

USO DE PLANTAS MEDICINAIS NO TRATAMENTO DE ANSIEDADE EM COMUNIDADES RURAIS DO MUNICÍPIO DE CAPÃO DO LEÃO

CATHERINE SANTOS VISCARDI BORGES DE FARIAS¹; JOSUÉ BARBOSA SOUSA², CRISLAINE ALVES BARCELLOS DE LIMA³, CRISTIANE SANTOS OLIVEIRA⁴, ÂNGELA ROBERTA ALVES LIMA⁵ E RITA MARIA HECK⁶.

¹Universidade Federal de Pelotas – catheeviscardi@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – jojo.23.sousa@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas - crislainebarcellos@hotmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – cristianeoliveirarg@hotmail.com

⁵Prefeitura Municipal de Pelotas e Universidade Federal de Pelotas – angelarobertalima@hotmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas - rmheckpillon@yahoo.com.br

1. INTRODUÇÃO

No Brasil, existe um vasto conhecimento sobre métodos de aliviar os sintomas do adoecimento, com o uso de vegetais e plantas para o tratamento de diferentes enfermidades, evidenciando que até hoje, seja em áreas urbanas ou rurais, o uso e o saber sobre plantas medicinais ainda são passados de geração a geração(NETO; BARROS; SILVA, 2015).

Atualmente, esta prática é considerada uma alternativa complementar ao cuidado. Vendo-se que este método vem se popularizando, surge a necessidade de estudá-las a fim de obter informações que possam ser empregadas para o uso adequado das plantas. Com isto estes métodos passaram a ser avaliados e o Ministério da Saúde implantou políticas para o uso destas, incluindo-as como medicina complementar (SANTOS et. al, 2012).

Esta política foi ratificada pela portaria GM nº 971, de 03 de maio de 2003 com o objetivo de encorpar e programar práticas para a prevenção de agravos, promoção e recuperação na saúde, garantindo o uso eficaz, seguro e de forma integral ao paciente. Propondo a participação conjunta da comunidade e dos profissionais da atenção básica com o intuito de implementar as práticas complementares.(BRASIL, 2015).

O uso de plantas medicinais no preparo de infusão é largamente utilizado para o tratamento de várias patologias, entre elas a ansiedade, que é uma das mais comuns no mundo moderno. (BETT, 2013). De acordo com Gazziano e Blanchi (2004), a ansiedade é um tipo de fenômeno adaptativo que é necessário para que o ser humano em frente as necessidades cotidianas, variando a intensidade de pessoa para pessoa em diferentes situações. De acordo com isto Guimarães et.al (2015), afirma que a ansiedade está entre os diagnósticos de alta incidência nos últimos tempos, vem crescendo essa condição entre a na população adulta em geral tanto que tornou-se uma questão preocupante para a saúde pública.

Frente ao exposto, o presente trabalho tem como objetivo conhecer as principais plantas medicinais utilizadas como calmantes no Município de Capão do Leão - RS.

2. METODOLOGIA

Este resumo é o recorte do projeto “Autoatenção e uso de plantas medicinais no bioma pampa: perspectivas para o cuidado de enfermagem rural”. O projeto consistiu em uma pesquisa de abordagem quantitativa e qualitativa e contou com a participação de 57 famílias rurais, residentes na área rural de 25 municípios do bioma pampa, o qual destes o selecionado para este foi o município de Capão do Leão.

O Bioma Pampa compreende um conjunto ambiental de diferentes solos, recobertos, predominantemente, por vegetações campestres, sendo caracterizado por clima chuvoso, sem período seco sistemático, mas marcado pela frequência de frentes polares e temperaturas negativas no inverno (STUMPF *et al* 2009).

O município de Capão do Leão possui três distritos (Capão do Leão, Pavão, Passo das Pedras, Hidráulica e Jardim América) com uma população total de aproximadamente 24.298 pessoas, de acordo com os dados do IBGE, sua população rural é de aproximadamente 9,97% enquanto a urbana 90,09%. O município conta com os seguintes serviços de saúde: 5 Unidades Básicas de Saúde, 13 Pronto Atendimento, 1 Centro de Especialidades, entre outros serviços.

As famílias foram contatadas com o auxílio da EMATER, as informações foram coletadas entre dezembro de 2014 a outubro de 2016. Na coleta de dado buscou-se compreender as formas de obtenção do conhecimento em relação às plantas medicinais das famílias de agricultores do sul do Rio Grande do Sul.

Todos os preceitos éticos foram respeitados com base na Resolução 466/2012, de competência do Conselho Nacional de Saúde. Os informantes assinaram o consentimento livre e esclarecido em duas vias e o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Enfermagem da UFPel, sob o número de protocolo 076/2012.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir do recorte de dados coletado do município de Capão do Leão, foram entrevistadas três famílias que citaram 71 plantas medicinais, que foram organizadas de acordo com o nome popular, nome científico, a família, a indicação, a parte da planta que é utilizada bem como, o número de vezes que ela foi citada pelos informantes.

