEMCAS) e a Fundação Municipal de Patrimônio Histórico (FUMPH), que atuam como polo de atividades socioculturais e de promoção da cidadania.

A atividade teve como foco a orientação sobre o uso seguro de plantas medicinais por idosas, por meio de uma abordagem educativa e participativa, com os objetivos de fortalecer o autocuidado seguro, ampliar o conhecimento sobre riscos e benefícios das plantas medicinais e aproximar a comunidade dos serviços farmacêuticos no contexto da atenção básica.

Metodologia

Trata-se de um relato de uma ação extensionista realizada pelo Programa de Extensão em Fitoterapia do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), registrado institucionalmente sob o código PG005-2024. A atividade ocorreu em março de 2025, na Casa do Bairro, localizada em São Luís-MA, espaço comunitário vinculado à Secretaria Municipal da Criança e Assistência Social (SEMCAS) e à Fundação Municipal de Patrimônio Histórico (FUMPH).

Público-alvo e planejamento da ação

O público-alvo foi composto por mulheres idosas atendidas pelos serviços socioassistenciais da Casa do Bairro, com participação voluntária. Foram incluídas mulheres com idade ≥ 60 anos, que tivessem capacidade cognitiva preservada para participar das atividades. Excluíram-se participantes que apresentassem condições clínicas agudas ou limitações que impedissem a participação ativa.



Os estudantes iniciaram a atividade com um levantamento das necessidades da população idosa, obtido por meio de informações fornecidas pelos líderes comunitários da Casa do Bairro. Em seguida, realizaram uma consulta à literatura científica sobre riscos e benefícios de plantas medicinais e polifarmácia em idosos, utilizando bases como PubMed e SciELO.

Combinando essas informações, a equipe extensionista selecionou os temas mais relevantes e adequados ao contexto da comunidade, priorizando conteúdos que favorecessem o autocuidado seguro e a prevenção de interações medicamentosas. A partir dessa análise, foram definidos os seguintes objetivos específicos para a ação: a) identificar e esclarecer riscos e benefícios do uso de plantas medicinais; b) promover reflexão sobre hábitos de consumo fitoterápico; c) incentivar práticas seguras de autocuidado; d) aproximar a comunidade dos serviços farmacêuticos

Posteriormente, os extensionistas prepararam os seguintes materiais para dispensação na ação: a) materiais didáticos, como *banners* ilustrativos e cartilhas educativas, com linguagem clara, figuras explicativas e orientações práticas adequadas ao público idoso, validadas pelos docentes do programa; b) sabonetes artesanais de camomila (*Matricaria chamomilla* L.), produzidos no laboratório de Farmacobotânica do Curso de Farmácia da UFMA, de acordo com as normas de boas práticas de manipulação de produtos cosméticos e fitoterápicos, seguindo regulamentos oficiais (Brasil, 2007, 2013), garantindo higiene, padronização, rastreabilidade e segurança de uso.

Execução e avaliação da ação

A atividade foi estruturada em duas etapas complementares. A primeira etapa consistiu na palestra educativa de cerca de 50 minutos sobre riscos associados ao uso inadequado de plantas medicinais, interações com medicamentos alopáticos, princípios de autocuidado e prevenção de eventos adversos. Utilizou-se o *banner* como suporte visual, incentivando a participação ativa por meio de perguntas dirigidas e exemplos práticos. A segunda etapa foi a escuta ativa e o esclarecimento de dúvidas com duração de 60 minutos,



onde as participantes compartilharam experiências pessoais e relatos sobre o uso de fitoterápicos. Cada discente extensionista realizou atendimento individualizado, fornecendo informações corretas e seguras sobre os cuidados necessários.

Ao final da ação, foram distribuídas cartilhas informativas contendo um resumo do conteúdo da palestra e orientações práticas para uso seguro de plantas medicinais. Além disso, foram dispensados gratuitamente os sabonetes fitoterápicos previamente preparados, com instruções claras sobre utilização e armazenamento adequado.

