

OFICINA DE SABONETE COM PLANTAS MEDICINAIS PARA USO TÓPICO- RELATO DE AÇÕES EXTENSIONISTAS

VITÓRIA LOPES DE ÁVILA¹; ANDRIELE BANDEIRA FURTADO²; HELLEN
DOMINGUES GARCIA³; MARINA WEYMAR PFINGSTAG⁴; TUANE
TUCHTENHAGEN PERES⁵;
TEILA CEOLIN⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – vi.enfer24@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – andrielebandeira10@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – hellendomingues0609@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – marinapfin@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – perestuane@gmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – teila.ceolin@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

As plantas medicinais possuem diversos potenciais terapêuticos para a saúde, com base na sua origem e formas de uso indicadas, e tem a sua utilização no Sistema Único de Saúde (SUS) respaldada pela implementação em 2006, das Políticas Nacionais de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e a de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, esta tem como objetivo garantir a população brasileira o acesso seguro e o uso racional destes insumos, com a promoção do uso sustentável da biodiversidade, do desenvolvimento da cadeia produtiva e da indústria nacional (BRASIL, 2009).

A extensão universitária é uma das funções fundamentais das universidades, ao lado do ensino e da pesquisa. Trata-se de um conjunto de atividades que visam promover a interação entre a universidade e a sociedade, permitindo que o conhecimento acadêmico seja aplicado na prática para atender às demandas sociais e contribuir para o desenvolvimento da comunidade (BRASIL, 2018).

A partir da perspectiva destas políticas públicas e da extensão universitária, em 2017, iniciou o Projeto de Extensão (PE) Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção em Saúde (PIC-RAS), vinculado a Faculdade de Enfermagem (FE) da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL), o qual visa ofertar práticas integrativas e complementares (PICs) à comunidade. O PE é realizado por docentes e técnicas administrativas da FE, contando com a colaboração de profissionais de saúde da Secretaria Municipal de Saúde, discentes da enfermagem e demais cursos da UFPeL.

Entre as 20 ações ofertadas pelo PE PIC-RAS em 2025, estão as “Oficinas sobre plantas medicinais”. Entre as oficinas realizadas, estão as de utilização de plantas medicinais para a produção de sabonetes, com a finalidade de uso tópico. Este resumo tem como objetivo relatar a experiência na realização de oficinas para produção de sabonetes com plantas medicinais.

2. METODOLOGIA

Esse é um relato de experiência das oficinas de preparo de sabonete medicinal com plantas medicinais, organizadas pelo projeto de extensão PIC-RAS, ocorridas nos meses de fevereiro, junho e julho de 2025.

As oficinas aconteceram com 66 participantes, sendo 33 acadêmicos da Faculdade de Enfermagem, UFPel, 22 integrantes de um grupo de mulheres de Monte Bonito e 11 alunos do projeto de ensino “A botânica nossa de todo dia” da UFPel, os quais demonstram interesse e entram em contato com a coordenadora do projeto.

Realizaram-se cinco oficinas práticas de 4h cada em um dos laboratórios da Faculdade de Enfermagem, na Unidade Básica de Saúde (UBS) de Monte Bonito e no Departamento Botânica do Campus Capão do Leão-UFPel, adotando metodologia participativa baseada em Freire (2019).

Durante as oficinas, os participantes aprendem passo a passo como preparar sabonetes medicinais, usando plantas que têm propriedades terapêuticas. Além das plantas, é necessária a receita para a produção dos sabonetes, e materiais para o preparo, os quais são disponibilizados pelo projeto de extensão. Além de ensinar a parte prática, também são compartilhadas informações sobre os benefícios de cada planta, como usar com segurança e como cuidar da saúde de forma mais natural.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Nos meses de fevereiro, junho e julho de 2025, foram realizadas cinco oficinas, totalizando 66 participantes, sendo 33 em um dos laboratórios da enfermagem, 22 em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Monte Bonito e 11 no Departamento Botânica no Campus Capão do Leão-Ufpel. Foram produzidos 80 produtos terapêuticos, com boa avaliação pós-oficina. Observou-se impacto na autonomia para cuidados integrativos e fortalecimento do vínculo universidade-comunidade (VASCONCELOS et al., 2019).

Para preparar o sabonete medicinal, são necessários os seguintes ingredientes: 500 gramas de base para sabonete de glicerina; 100 ml de tinturas de plantas medicinais; 10 ml de óleo de amêndoas doces. Podem ser adicionados alguns ingredientes opcionais, como 2 colheres de sopa de mucilagem de babosa e 2 gotas de óleo essencial de lavanda. É importante mencionar que pode ser utilizada mais de uma tintura, desde que a proporção total seja respeitada (100 ml). Por exemplo: se usar duas tinturas, será necessário 50 ml de cada, totalizando os 100 ml. A seguir estão algumas sugestões de tinturas: bardana (*Arctium lappa* L.), calêndula (*Calendula officinalis* L.), malva (*Malva sylvestris* L.) e tranchagem (*Plantago major* L.).

