

RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA AULA PRÁTICA DA DISCIPLINA OPTATIVA COMPARTILHANDO SABERES SOBRE AS PLANTAS MEDICINAIS

GIOVANA COSTA COLVAR¹; RITA MARIA HECK²;
TEILA CEOLIN³

¹*Universidade Federal de Pelotas – giovana.costa@ufpel.edu.br*

²*Universidade Federal de Pelotas – heck@ufpel.edu.br*

³*Universidade Federal de Pelotas – teila.ceolin@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Em maio de 2006, foi aprovada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde, a qual foi definida como um sistema que busca estimular os mecanismos naturais do corpo para auxiliar na recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras (Brasil, 2006a).

No mesmo ano, em junho, foi aprovada a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, por meio do Decreto Presidencial nº 5.813 (Brasil, 2006b). Após a aprovação desta política, houve a aprovação do Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, que ocorreu em dezembro de 2008. Assim, ele surge como uma forma de garantir à comunidade o uso de plantas medicinais de forma segura e racional delas (Brasil, 2008).

Plantas medicinal é definida como espécie vegetal, cultivada ou não, utilizada com propósitos terapêuticos e/ou profiláticos (Anvisa, 2021). Elas são um patrimônio da nossa biodiversidade e constituem uma riqueza social e biológica que necessita ser valorizada, tanto por meio de troca de conhecimento entre gerações, quanto no que tange à diversidade de espécies nativas presentes no Bioma Pampa (Heck et al., 2017).

Esse bioma compreende um conjunto ambiental de diferentes solos cobertos, predominantemente, por vegetação campestres, sendo caracterizado por clima chuvoso, sem período seco sistemático, mas marcado pela frequência de frentes polares e temperaturas negativas no inverno (Hasenack, 2006).

As experiências de uso de uma planta são repassadas entre gerações e sofram adaptações (Heck et al., 2017). Dessa forma, o conhecimento de plantas medicinais e seus efeitos devem ser ensinados e repassados para que essas informações não se percam na história de uma população.

Dito isso, no 1º semestre de 2025, foi ofertada a disciplina optativa: “Compartilhando saberes sobre as plantas medicinais”, pela Faculdade de Enfermagem. Assim, o presente trabalho tem como objetivo descrever um relato de experiência de uma aula prática na disciplina optativa “Compartilhando saberes sobre as plantas medicinais”.

2. ATIVIDADES REALIZADAS

A disciplina possui três créditos. As aulas eram compostas por atividades teóricas e práticas, com encontros nas terças-feiras à tarde, no período de abril a agosto de 2025, na qual havia contato recorrente com as plantas medicinais, e seus efeitos terapêuticos no cuidado à saúde. As docentes responsáveis pela disciplina foram Teila Ceolin e Rita Maria Heck, e os discentes eram alunos de Graduação da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

Ademais compartilhando na mesma sala de aula haviam discentes do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, matriculados na disciplina optativa “Seminário em Enfermagem e Saúde XXXII: plantas medicinais: compartilhando saberes” de diferentes áreas.

Concluíram as disciplinas optativas 20 discentes, sendo 19 mulheres. Este trabalho tem o objetivo relatar uma aula prática em um sítio, na área rural de Pelotas, ocorrida em junho de 2025, como visita guiada, orientada pelas professoras, visando o contato e reconhecimento das discentes com as plantas medicinais.

RELATOS E IMPACTOS GERADOS

A visita ao sítio ocorreu no dia 10 de junho de 2025, conduzida pelas docentes responsáveis pela disciplina. Com o auxílio de algumas alunas, o grupo de discentes foi dividido entre seus respectivos veículos particulares para o deslocamento até o sítio, devido a indisponibilidade de transporte coletivo pela UFPel.

Chegando ao local, a paisagem era preenchida de plantas e flores que iluminavam o local com cores e aromas diversos. A visita deu-se início por uma caminhada guiada pela professora Rita, a qual, informava quais plantas estavam sendo vistas e sua utilização medicinal.

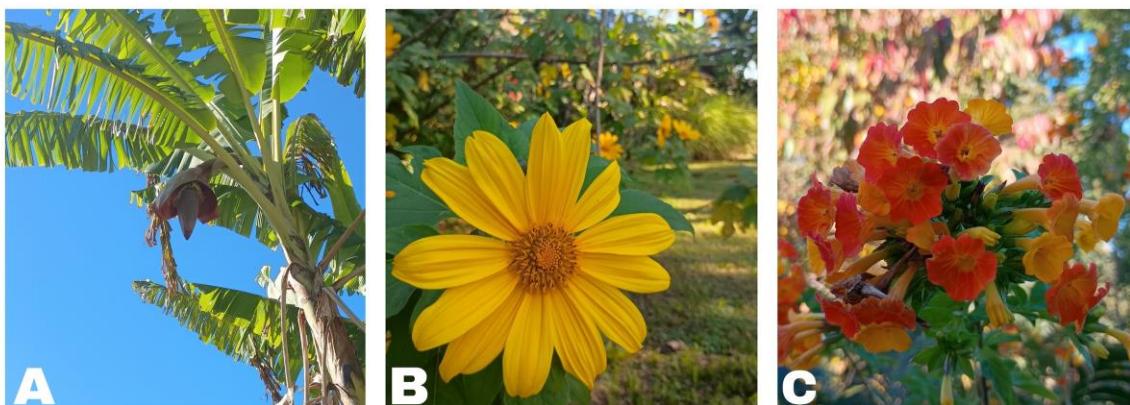


Figura 1 - Plantas encontradas durante a visita ao sítio.