A avaliação da ação foi realizada de forma qualitativa, por meio de observação sistemática da participação e engajamento das idosas; registro de perguntas e comentários, classificando os principais temas e dúvidas levantadas; *feedback* espontâneo das participantes sobre a utilidade da ação e percepção de risco. As informações coletadas foram organizadas, categorizadas e analisadas pela equipe extensionista, garantindo rigor na interpretação dos dados qualitativos.

Aspectos éticos

Por se tratar de uma ação educativa de caráter institucional, sem coleta de dados sensíveis, não foi necessária aprovação por Comitê de Ética em Pesquisa. Ainda assim, foram adotados todos os cuidados éticos, garantindo voluntariedade, consentimento informado, confidencialidade e respeito à autonomia das participantes, conforme determinam as diretrizes da Resolução CNS nº 466/2012 (Brasil, 2012).

Resultados e discussão

A ação extensionista foi realizada com a participação de 20 mulheres idosas vinculadas aos serviços socioassistenciais da Casa do Bairro, visando promover o uso seguro de plantas medicinais e estimular a autonomia no cuidado à saúde. Desde o início, observou-se elevado engajamento, especialmente nos momentos de escuta ativa e nas



rodas de conversa. As participantes compartilharam experiências de uso de plantas medicinais, revelando práticas transmitidas ao longo de gerações e uma percepção frequente de que “por serem naturais, as plantas não fazem mal”.

Esse ponto foi fundamental para a desconstrução de mitos, já que a palestra dialogada apresentou, de forma acessível, os riscos de interações medicamentosas e os possíveis efeitos adversos do uso inadequado de plantas, o que gerou surpresa e reflexões imediatas entre as idosas (Figura 1).

Figura 1 — Ação educativa com idosas na Casa do Bairro, São Luis-MA



Fonte: Os autores (2025).

As reações de surpresa e os comentários espontâneos das participantes evidenciaram lacunas de conhecimento e, ao mesmo tempo, abertura para novas aprendizagens. O uso de plantas medicinais entre idosos é uma prática comum no Brasil, muitas vezes motivada por fatores culturais, acessibilidade e crença nos efeitos naturais e benéficos desses recursos (Viana; Costa, 2025). No entanto plantas medicinais e fitoterápicos não são inofensivos e podem gerar uma série de eventos adversos (Kongkaew; Chaiyasut; Siriwatanamethawat, 2024) e de interações medicamentosas (Ruver-Martins; Ribas, 2024). Sobretudo no caso de pessoas idosas, em que a vulnerabilidade fisiológica, como o metabolismo mais lento e a maior sensibilidade a



substâncias, quando somados à polifarmácia, condição recorrente nesse grupo, amplifica esses riscos, tornando essencial uma abordagem cautelosa (Viana; Costa, 2025).

Durante os atendimentos individualizados, surgiram dúvidas recorrentes sobre a combinação de chás com medicamentos usualmente utilizados por elas, como anti-hipertensivos. Muitas participantes relataram nunca terem conversado com médicos ou farmacêuticos sobre esse tema, reforçando a lacuna existente na atenção básica quanto ao acompanhamento do uso de plantas medicinais. A atividade, portanto, aproximou esse público dos serviços farmacêuticos, criando um espaço de diálogo e confiança.

Para apoiar a atividade, foram elaborados materiais instrucionais específicos: um *banner* educativo intitulado “Como usar plantas medicinais com segurança?” e uma cartilha complementar, entregue ao final da ação. Ambos abordaram a parte utilizada da planta, formas corretas de preparo, orientações profissionais, riscos de interações medicamentosas e condições de armazenamento (Figura 2).

Figura 2 — Materiais educativos elaborados para a ação extensionista na Casa do Bairro



Fonte: Os autores (2025).

Os materiais educativos mostraram-se ferramentas essenciais para apoiar o processo de aprendizagem. O uso de linguagem simples, ilustrações e cores contrastantes favoreceu a compreensão, mesmo entre participantes com baixa escolaridade.



