

Oficina da universidade aberta da pessoa idosa: compartilhando saberes sobre plantas medicinais**Open university of the elderly's workshop: sharing knowledge about medicinal plants**

DOI:10.34119/bjhrv2n6-111

Recebimento dos originais: 07/10/2019

Aceitação para publicação: 23/12/2019

Nathália Da Silva Dias

Enfermeira pela Universidade Federal de Pelotas

Instituição: Universidade Federal de Pelotas

E-mail: silvacardosonathalia@gmail.com

Ângela Roberta Alves Lima

Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande

Instituição: Universidade Federal de Pelotas

E-mail: angelarobertalima@hotmail.com

Gabriel Moura Pereira

Enfermeiro pela Universidade Federal de Pelotas

Instituição: Universidade Federal de Pelotas

E-mail: gabriel_mourap_@gmail.com

Josué Barbosa Sousa

Acadêmico de Enfermagem na Universidade Federal de Pelotas

Instituição: Universidade Federal de Pelotas

E-mail: jojo.23.sousa@gmail.com

Luani Burkert Lopes

Enfermeira pela Universidade Federal de Pelotas

Instituição: Universidade Federal de Pelotas

E-mail: luanizinhaolopes@hotmail.com

Rita Maria Heck

Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Catarina

Instituição: Universidade Federal de Pelotas

Endereço institucional: R. Gomes Carneiro, 1 - Centro, Pelotas - RS, 96075-630, Sala 201b

E-mail: rmheckpillon@yahoo.com.br

RESUMO

A Universidade Aberta da Pessoa Idosa da Universidade Federal de Pelotas, surge como forma de oportunizar à população idosa um espaço não somente educacional, mas também social e cultural, oferecendo diferentes disciplinas, assim como, oficinas. Para tanto tem-se o cuidado na escolha de uma metodologia específica e direcionada à pessoa neste ciclo de vida. Uma das atividades desenvolvidas abordou a temática da autoatenção, sobre o uso de plantas medicinais, práticas de autocuidado e perspectivas de saúde-doença. Nesse artigo apresenta-se um relato de

experiencia de acadêmicos da graduação de enfermagem, que participaram dessa atividade, que objetivou a promoção e a valorização do saber popular sobre plantas medicinais. Participaram da atividade 22 idosos. Atividade possibilitou constatar que os idosos possuem conhecimentos sobre plantas medicinais, que balizam o cuidado familiar, os quais são decorrentes de experiências construídas ao longo de anos, tendo sido, em parte, repassado pelos seus ancestrais. Bem como, discutir questões em relação a qualidade de vida, inclusão social, conhecimento científico, troca de experiências e resgate da cidadania, uma vez que partiu da perspectiva da troca de saberes e da disseminação do conhecimento acadêmico de forma democrática e participativa.

Palavras-chave: Plantas medicinais, Idosos, Educação em Saúde.

ABSTRACT

The Open University of the Elderly of the Federal University of Pelotas, emerges as a way to provide the elderly population with a space not only educational, but also social and cultural, offering different disciplines, as well as workshops. Therefore, care is taken in choosing a specific methodology directed to the person in this life cycle. One of the activities developed addressed the theme of self-care, the use of medicinal plants, self-care practices and health-disease perspectives. This article presents an experience report of undergraduate nursing students who participated in this activity, which aimed to promote and enhance popular knowledge about medicinal plants. 22 elderly people participated in the activity. Activity made it possible to verify that the elderly have knowledge about medicinal plants, which guide the family care, which are the result of experiences built over years, having been, in part, passed on by their ancestors. As well as discussing issues related to quality of life, social inclusion, scientific knowledge, exchange of experiences and rescue of citizenship, since it started from the perspective of knowledge exchange and the dissemination of academic knowledge in a democratic and participatory way.

Keywords: Medicinal plants, Elderly, Health Education.

1 INTRODUÇÃO

A Universidade Aberta da Pessoa Idosa (UNAPI) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), surge como forma de oportunizar à população idosa um espaço não somente educacional, mas também social e cultural. Acredita-se na inclusão dentro do espaço universitário, na busca do conhecimento e da formação continuada, proporcionando a troca de experiência entre gerações, a capacitação. A proposta geral deste espaço é oferecer diversas atividades a comunidade idosa nos espaços da universidade.