Dentre as 71 plantas citadas, observou-se que os moradores utilizam 5 tipos diferentes de plantas utilizadas como calmante, de acordo com o seu conhecimento tradicional.

Segue abaixo a tabela com a plantas calmantes citadas pelos moradores do município:

Nome popular	Nome científico	Familia	Indicação	Parte utilizada	Nº de citações
Maçanilha	<i>Chamomilla recutita</i> (L.) Rauschert	Asteraceae	Chá calmante	Flores e folhas	1
Capim cidreira	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf	Poaceae	Chá calmante e contra taquicardia	Folhas	2
Cidrão	<i>Aloysia triphylla</i> Royale	Verbenaceae	Chá calmante	Folhas	1
Melissa	<i>Melissa officinalis</i>	Lamiaceae	Chá	Folhas	2

	L.		calmante		
Erva cidreira	<i>Sem identificação</i>	Sem identificação	Chá calmante	Folhas	1

Quadro: Dados coletados no município de Capão do Leão, 2010

De acordo com Lorenzi e Matos (2008), as plantas popularmente conhecidas como camomila, capim-cidreira e o cidrão são comumente utilizadas como florais e destas extraídos também óleos essenciais que servem como calmante e sedativos em técnicas terapêuticas como a aromoterapia, ou da forma convencional que é a infusão.

Já da melissa, a melhor forma da utilização da planta medicinal é preferencialmente o uso das folhas frescas para infusão servindo para o alívio de cólicas do sistema digestivo, assim como enxaquecas e cefaléia, promovendo também uma ação anti-ansiolítica e calmante.

É aconselhado o uso destes chás no período da noite por causar uma ação relaxante.

4. CONCLUSÕES

Este trabalho permitiu conhecer as práticas de cuidado e o modo da utilização das plantas medicinais da comunidade rural de Capão do Leão frente a ansiedade, de saúde tão recorrente.

Os dados evidenciaram que o conhecimento popular sobre o uso de plantas medicinais, para o tratamento da ansiedade, esta de acordo com a literatura, pois das 5 plantas citadas, 4 são reconhecidas por possuírem princípios ativos que atuam como calmante.

Entende-se que a partir do conhecimento popular é possível desenvolver políticas de saúde em conjunto com a comunidade com a utilização de plantas medicinais no cuidado que sejam efetivas para lidar com a ansiedade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

NETO.J.R.A.; BARROS.R.F.M.; SILVA. P.R.R. Uso de plantas medicinais em comunidades rurais da Serra do Passa-Tempo, estado do Piauí, Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Biociências.** V.13.n. 3.p. 165-175. 2015.

Disponível on-line em

SANTOS. S.L.D.X. et. al. Plantas utilizadas como medicinais em uma comunidade rural do semi-árido da Paraíba, Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Farmacia.** V.93. N. 1. P. 68-79. 2012. Disponível em:
<http://rbfarma.org.br/files/rbf-2012-93-1-12.pdf>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Departamento de Atenção Básica. 2^aed. 2015.
 Disponível em:

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf

BETT, M.S.O uso popular de plantas medicinais utilizadas no tratamento da ansiedade no município de Galvão-SC. 2013. P.65. TCC (Graduação) - Curso de Ciências Biológicas, **Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina,** 2013. Disponível em: <<https://uab.ufsc.br/biologia/files/2014/05/Marisa-Szczepanski-Bett.pdf>>.

GRAZZIANO.E. S.; BIANCHI, E. R. F. Nível de Ansiedade de Clientes Submetidos a Cineangiocoronriografia e de seus Acompanhantes. **Revista Latino-americana de Enfermagem.** v.12. n.2.p.168-174. 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v12n12/v12n2a04.pdf>>

GUIMARÃES. A.M.V. et.al. Transtorno de Ansiedade: um estudo de prevalência sobre fobias específicas e a importância da ajuda psicológica. **Caderno de Graduação Ciências Biológicas e da Saúde.** v.3.n.1.p.115-128.2015. Disponível em:
<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:wYfeUBi48cQJ:https://periodicos.set.edu.br/index.php/fitsbiosaude/article/download/2611/1497+&cd=1&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br&client=avast>

STUMPF, E.T.; ROMANO, C.M.; BARBIERI,R.L; HEIDEN, G.; FISCHER,S.Z.; CORRÊA, L.B.; Características ornamentais de plantas do Bioma Pampa. **Revista Brasileira de Horticultura Ornamental**, V.15, Nº 1, p49-62, 2009.

LORENZI.H.; MATOS.F.J.A. Plantas Medicinais do Brasil: nativas e exóticas. **Instituto Plantarium**. 2 ed. P.1-489. 2008.