A ação dispensou 40 sabonetes artesanais de camomila (*Matricaria chamomilla* L.) produzidos previamente pelos extensionistas (Figura 3). Essa dispensação também se configurou como recurso pedagógico, pois as idosas puderam levar para casa um produto seguro, acompanhado de orientações de uso correto, o que facilitou a associação entre teoria e prática tanto para as idosas quanto para os alunos.

Figura 3 — Sabonete de camomila (*Matricaria chamomilla* L.) produzido pelos extensionistas para dispensação gratuita na ação extensionista na Casa do Bairro



Fonte: Os autores (2025).

A análise qualitativa das falas e reações evidenciou que a ação extensionista gerou maior consciência sobre os riscos do uso indiscriminado de plantas medicinais e estimulou reflexões sobre o autocuidado responsável. Esse resultado dialoga com a literatura, que aponta a necessidade de estratégias educativas capazes de desconstruir crenças de inofensividade das plantas e promover decisões informadas quanto ao uso de fitoterápicos (Noletto *et al.*, 2022; Şchiopu *et al.*, 2022; Viana; Costa, 2025).

A abordagem dialógica, pautada na valorização dos saberes populares e na escuta ativa, contribuiu para a construção conjunta de conhecimentos, fortalecendo o empoderamento da população idosa e promovendo cuidados autônomos, porém seguros. Essa valorização dos saberes tradicionais aproxima-se da concepção freiriana de educação como prática dialógica e emancipadora, em que o educando é reconhecido como sujeito



histórico e portador de saberes que devem ser mobilizados no processo formativo (Freire, 1996).

Nesse sentido, a aplicação de metodologias ativas, fundamentadas na aprendizagem significativa, mostrou-se uma estratégia eficaz no contexto da educação de idosos, sobretudo em ações extensionistas voltadas à promoção da saúde. Essas metodologias deslocam o estudante para o centro do processo, estimulando autonomia, resolução de problemas e construção colaborativa de saberes (Moran, 2015; Moreira, 2012). No caso da população idosa, a valorização de experiências prévias e conhecimentos adquiridos ao longo da vida amplia o engajamento e potencializa a aprendizagem, tornando-a mais duradoura e relevante.

Do ponto de vista formativo, os discentes envolvidos desenvolveram competências relacionadas à comunicação em saúde, mediação educativa, escuta ativa e organização de atividades comunitárias. A vivência extensionista possibilitou articular conteúdos teóricos do curso de Farmácia com práticas reais, fortalecendo metodologias ativas e dialógicas de ensino-aprendizagem (Moran, 2015; Moreira, 2012; Moreira; Candau, 2007). Além disso, o contato com a comunidade oportunizou reflexões sobre as lacunas na implementação das políticas nacionais de plantas medicinais e de fitoterápicos na atenção básica, sobretudo diante da ausência de protocolos estruturados. Essa experiência reforça a concepção do currículo como prática social e histórica, promotora da construção de competências e da reflexão crítica sobre a realidade (Freire, 1996).

Considerando o contexto de cuidados familiares no Brasil, em que mulheres idosas exercem papel central e contínuo na manutenção do bem-estar de diferentes gerações (Brasil, 2025; Silva; Diniz, 2022; Tomomitsu; Perracini; Neri, 2013; Wanderbroocke; Wiedemann; Bussolin, 2015), ações de fitoterapia assumem relevância não apenas na promoção da saúde individual, mas também como ferramenta de fortalecimento de redes comunitárias de cuidado. Ao valorizar saberes tradicionais e oferecer alternativas seguras e cientificamente embasadas para o uso de plantas medicinais, tais iniciativas podem reduzir a sobrecarga emocional e social dessas mulheres, além de favorecer sua autonomia no manejo do cuidado doméstico e comunitário.



Por fim, constatou-se que a ação cumpriu os objetivos propostos de promover o uso racional de plantas medicinais, fortaleceu vínculos comunitários e favoreceu a autonomia das idosas no cuidado com a saúde. Esse impacto reforça o papel da extensão universitária como instrumento de transformação social, capaz de articular ciência, cultura popular e cuidado em saúde de forma integrada e significativa.