A universidade oferece diferentes disciplinas, assim como, oficinas, espaços e tempo, nos quais o ensino e, sobretudo, a aprendizagem se expressam a partir de um fazer coletivo, pautado no aprender fazendo¹. Para tanto tem-se o cuidado na escolha de uma metodologia específica e direcionada à pessoa neste ciclo de vida. Nessa perspectiva, a abordagem das plantas medicinais emerge como um ponto de convergência que permite aproximar o

conhecimento científico e popular. Uma prática que vem sendo utilizada desde primórdios da civilização como recurso terapêutico, sendo identificada como um saber com interface com o popular. Sua utilização está ligada ao cuidado familiar, na qual a experiência do processo de cuidado é importante tanto na ação de detentora de conhecimento, quanto nas recomendações terapêuticas e compartilhamento com as demais gerações².

O Ministério da Saúde, reconhecendo a utilização de plantas medicinais no cuidado, aprovou em 2006, a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos com o objetivo de garantir o acesso seguro dessa terapêutica, tendo como proposta a promoção e o reconhecimento das práticas populares e tradicionais, com o desenvolvimento de instrumentos que estimulam a comunicação, a pesquisa e a capacitação profissional³.

Nessa perspectiva esse artigo tem como objetivo apresentar um relato de experiência de acadêmicos da graduação de enfermagem, ao participarem de uma oficina pedagógica realizada com idosos da UNAPI visando a promoção e a valorização do saber popular sobre plantas medicinais.

2 METODOLOGIA

Consiste em um relato de experiência de acadêmicos do 9º semestre do curso de enfermagem que participaram de uma oficina pedagógica desenvolvida pelo Projeto de extensão “Promoção da Saúde na Integração da Faculdade de Enfermagem e Embrapa Clima Temperada”, com interface ao programa Universidade Aberta da Pessoa Idosa (UNAPI). A oficina ocorreu no dia 18 de junho de 2018, com duração de duas horas, participaram 22 idosos integrantes do programa, com faixa etária de 60 à 84 anos. Realizou-se uma atividade de sensibilização com apresentação de um powerpoint abordando o histórico, o aspecto cultural, as formas de preparo, usos e benefícios de seis plantas medicinais e apresentações de plantas vivas, Alecrim (*Rosmarinus officinalis*), Bardana (*Arctium lappa*), Guaco (*Mikania glomerata*), Cidrão (*Aloysia triphylla*), Cavalinha (*Mikania glomerata*) Marcela (*Achyrocline satureioides*). Na continuidade iniciou-se uma roda de conversa com objetivo de compartilhar saberes, estimular e valorizar a participação de todos, nessa atividade os participantes apresentavam seu conhecimento prévio sobre as plantas apresentadas e como utilizavam. A seguir, discutiu-se o que foi acrescentado a esse conhecimento com a realização da oficina. No fechamento, realizou-se uma atividade prática de preparo do Cidrão (*Aloysia triphylla*), sendo distribuída uma amostra entre todos os participantes. Os graduandos, após o término da atividade, realizaram anotações em seus diários de campo, utilizados nesse artigo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Atividade, em relação aos participantes da UNAPI, possibilitou constatar que os idosos possuem conhecimentos sobre plantas medicinais, que balizam o cuidado familiar. Esses conhecimentos são decorrentes de experiências construídas ao longo de anos, tendo sido, em parte, repassado pelos seus ancestrais, mas também se observou que eles agregam novos saberes e práticas, com a troca de experiências, com estudos e nas experiências de cuidado consigo e seus familiares.

