

## DESPERTANDO TALENTOS NAS FÉRIAS: EDUCAÇÃO EM SAÚDE POR MEIO DAS PLANTAS MEDICINAIS

GABRIEL MOURA PEREIRA<sup>1</sup>; MÁRCIA VAZ RIBEIRO<sup>2</sup>; MANUELLE ARIAS PIRIZ<sup>3</sup>; CRISLAINE ALVES BARCELLOS DE LIMA<sup>4</sup>; RITA MARIA HECK<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – gabriel\_mourap\_@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – marciavribeiro@hotmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – manuelle.piriz@gmail.com

<sup>4</sup>Universidade Federal de Pelotas - crislainebarcellos@hotmail.com

<sup>5</sup>Universidade Federal de Pelotas - rmheckpillon@yahoo.com.br

### 1. INTRODUÇÃO

O projeto Novos Talentos (BRASIL, 2014) tem por objetivo de realização de atividades extracurriculares para professores e alunos da educação básica, visando à disseminação do conhecimento científico, à melhoria do ensino de ciências nas escolas públicas do país. Nesta perspectiva o subprojeto Novos Talentos - Educação e Cuidado em Saúde desenvolvido pela Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) vem conduzindo atividades de extensão na área de educação em saúde resgatando o conhecimento do uso das plantas medicinais, voltadas aos alunos do ensino fundamental das escolas da rede pública de ensino do município de Pelotas/RS.

A articulação da educação escolar com a promoção da saúde fortalece a implantação de políticas transversais, integrada e intersetorial, que propõe a articulação entre os serviços de saúde, a comunidade, às iniciativas pública e privada, além do próprio cidadão na proposição de práticas de cuidado que busquem bem-estar e qualidade de vida. (BRASIL, 2006)

Dentre as principais práticas populares desenvolvidas está a utilização de plantas medicinais. Esta pode ser considerada uma alternativa à utilização de medicamentos sintéticos, visto que os últimos oneram o consumidor e podem agredir ao organismo.

Segundo Souza e Lopes (2002), o enfermeiro pode atuar como facilitador desse processo, fazendo encontros para estudo de questões de saúde, a fim de abordá-las no dia-a-dia e, também a realização de oficinas com os alunos sobre assuntos específicos, sem descuidar da assistência individual, quando esta se fizer necessária.

É neste contexto que está inserida a utilização do conhecimento de plantas medicinais como ferramenta para estimular a preservação ambiental. Quando se realizam atividades pedagógicas utilizando como ferramenta as plantas medicinais, são trabalhadas também as temáticas meio ambiente, sustentabilidade, saúde e qualidade de vida criando-se um elo entre Educação Ambiental e Saúde Pública. A escola deve aproveitar essa ferramenta e orientar os alunos a respeito das riquezas dos recursos naturais despertando neles o estímulo pela pesquisa das propriedades medicinais das plantas e sua correta aplicação terapêutica (SILVEIRA, 2005).

Assim, o objetivo do presente trabalho é relatar as atividades realizadas pelo subprojeto Novos Talentos - Educação e Cuidado em Saúde no período de férias escolares de verão de 2016.

### 2. METODOLOGIA

O presente trabalho consiste de um relato de experiência das atividades desenvolvidas pelo subprojeto “Educação e cuidado em saúde”, realizado no Laboratório de Cuidado em Saúde e Plantas Bioativas da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), junto a os alunos do sexto ano da Escola Municipal Ferreira Vianna, localizada na zona urbana de Pelotas. Foram realizadas cinco oficinas nos meses de janeiro e fevereiro 2016, abordando as seguintes temáticas: plantas medicinais, plantas tóxicas, plantas utilizadas para o sistema respiratório, plantas cicatrizantes e aromaterapia. As oficinas tiveram como objetivo conhecer as vivências dos escolares, no âmbito familiar e escolar sobre plantas medicinais, sua utilização na prevenção e promoção da saúde e quando não usada de forma correta, sua toxicidade.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na primeira atividade sobre plantas medicinais inicialmente foi questionado aos alunos o que eles sabiam sobre as planta , como utilizavam no seu cotidiano. Foi observado que grande parte dos alunos faz o uso, principalmente para a confecção e ingestão na forma de “chás”. Os educandos ressaltam que o “chá” é uma prática comum em suas famílias e esse conhecimento vem de seus antepassados, onde amãe aprendeu com a avó e assim sucessivamente.