Conclusão

A experiência relatada evidencia o potencial transformador da extensão universitária na promoção do uso racional e seguro da fitoterapia entre mulheres idosas. A atividade contribuiu para ampliar o conhecimento sobre plantas medicinais, estimular o diálogo intergeracional e articular saberes populares e científicos, consolidando a construção coletiva do conhecimento.

Constatou-se que a integração entre universidade e comunidade fortalece a educação em saúde, amplia a autonomia dos participantes e reafirma a relevância social da extensão como instrumento de inclusão e cuidado. Assim, iniciativas semelhantes podem ser replicadas em outros contextos, estabelecendo a fitoterapia como prática educativa e de saúde integral.

Contribuições individuais de cada autor na elaboração do trabalho

Os autores Pedro Lucas Leite dos Santos, Davi Sousa Pinheiro, Adélia Maria Corrêa Santos, Lara Amélia Castelo Branco Luz e Julianne Mendonça Silva participaram do desenvolvimento e execução da atividade e redação inicial do relato. A autora Eva Maria Reis Guimarães foi responsável pela concepção da ação extensionista. A autora Daniele Maria Maranhão Lima da Silva contribuiu com a discussão do impacto pedagógico da ação no relato. A autora Crisálida Machado Vilanova foi responsável pela coordenação geral do projeto de extensão, supervisão e orientação dos discentes e revisão final do manuscrito.



Agradecimentos

Agradecemos à Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da Universidade Federal do Maranhão (PROEC/UFMA), à Secretaria Municipal da Criança e Assistência Social (SEMCAS) e à Fundação Municipal de Patrimônio Histórico (FUMPH) pelo apoio no desenvolvimento e execução desta ação.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução-RDC nº 67, de 8 de outubro de 2007**. Dispõe sobre Boas Práticas de Manipulação de Preparações Magistrais e Oficiais para Uso Humano em farmácias. Brasília, DF: ANVISA, 2007. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2007/rdc0067_08_10_2007.html. Acesso em: 12 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução-RDC nº 48, de 25 de outubro de 2013**. Aprova o Regulamento Técnico de Boas Práticas de Fabricação para Produtos de Higiene Pessoal, Cosméticos e Perfumes, e dá outras providências. Brasília, DF: ANVISA, 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2013/rdc0048_25_10_2013.html. Acesso em: 12 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos; Revoga as (RES. 196/96); (RES. 303/00); (RES. 404/08). Brasília, DF: CNS, 2012. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html. Acesso em: 12 jul. 2025.

BRASIL. Senado Federal. CDH: debate aponta sobrecarga das cuidadoras e necessidade de apoio. **Senado Notícias**, Brasília, DF, 2025. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2025/05/08/cdh-debate-aponta-sobrecarga-das-cuidadoras-e-necessidade-de-apoio>. Acesso em: 2 set. 2025.

CHEROBIN, F. *et al.* Plantas medicinais e políticas públicas de saúde: novos olhares sobre antigas práticas. **Physis**: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 32, e320306, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/physis/2022.v32n3/e320306/>. Acesso em: 12 jul. 2025.

FRANCISCO, C. M.; SOUSA, A. F. Fitoterápicos e plantas medicinais: uso entre idosos no controle de doenças crônicas. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, Maringá, v.



23, n. 3, p. 131-139, 2021. Disponível em: <https://rbpm.emnuvens.com.br/revista/article/view/87>. Acesso em: 12 jul. 2025.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 31. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GONÇALVES, A.; ALVES, L. C. Idade prospectiva e as novas medidas de envelhecimento populacional: indicadores para o Brasil e suas cinco regiões. **Revista Brasileira de Estudos de População**, Rio de Janeiro, v. 41, e0278, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepop/a/PFr6mrgfGjpd8RzXdrGLmr/>. Acesso em: 12 jul. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Censo 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. **Agência de Notícias IBGE**, Rio de Janeiro, 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>. Acesso em: 12 jul. 2025.

