

OFICINA SOBRE PLANTAS MEDICINAIS E SABONETES ARTESANAIS: CULTIVANDO SAÚDE E BEM-ESTAR

Antonio Augusto Ignacio¹
Diego Machado Ozelame²
Edicleia Aparecida Bonini e Silva³

RESUMO

Este trabalho apresenta o relato de uma oficina realizada na Universidade Tecnológica Federal do Paraná, voltada para alunos do EJA, abordando as temáticas de plantas medicinais, condimentares e fitoterápicos. O objetivo principal da oficina foi conscientizar os participantes sobre o uso seguro e responsável dessas plantas, além de destacar a possibilidade de fabricação de sabonetes artesanais como uma alternativa de renda adicional, especialmente relevante para alunos provenientes de famílias de baixa renda. A metodologia da oficina abrangeu duas partes distintas: uma abordagem prática sobre a fabricação de sabonetes artesanais com base glicerizada e a utilização de plantas medicinais para aromatização e decoração dos sabonetes, e uma abordagem teórica sobre fitoterápicos, o Sistema Único de Saúde (SUS) e o cultivo de mudas. Os resultados obtidos mostraram que os participantes já possuíam conhecimentos diversos sobre o uso de plantas medicinais, principalmente em forma de chás, transmitidos por gerações em suas famílias. A oficina proporcionou uma oportunidade de ampliação do conhecimento, aumentando a conscientização sobre os riscos e benefícios das plantas utilizadas na saúde. Além disso, os participantes perceberam o potencial econômico dessa atividade, considerando-a uma possibilidade concreta de renda extra. A abordagem interdisciplinar adotada durante a oficina se mostrou eficiente ao promover o aprendizado dos alunos, incentivando o empoderamento econômico e valorizando práticas naturais de saúde. Os resultados reforçam a importância de iniciativas educacionais que integrem teoria e prática para o desenvolvimento integral dos estudantes e a disseminação de informações relevantes sobre o uso adequado e seguro das plantas medicinais.

Palavras-chave: Plantas Medicinais, Plantas Condimentares, Fitoterápicos, Sabonetes Artesanais, Oficina.

INTRODUÇÃO

As plantas medicinais, condimentares e fitoterápicos têm se mostrado como alternativas terapêuticas relevantes no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS) e para a promoção da saúde de forma natural e acessível. Nesse contexto, a conscientização sobre a importância de buscar orientação médica antes de utilizar essas práticas torna-se fundamental para garantir sua segurança e eficácia (SANTOS et al., 2011).

O presente artigo relata uma experiência enriquecedora que fez parte da disciplina de Projeto Interdisciplinar do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade

¹ Graduando do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Tecnológica Federal do Paraná - PR, ignacio@alunos.utfpr.edu.br;

² Doutor em Ensino de Ciências e Educação Matemática, Universidade Tecnológica Federal do Paraná - PR, diegoozelame@utfpr.edu.br u.br.

³ Professora orientadora: Doutora em Agronomia, Universidade Tecnológica Federal do Paraná - PR, edicleiaa@utfpr.ed

Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), Campus Santa Helena. Essa experiência consistiu em uma oficina abrangente sobre plantas medicinais e condimentares, seu cultivo e possíveis usos, especialmente voltada para os alunos do EJA (Educação de Jovens e Adultos).

Dentre os objetivos principais da oficina, além de promover o conhecimento e a conscientização sobre o uso seguro e responsável das plantas medicinais, buscou-se também destacar a importância dos sabonetes artesanais como uma forma de renda adicional para os participantes, considerando que boa parte dos alunos do EJA pertence a famílias de baixa renda.

Além de aprender sobre as propriedades terapêuticas das plantas, os participantes foram incentivados a explorar o potencial econômico da fabricação de sabonetes artesanais com a adição de espécies medicinais. Essa prática pode oferecer uma oportunidade valiosa para os alunos complementarem suas rendas e desenvolverem habilidades empreendedoras.

Espera-se que este relato de experiências possa contribuir para a formação integral dos alunos do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, bem como para a valorização das práticas naturais de saúde e a disseminação de informações sobre o uso adequado e seguro das plantas medicinais. Além disso, a possibilidade de oferecer uma alternativa econômica por meio da produção de sabonetes artesanais pode representar um impacto significativo na vida dos alunos do EJA, proporcionando uma perspectiva de renda e empoderamento econômico em suas comunidades de origem.