Durante a apresentação da planta viva, com a visualização e o estímulo olfatório, a maioria as reconheceu e relatou o seu uso, visto que as plantas apresentadas eram conhecidas e muitas já faziam parte de seu cotidiano de cuidado. Além das plantas apresentadas pelos acadêmicos, estes também apresentaram a planta canela de velha (*Miconia albicans*), uma espécie arbórea, pertencente à família Melastomaceae, distribuída principalmente nas regiões tropicais do mundo, com reprodução feita por sementes. Uma árvore que atinge até 3m de altura, seus frutos são pequenos rosados que se tornam verdes durante o amadurecimento, estudos da espécie *Miconia* são escassos e seus compostos isolados têm demonstrado atividade biológica como anti-inflamatória, antioxidante, antimalárica, antitumoral, analgésica e antifúngica⁴. A qual usam para artrose, na forma de unguento e massagens. Este exemplo demonstra o conhecimento e o interesse dos idosos a respeito do tema.

Na atividade foi apresentado as formas de uso das plantas medicinais apresentada pela RDC 10⁵: **Infusão**, que consiste em verter a água fervente sobre a planta medicinal, folhas, flores e frutos, em seguida tampar ou abafar em um recipiente por tempo determinado; **Decocção**, ebulir a planta em água potável por tempo determinado; **Maceração**, consiste em emergir a planta na água em temperatura ambiente, por tempo determinado; **Gargarejo**, agitação de infuso, decocto ou maceração na garganta; **compressa**, consiste em colocar sobre o local lesionado, um pano ou gaze limpa e umedecida, por meio da infusão e decocção, frio ou aquecido e a **inalação**, administração do produto pela inalação (nasal ou oral) de vapores pelo trato respiratório.

Na oficina de demonstração da forma de preparo de infusões alguns se surpreenderam ao aprimorarem o seu saber sobre as possibilidades de preparo e o manejo adequado das plantas medicinais. Isso se deve em parte ao fato de que a forma de preparo mais comumente utilizada é a infusão, sendo que muitos não possuíam conhecimento sobre outras formas de uso

Os participantes, também, relataram sobre a dificuldade em transmitir seus saberes para a atual geração, fato que foi atribuído por eles à falta de interesse. Esse dado corrobora com encontrado em estudo que investigou o uso de plantas medicinais e a fé, o qual evidenciou que as pessoas que conheciam plantas estavam com dificuldade de repassar o conhecimento para seus descendentes, visto que na família não havia pessoas interessadas em perpetuar a prática do uso de plantas no cuidado⁶.

A experiência de ter vivenciado a oficina permitiu aos acadêmicos do curso de enfermagem identificar que quando se inicia o cuidado devem-se considerar essas questões, ficar atento a perguntar sobre as formas de uso das plantas e qual estão usando no momento, o que já realizou antes de procurar a Unidade de Saúde. Tudo isso visando diminuir os riscos de um uso indevido de um medicamento alopático, que possam fazer interação com os princípios ativos das plantas, o que nos idosos é muito mais preocupante visto que muitas vezes os sistemas corpóreos já não estão funcionando plenamente, como o digestório e o circulatório, e o que essas plantas, ou a soma de plantas e medicamentos alopáticos poderão sobrecarregar os sistemas já debilitados.

O identificado corrobora com estudos^{7,8,9,10,11} que tem buscado comprovar não apenas a existência do saber sobre plantas medicinais, como também justificar a importância de se estudar este assunto, discutindo não apenas em nível acadêmico, como também profissional e comunidade, destacam-se nesses estudos que, apesar de saber sobre identificação e uso de uma larga variedade de plantas medicinais, muitos idosos não consideram os riscos envolvidos no uso das plantas, seja pela forma de preparo inadequada ou pelo uso concomitante a medicações. Dialogar com essas populações, assim, é uma forma de aproximar esse saber dos espaços acadêmicos, como também potencializá-lo a partir da capacitação de profissionais que saibam utilizar e orientar o uso de plantas de forma adequada.

A oficina oportunizou aos participantes, viabilizar formas alternativas de participação, ocupação e convívio do idoso, proporcionando-lhe integração entre si e com às demais gerações. Bem como promoveu a participação e a integração do idoso, por intermédio de atividades que valoriza seus saberes e práticas, tornando-se um incentivo ao autocuidado e favorecendo a aprendizagem e interação, aspectos importantes para a qualidade de vida, estando de acordo com a Política Nacional do Idoso¹².