Ao longo do desenvolvimento da atividade, foram apresentadas algumas formas de utilização das plantas medicinais e explicado aos alunos que o termo correto de colocar uma planta em contato com água fervente por um determinado tempo ou ainda realizar o processo de fervura da planta, recebem o nome de infusão e decocção, respectivamente (BRASIL, 2010).

Os nomes populares muitas vezes dificultam a identificação correta, pois diferentes plantas podem apresentar o mesmo nome popular, que pode variar dependendo de cada região, ou ainda a mesma planta apresentar nomes populares diferenciados. Portanto, se faz necessária a utilização da nomenclatura botânica no intuito de evitar ambiguidades, tendo em vista que poderá ser reconhecida em qualquer lugar, diminuindo assim os riscos a população (LORENZI & MATOS, 2008).

Diante disso, a identificação científica correta das plantas medicinais é fundamental para que se evitem problemas como intoxicações ou efeitos colaterais. Finalizando a primeira atividade foi realizada uma atividade prática de confecção de sal temperado, utilizando as seguintes plantas medicinais: alho (*Allium sativum*), salsinha (*Petroselinum crispum*), cebolinha (*Allium fistulosum*), manjerona (*Origanum majorana*.) e alecrim (*Rosmarinus officinalis*). Com essa atividade os alunos puderem colocar em prática todas as discussões citadas anteriormente.

Na segunda atividade foi abordado sobre plantas tóxicas. Para o entendimento sobre o tema foi apresentado de forma digital uma sequência de imagens das referidas plantas tóxicas em slides de PowerPoint. Os slides possuíam conteúdo teórico, fotos destacando as partes tóxicas, como flores, folhas, fruto e caule. Havia também fotos das plantas mais conhecidas da região; comigo-ninguém-pode (*Dieffenbachia picta* Schott); coroa-de-cristo (*Euphorbia milli* L.); espirradeira (*Nerium oleander* L.); boa-noite, bom-dia (*Catharanthus roseus* L.).

A planta mais conhecida pelos alunos foi a comigo-ninguém-pode (*Dieffenbachia picta* Schott) que apresentado oxalato de cálcio, responsável por um elevado número de acidentes, pois esse componente, que se encontra

distribuído por toda a planta. Pode ser liberada por ação mecânica de manipulação, mastigação ou qualquer outra forma de pressão sobre as partes da planta. Assim, liberam-se as ráfides que contêm o oxalato o qual, ao penetrar nos tecidos, favorecem a introdução de enzimas proteolíticas, e, dessa forma, causam lesão tecidual (ITHO SF; 2001). Após foi referido uma ocorrência de um caso de intoxicação de um dos educandos, e foi discutido todos os tipos de plantas tóxicas que tinham nas suas residências, e o perigo dos acidentes.

A terceira atividade foi abordada plantas medicinais para o sistema respiratório. No, primeiro momento foi realizada uma explanação teórica sobre a localização e os órgãos que são formados o sistema respiratório, bem como as plantas que os alunos utilizavam quando eram acometidos por alguma doença neste sistema. de algumas plantas medicinais com o princípio ativo para o sistema respiratório, fotos e o tipo de uso. Compreendendo que a gripe e resfriado são doenças muito frequentes do sistema respiratório, ambas são causadas por vírus, e tem sintomas, como a obstrução nasal, coriza, febre, cefaleia e sudorese, (SAAD et al., 2009; BRASIL, 2012).

Em seguida foi realizado atividades lúdicas como caça- palavras e cruzadinhas onde os alunos puderam, por meio desse material, retirar dúvidas. Muitas plantas foram citadas pelos alunos tais quais: Eucalipto ( *Eucalyptus citriodora* ), Alecrim ( *Rosmarinus officinalis* ) e Anis Estrelado ( *Illicium verum* ), que realizava o uso de chá, e algumas havia nos seus jardins das suas residências. No final foi realizado uma atividade prática de um preparado de guaco ( *Mykania glomerata* ) para tosse.

Plantas cicatrizantes foi o tema abordado na quarta atividade, na qual foi realizada uma atividade teórica mostrando a utilização de plantas medicinais no processo de cicatrização. Foi questionado aos alunos acerca dos seus conhecimentos sobre planta medicinal para cicatrização, se eles cultivavam em suas residências ou na escola. A planta mais conhecida e usadas pelos alunos e seus familiares foi a babosa ( *Aloe vera* ).