METODOLOGIA

A metodologia adotada para a realização da oficina sobre plantas medicinais, fabricação de sabonetes artesanais e cultivo de mudas para os alunos do EJA envolveu uma abordagem prática e teórica para proporcionar uma experiência completa e enriquecedora. A oficina foi dividida em duas partes distintas:

Parte 1: Fabricação de Sabonetes Artesanais com Plantas Medicinais:

Nesta etapa, foram utilizadas as seguintes ferramentas e técnicas:

Material e Equipamentos: Fornecimento de base glicerizada para sabonete, essências naturais de plantas medicinais (como camomila, lavanda, alecrim, entre outras) extraídas a parte de uma infusão em álcool 70%, corantes naturais, moldes para sabonete, panela esmaltada, fogão ou placa de aquecimento, termômetro, colher, filme plástico para embalagem.

Instruções Práticas: Os alunos receberam instruções detalhadas sobre o processo de fabricação de sabonetes artesanais com base glicerizada. A importância da higiene e segurança durante o processo foi enfatizada. Também foram instruídos sobre o uso adequado das plantas medicinais para aromatizar e decorar os sabonetes, ressaltando suas propriedades terapêuticas.

Produção dos Sabonetes: Os alunos foram divididos em grupos, e cada grupo teve a oportunidade de produzir seus próprios sabonetes artesanais, seguindo as instruções fornecidas. A criatividade foi incentivada para a seleção das plantas medicinais adquiridas através do Horto Medicinal da UTFPR campus Santa Helena a serem utilizadas e a forma de decorar os sabonetes. No final das atividades, os alunos embalaram seus respectivos sabonetes, levando-os com eles.

Parte 2: Abordagem Teórica sobre Fitoterápicos, SUS, Cuidados e Cultivo de Mudanças:

Material Didático: Foram utilizados recursos audiovisuais, como slides, para apresentar informações teóricas sobre fitoterápicos, seu papel no SUS e os cuidados necessários ao utilizá-los. Foram abordadas as principais plantas medicinais utilizadas na saúde e sua aplicação terapêutica.

Preparação de Mudanças: Os alunos foram apresentados aos diferentes tipos de propagação de mudas, incluindo a reprodução por sementes, estaquia e divisão de touceiras. Foram demonstradas técnicas de preparação de mudas em vasos e canteiros.

A coleta de dados durante a oficina foi realizada por meio de registros fotográficos e anotações das atividades práticas e teóricas desenvolvidas pelos alunos. Além disso, aplicou-se dois questionários, um antes e outro após a realização da oficina, com o intuito de avaliar a aprendizagem dos participantes sobre o conteúdo apresentado e o nível de satisfação com a experiência como um todo.

Essa metodologia proporcionou uma abordagem interativa, aliando prática e teoria, permitindo que os alunos vivenciassem diretamente os conhecimentos transmitidos e fortalecessem seus aprendizados de forma efetiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A oficina de plantas medicinais, fabricação de sabonetes artesanais e cultivo de mudas para os alunos do EJA foi conduzida de forma interativa e participativa, resultando em dados significativos que foram esquematizados em categorias analíticas para facilitar a compreensão dos resultados obtidos.

Categorias Analíticas:

Conhecimento sobre Plantas Medicinais e Fitoterapia

Durante a oficina, os alunos demonstraram um genuíno interesse e apresentaram um conhecimento prévio diversificado sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápicos. Por meio das discussões promovidas (*Figura 1*), foi possível observar um notável crescimento em seu entendimento e conscientização sobre a importância de buscar orientação médica antes de utilizar essas práticas.

Figura 1: Discussão enriquecedora sobre as propriedades das plantas utilizadas na Oficina.



Fonte: Dos autores (2022).

Dos participantes, 57,1% eram do sexo feminino, e expressivos 85% afirmaram já ter utilizado algum tipo de planta medicinal, sendo a maioria desses (81,8%) na forma de chás. Quando questionados sobre a origem do conhecimento sobre o uso de plantas medicinais em suas famílias, a resposta predominante foi que esse conhecimento foi transmitido pelos pais

(62,2%) ou pelos avós (28,5%), indicando uma tradição ancestral na troca de saberes sobre plantas. Notavelmente, 90% dos alunos manifestaram confiança na eficácia das plantas medicinais, porém, 82% reconheceram que essas plantas podem oferecer riscos à saúde se mal utilizadas. Antes da oficina, 78,5% dos alunos não sabiam o que era um fitoterápico ou um princípio ativo de uma planta, e 85,7% desconheciam o conceito de plantas condimentares.

O boldo destacou-se como a planta mais utilizada por eles, sendo apontado por 71,4% dos alunos. Além disso, constatou-se que apenas 35,7% dos alunos residiam em zona rural, mas mesmo entre eles, observou-se uma maior familiaridade com as plantas, sejam elas medicinais, aromáticas ou condimentares.