A - Coração-de-bananeira em evidência

B - Flor de girassol-mexicano

C - Planta Marianinha

Fonte: Acervo pessoal (2025)

O coração-de-bananeira (Figura 1A), com o nome científico de *Musa paradisiaca*, é utilizado na realização de xarope/lambedor para o tratamento de sintomas respiratórios, com propriedades de ação expectorante e antibacteriana (Karuppiyah; Mustaffa, 2013). Além das plantas medicinais, haviam flores que pintam o sítio com suas diferentes cores (Figura 1B e 1C).

Além do percurso de reconhecimento das plantas medicinais, tivemos a possibilidade do contato direto com frutos cultivados no sítio, como bergamota, carambola, limão-siciliano, entre outras.

Ao final da experiência, a professora Rita realizou o preparo do suco verde (Figura 2), com ingredientes como: água, couve, salsinha, beterraba, linhaça-dourada, maçã, limão-siciliano e laranja, trazendo ao suco diversas ações terapêuticas devido a diversidade de plantas adicionadas.



Figura 2 - Suco verde produzido na atividade

Fonte: Teila Ceolin

A pesquisa de Oliveira et al. (2013), realizada com ratos para analisar o efeito antioxidante do suco verde, trouxe a confirmação do seu efeito e ação protetora para o sistema nervoso central contra os ataques oxidantes no metabolismo humano, contribuindo para a redução do efeito nocivo do estresse oxidativo presente em diversas doenças neurológicas.

A realização da visita possibilitou ampliar o conhecimento, o contato direto com as plantas medicinais e suas diversas possibilidades de uso. Ademais, o conhecimento das plantas, possibilitou a ampliação de saberes e, consequentemente, reprodução em outros espaços e contextos.

Além disso, como discutimos durante a atividade, uma mesma planta é conhecida por vários nomes populares diferentes. Dessa forma, a visualização das plantas cultivadas foi fundamental para o reconhecimento correto, evitando assim a utilização terapêutica errônea de uma planta.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa experiência proporcionou o aumento do conhecimento medicinal das plantas, e favoreceu o uso das mesmas no cuidado à saúde, estimulando a utilização e o compartilhamento desses saberes, pelos discentes, no seu contexto familiar, acadêmico e profissional.

Com isso, a formação como acadêmica de Enfermagem é formada não só focada em um cuidado à saúde a partir do modelo biomédico, com medicamentos e procedimentos invasivos, mas também com a utilização de formas naturais e de fácil acesso para o uso.

As discussões no decorrer da disciplina, e a visita ao sítio, promoveram uma reflexão acerca da importância das plantas medicinais no cuidado à saúde, sendo uma possibilidade para ampliar as práticas ofertadas pelos serviços de saúde.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANVISA. **Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira**. 2. ed. Brasília, 2021. *E-book.* Disponível em:<https://bibliotecadigital.anvisa.gov.br/jspui/bitstream/anvisa/12413/1/Formulário%20de%20Fitoterápicos%202ª%20edição%20-%20versão%20RDC%20952%20%282ª%20Errata%29.pdf>. Acesso em: 19 ago. 2025

BRASIL. Decreto nº 5.813, de 22 de junho de 2006. Aprova a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e dá outras providências. Brasília: Presidência da República, 2006b. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/decreto/d5813.htm. Acesso em: 19 ago. 2025

BRASIL. Portaria Interministerial nº 2.960, de 9 de dezembro de 2008. Aprova o Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e cria o Comitê Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/pri2960_09_12_2008.html. Acesso em: 08 ago. 2025

BRASIL. Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2006a. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acesso em: 08 ago. 2025

HASENACK, H. Remanescentes da vegetação dos Campos Sulinos (Pampa). Porto Alegre: FAURGS, 2006, 30p.

HECK, Rita Maria; RIBEIRO, Márcia Vaz; BARBIERI, Rosa Lía (editoras). **Plantas medicinais do Bioma Pampa no cuidado em saúde.** Brasília, DF: Embrapa, 2017. 156p. Disponível em: <http://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/180023/1/Plantas-medicinais-nativas-do-Bioma-Pampa.pdf>

KARUPPIAH, P.; MUSTAFFA, M. Antibacterial and antioxidant activities of *Musa* sp. leaf extracts against multidrug resistant clinical pathogens causing nosocomial infection. **Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine**, v.3, n. 3, p.737-42, 2013. Acesso em: 08 ago. 2025

OLIVEIRA, P. S., et al. Suco verde altera parâmetros de estresse oxidativo em ratos. In: ENPOS - Encontro de Pós-Graduação UFPEL, 15, 2013, Pelotas. **Anais eletrônicos**. Pelotas: Universidade Federal de Pelotas, 2013, p. 3. Disponível em: https://cti.ufpel.edu.br/siepe/arquivos/2013/CB_01418.pdf. Acesso em: 19 ago. 2025