KONGKAEW, C.; CHAIYASUT, C.; SIRIWATANAMETHAWAT, T. Estimating adverse events associated with herbal medicines using pharmacovigilance databases: systematic review and meta-analysis. **JMIR Public Health and Surveillance**, Toronto, v. 10, n. 1, e63808, 2024. Disponível em: <https://publichealth.jmir.org/2024/1/e63808/>. Acesso em: 12 jul. 2025.

LIMA, B. T. M.; BATISTA, A. M. Atuação farmacêutica em atividades de educação em saúde sobre plantas medicinais. **Cenas Educacionais**, Caetité, v. 8, e23013-e23013, 2025. Disponível em: <https://www.revistas.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/23013>. Acesso em: 12 jul. 2025.

MORAN, J. M. Metodologias ativas para uma aprendizagem mais profunda. In: BACICH, L.; MORAN, J. M. (org.). **Metodologias ativas para uma educação inovadora**: uma abordagem teórico-prática. Porto Alegre: Penso, 2015. p. 2-25.

MOREIRA, A. F. B.; CANDAU, V. M. F. (org.). **Currículo, cultura e sociedade**. 11. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2007.

MOREIRA, M. A. **Aprendizagem significativa**: da visão clássica à visão crítica. São Paulo: Centauro, 2012.

NOLETO, A. L. S. *et al.* Atenção farmacêutica e os riscos da polifarmácia em idosos: uma revisão integrativa de literatura. **Scire Salutis**, [s. l.], v. 12, n. 1, p. 270-278, 2022. Disponível em: <https://sustenere.inf.br/index.php/sciresalutis/article/view/6166>. Acesso em: 12 jul. 2025.

RUVER-MARTINS, A. C.; RIBAS, B. R. Interações medicamentosas entre medicamentos fitoterápicos e alopáticos: uma revisão de literatura sobre potenciais interações e suas manifestações. **Revista Fitos**, Rio de Janeiro, v. 18, e1629-e1629, 2024. Disponível em:



<https://revistafitos.far.fiocruz.br/index.php/revista-fitos/article/view/1629>. Acesso em: 12 jul. 2025.

ȘCHIOPU, T. *et al.* Participation of pharmacists in managing the use of herbal medicines by the elderly. **Social Pharmacy in Health Care**, Chișinău, n. 4, p. 23-30, 2022. Disponível em: https://ibn.idsi.md/vizualizare_articol/220689. Acesso em: 12 jul. 2025.

SILVA, A. P.; DINIZ, R. M. Mulheres cuidadoras em ambiente familiar: a internalização da ética do cuidado. **Cadernos de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 3, p. 1-12, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/Rj7CcQFNbJHCTFpwWGrnppp/>. Acesso em: 2 set. 2025.

TOMOMITSU, M. R. S. V.; PERRACINI, M. R.; NERI, A. L. Influência de gênero, idade e renda sobre o bem-estar de idosos cuidadores e não cuidadores. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 663-680, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/qnBKzdpW8JWRQmFxRNcHvzJ/>. Acesso em: 2 set. 2025.

TON, L. *et al.* Desafios dos profissionais da atenção básica em relação à polifarmácia e à polimorbidade em idosos. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, [s. l.], v. 19, e6059-e6059, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/view/6059>. Acesso em: 12 jul. 2025.

VIANA, M. L.; COSTA, P. M. O risco do uso inadequado de plantas medicinais em idosos. *In*: VIANA, M. L.; COSTA, P. M. da. (org.). **Ciências da saúde: abordagens interdisciplinares e inovações científicas**. São Paulo: Editora Científica Digital, 2025. v. 2. p. 123-145.

WANDERBROOKE, A. C. N. S.; WIEDEMANN, A. M. V.; BUSSOLIN, C. Participação social e familiar de idosas vinculadas a um grupo de convivência de uma comunidade de baixa renda em Curitiba-PR. **Salud & Sociedad**, [s. l.], v. 6, n. 3, p. 212-222, 2015.