O primeiro passo para o preparo do sabonete é ralar ou cortar a base de glicerina em pequenos pedaços finos para facilitar a dissolução. Em seguida, coloque para derreter em banho-maria, utilizando um recipiente de louça, vidro ou aço inoxidável. Assim que a glicerina derreter por completo, retire do fogo e acrescente a quantidade correta das tinturas que serão utilizadas. Adicione o óleo de amêndoas doces, mexendo lentamente. Caso opte por incluir a babosa e o óleo de lavanda, continue mexendo.

Para finalizar, unte as formas de acetato com óleo de girassol ou outro óleo vegetal, despeje a mistura nas formas e aguarde secar para desenformar sem danificar. Embale e etiquete os sabonetes da maneira que preferir, preferencialmente em papel filme.

Para fazer a tintura, escolha as plantas de sua preferência, que devem estar limpas. Pique-as e coloque em um frasco de vidro, cobrindo totalmente as plantas com álcool de cereais 70%. Deixe macerar em local escuro por 7 a 10 dias, agitando diariamente. Após esse período, coe o líquido e armazene em frasco escuro, longe

da luz, rotulando com o nome da planta e a data de fabricação. Use com cuidado, pois a tintura é concentrada. As tinturas utilizadas estão disponíveis no laboratório e foram produzidas em oficinas ofertadas anteriormente.

Mantenha os sabonetes em temperatura ambiente e, após o uso, descarte-os conforme necessário. Corte o sabonete em pedaços para utilizar em pequenas porções. Caso o produto mude de coloração, isso é normal, devido ao uso de óleo de lavanda ou de algum ingrediente pigmentado.

Conforme o Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (BRASIL, 2024), algumas das plantas medicinais mencionadas apresentam as seguintes indicações terapêuticas: **bardana** (*Arctium lappa* L.): auxilia no aumento do fluxo urinário, atuando como adjuvante no tratamento de queixas menores do trato urinário; ajuda na melhora da inapetência; e alivia sintomas associados à dermatite seborreica; **calêndula** (*Calendula officinalis* L.): auxilia no tratamento de inflamações da mucosa oral e orofaringe, inflamações leves da pele (como queimaduras solares) e é cicatrizante; **malva** (*Malva sylvestris* L.): auxilia no tratamento sintomático da inflamação cutânea e orofaríngea, além de atuar como antisséptico para a cavidade oral; **tranchagem** (*Plantago major* L.): auxilia no tratamento sintomático de afecções da cavidade oral, atuando como anti-inflamatório e antisséptico (ANVISA, 2024).

4. CONSIDERAÇÕES

As oficinas sobre plantas medicinais do projeto de extensão auxiliam no resgate dos conhecimentos ancestrais sobre o uso de plantas medicinais, além de ensinar formas naturais de cuidar da saúde. Ao incentivar o plantio dessas plantas em casa, estimula o fortalecimento da autonomia das famílias no cuidado com a saúde, facilitando o acesso a tratamentos mais acessíveis e naturais. Com as oficinas, os estudantes aprendem na prática e ganham experiência que será útil na sua profissão. A comunidade também é beneficiada, pois recebe informações importantes e pode usar os produtos produzidos nas oficinas em casa. Além disso, estimula a geração de renda com a produção de sabonetes medicinais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGÊNCIA NACIONAL DA VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Formulário de Fitoterápicos**. 2 ed. Brasília: ANVISA, 2024. Acessado em: 18 maio 2025. Disponível em: <https://bibliotecadigital.anvisa.gov.br/jspui/handle/anvisa/12413>.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Portaria Interministerial de Nº 2.960 de 9 de dezembro de 2008: dispõe sobre a Política Nacional de Plantas Medicinas e Fitoterápicos**. Acessado em: 17 maio 2025. Online. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/pri2960_09_12_2008.html.

BRASIL. Plano Nacional de Extensão Universitária. **Ministério da Educação**, Brasília, DF, 2018. Online. Acessado em: 17 maio 2025. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/pec-g/33371-cne-conselho-nacional-de-educacao/84291-extensao-na-educacao-superior-brasileira>.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 67. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2019.

SANTOS, Raissa Lira de Pontes *et al.* Fitoterapia na formação do enfermeiro: desafios e perspectivas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, n. 3, e20210218, 2022. Acessado em 20 maio 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0218>.

VASCONCELOS, Eliane Corrêa Chaves *et al.* Extensão universitária e sua contribuição para a formação acadêmica em enfermagem. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, v. 10, n. 3, p. 179-186, 2019. Acessado em: 20 maio 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.36661/2358-0399.2019v10i3.8481>.