4 CONCLUSÕES

A metodologia de trabalho desenvolvidas a partir de oficina pedagógicas, com as pessoas de ciclo de vida avançado, tem sido gratificante, constituindo-se em um espaço de convivência e de estímulo a troca de saberes popular e científico, ofertando um momento único de aprendizagem, não somente aos idosos, mas aos discentes de enfermagem. A atividade possibilitou discutir questões em relação a qualidade de vida, inclusão social, conhecimento científico, troca de experiências e resgate da cidadania, uma vez que partiu da perspectiva da troca de saberes e da disseminação do conhecimento acadêmico de forma democrática e participativa.

A demonstração do uso de plantas no cuidado motivou os idosos a participarem e explorarem o uso medicinal no cuidado em saúde, ressignificando o cuidado com uso das plantas, possibilitando ao idoso ter um olhar diferenciado do processo de envelhecimento. Quanto aos acadêmicos a atividade permitiu perceberem a importância de articular o saber popular ao científico e à necessidade da qualificação profissional. Esta atividade, também, representou um momento de reflexão sobre a complexidade do cuidado de enfermagem ofertado ao idoso, contribuindo para que os acadêmicos pudessem compreender os idosos como seres autônomos, que possuem práticas de autocuidado que devem ser consideradas e abordadas nas atividades de educação em saúde.

REFERÊNCIAS

- 1 Ander-Egg, E. El taller una Alternativa para la Renovación Pedagógica. Buenos Aires, Argentina: Magisterio del Río de la Plata; 1999.
- 2 Balbinot S.; Velasquez P.G; Düsman E. Reconhecimento e uso de plantas medicinais pelos idosos do Município de Marmeleiro – Paraná. Revista Brasileira de Plantas Medicinais. 2013 Jun;15(4):632-38.
- 3 Brasil. Ministério da Saúde. Política e Programa Nacional de Plantas medicinal e fitoterápico. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Brasília-DF. 2016.

4 Almeida F.H.O. Revisão sistemática da *Miconia Albicans* (sw.) Triana: uso tradicional, atividade farmacológica e outras atividades [Monografia]. [São Cristovão (SE)]: Universidade Federal de Sergipe; 2016. 20 p.

5 Brasil. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução de Diretoria Colegiada - RDC nº. 10, de 9 de março de 2010. Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Poder Executivo, Brasília, DF, Seção 1, 2010.

6 Lima, C.A.B.; Lima, A.R.; Mendonça, C.V.; Lopes, C.V.; Heck, R.M. O uso das plantas medicinais e o papel da fé no cuidado familiar. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. 2016; 37(esp):682-85.

7 Freitas, P. F. P.; Montezano, L.; Odelius, C. C. A influência de Atividades Extracurriculares no Desenvolvimento de Competências Gerenciais em Grupos de Pesquisa. *Revista Administração: Ensino e Pesquisa*. 2019 Jan-Abril; 20(1):12-49.

8 Santos, S. L. F.; Silva Alves, H. H.; Barros, K. B. N. T.; Pessoa, C. V. Uso de Plantas Medicinais por idosos de uma instituição filantrópica. *Revista Brasileira de Pesquisa em Ciências da Saúde*. 2019 Jan; 4(2):71-75.

9 Machado, R.; Farias, F. M.; Pijuán, P. L.; Brum, V. S.; Moreira, A. P. G.; Oliveira, L. F. S. Avaliação sobre o conhecimento do uso de plantas medicinais em dois grupos de idosos. *Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão*. 2016.

10 Muniz, B. M. D. V.; Barbosa, R. M. Problematizando o atendimento ao parto: cuidado ou violência. *Memorias Convención Internacional de Salud Pública*. La Habana: Convención Internacional de Salud Pública; 2012.

11 Silva, L. A.; Pessoa, C. V. Utilização De Plantas Medicinais Por Idosos De Uma Unidade Básica De Saúde De Um Município Do Sertão Central. *Mostra Científica da Farmácia*. 2018.

12 Brasil. Gabinete do Ministro de Estado da Saúde (BR). Portaria Nº 1.395, de 9 de dezembro de 1999: aprova a Política Nacional de Saúde do Idoso e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, 13 Dez 1999. Seção I, n.237-E, p.20-4.