Segundo Cairo(ano), a indicações de *Aloe vera* são: à regeneração, cicatrização de tecidos e resolução de inflamações, p.ex., úlceras de pele e queimaduras (uso tópico). Também foi discutido a maneira correta do uso da babosa em uma ferida ou queimadura. Esse uso deverá ser externo e a parte medicinal desta espécie é a mucilagem. Para a finalização da atividade foi realizado como prática a confecção de sabonete medicinal com as plantas Confrei ( *Symphytum officinale* ) e Bardana ( *Arctium lappa* ).

Na última atividade foi abordado a aromaterapia, onde foram discutidos o conceito de aromaterapia, e as plantas medicinais envolvidas nesse contexto. Posteriormente foi realizado uma roda de perguntas e respostas sobre o que foi abordado. Na atividade prática foi confeccionado o travesseiro aromático composto por plantas medicinais aromáticas que possuem ação descongestionante e/ou calmante (SURITA, 2004), como a marcela ( *Achyrocline satureioides* ). É uma prática muito antiga, mas que foi caindo em desuso com o passar do tempo. Há relatos que os travesseiros foram criados há milhares de anos pelos monges budistas do Tibet (GRASSI, 2011).

Os trabalhos desenvolvidos permearam aspectos relacionados às plantas medicinais, ou seja, foi necessário mostrar aos alunos a importância do conhecimento das plantas, seja na escola, seja em casa. Percebe-se que a atividade permite que os alunos e a comunidade escolar possam atuar no reconhecimento e identificação das plantas e assim compreender a importância desse processo.

#### 4. CONCLUSÕES

A realização das oficinas permitiu a realização de um processo de reflexão-ação, característico dos processos de comunicação marcados pela participação ativa dos sujeitos envolvidos e pela valorização do saber local, que se inter-relaciona ao saber científico. Fica evidente a importância das plantas medicinais e que elas devem ser mais exploradas nas escolas em todas as matérias, por meio de palestras e pesquisas com os alunos e familiares sobre o conhecimento e utilização das plantas no cuidado a saúde.

Na avaliação das atividades pode-se constatar que o trabalho de educação em saúde desenvolvido foi satisfatório, pois foi possível conhecer a percepção dos alunos sobre plantas medicinais. Além disso, após as práticas realizadas, foi possível perceber que houve mudança na percepção deles sobre plantas medicinais, de uma maneira positiva.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Disponível em: <http://www.capes.gov.br/educacao-basica/novos-talentos>.

BRASIL. ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária. RDC - Resolução da diretoria colegiada nº10., 9 mar 2010. Disponível em: <http://www.brasilsus.com.br/legislacoes/rdc/103202-10> Acesso em: 06 ago. 2014.

BRASIL, Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da saúde. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2006.

Cairo N. Guia de medicina homeopática. 21ª ed. São Paulo: Teixeira; 1991

Gardin NE, Schleier R. Medicamentos antroposóficos: Vademecum. São Paulo: João de Barro; 2009.

GRASSI, J. P. Travesseiros aromáticos. Disponível em: Acesso em 08/Nov./2013. ITHO SF. Rotina no atendimento do intoxicado. 2ª ed. Vitória; 2001. p. 157-80.

MACHADO, M.F.A.S. et al. Integralidade, formação de saúde, educação em saúde e as VANINI M, BARBIERI RL, CEOLIN T, HECK RM, MESQUITA MK. A relação do tubérculo andino yacon com a saúde humana. Cienccuidsaude. 2009; 8 (suplem.):92-96.

SAAD, G. A. et al. Fitoterapia contemporânea: tradição e ciência Na prática clínica. Rio de Janeiro: Elsevier, 2009. 402 p

SILVEIRA, I. M. M. O conhecimento popular sobre o papel curador das plantas e suas possibilidades para a educação e a escola. 2005. 55f. Monografia (Pós-graduação em gestão educacional) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2005.

SOUZA, A.C.; LOPES, M.J.M. Implantação de uma ouvidoria em saúde escolar: relato de experiênciar. Rev. Gaúcha Enferm., Porto Alegre, v. 23, n. 2, p. 123-141, 2002.

SURITA, Rita. Como montar uma farmácia caseira vol. 2. São Leopoldo: Ed. Sinodal, 2004.