A avaliação geral da oficina pelos alunos da UTFPR foi muito positiva, considerando-a benéfica, o que os deixou mais confiantes e estimulados a utilizar plantas medicinais, aromáticas e condimentares com maior frequência em suas vidas diárias.

Quanto à produção de sabonetes artesanais, todos os estudantes relataram que as informações fornecidas durante a oficina foram de grande utilidade. A oficina proporcionou uma valiosa oportunidade de interação com a população, permitindo a troca de conhecimentos que consideramos essencial para o meu desenvolvimento como educador.

Aprendizado na Fabricação de Sabonetes Artesanais

Além das técnicas de preparo, foram abordados tópicos teóricos a respeito das propriedades das plantas utilizadas na confecção dos sabonetes. Foi possível observar, nesse momento, que alguns alunos já haviam preparado sabonetes artesanais em casa, no entanto não utilizaram as plantas nesse preparo, apesar da maioria relatar que já utilizavam e até cultivam espécies medicinais em suas residências.

Durante a atividade prática de fabricação de sabonetes, os alunos tiveram a oportunidade de explorar sua criatividade ao escolherem as plantas medicinais para aromatizar e decorar os sabonetes. Eles se envolveram ativamente no processo e demonstraram satisfação ao finalizar seus próprios produtos.

Percepção do Potencial Econômico dos Sabonetes

Uma das constatações relevantes foi a percepção dos alunos em relação ao potencial econômico da fabricação de sabonetes artesanais. Muitos expressaram interesse em utilizar esse

conhecimento como uma forma de renda adicional, especialmente aqueles que pertencem a famílias de baixa renda.

Figura 2: Processo de preparação de sabonetes artesanais, enriquecido com plantas para aromatização e decoração.



Fonte: Dos autores (2022).

Figura 2: Sabonetes produzidos durante a oficina.



Fonte: Dos autores (2022).

Importância do Cultivo de Mudanças

A exposição oral com a utilização de recursos multimídias foi de fundamental importância, onde cada aluno teve a percepção de que as plantas medicinais podem estar presentes no cotidiano. Foi possível compreender o contexto histórico do uso das plantas, a importância da identificação botânica correta e o emprego medicinal das espécies.

O contato com os exemplares de plantas propiciou um esclarecimento sobre as partes botânicas de cada espécie, como folhas, pecíolos, tricomas, caules, raízes e flores. Os alunos também puderam reconhecer cheiros e texturas. Esse conhecimento é fundamental para preparo e uso correto das plantas. Os alunos aprenderam sobre as diferentes formas de preparação de mudas e a relevância do cultivo sustentável. Essa abordagem despertou o interesse dos participantes pela preservação do meio ambiente e pelo desenvolvimento de práticas agrícolas mais conscientes.

Sistematização dos Achados Empíricos

As discussões e atividades desenvolvidas na oficina permitiram perceber que a abordagem interdisciplinar, que integra aspectos teóricos e práticos, é extremamente eficaz no processo de aprendizado dos alunos do EJA. Além disso, a atividade prática de fabricação de sabonetes artesanais e o cultivo de mudas proporcionaram uma experiência enriquecedora, incentivando o empoderamento dos participantes em relação ao cuidado com a saúde e ao potencial empreendedor.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As discussões realizadas ao longo da oficina abordaram a importância da conscientização sobre o uso seguro de plantas medicinais e fitoterápicos, enfatizando o papel do profissional de saúde na orientação adequada. Além disso, a valorização do conhecimento tradicional associado ao cultivo de plantas medicinais e à fabricação de sabonetes artesanais como uma forma de renda foi enfatizada como uma estratégia de empoderamento econômico dos alunos do EJA.

De acordo com Freire (1981), a educação deve ser transformadora, possibilitando aos indivíduos o desenvolvimento de habilidades práticas que possam melhorar suas condições de vida. Nesse sentido, a oficina proporcionou um espaço para a troca de saberes, valorizando as

experiências e conhecimentos prévios dos alunos e incentivando o protagonismo na construção do próprio conhecimento.

Em conclusão, os resultados encontrados indicam que a oficina foi efetiva no alcance de seus objetivos, promovendo o aprendizado sobre plantas medicinais, fitoterápicos e práticas sustentáveis de cultivo de mudas. Além disso, a fabricação de sabonetes artesanais despertou o interesse dos alunos em uma possível fonte de renda adicional, contribuindo para o empoderamento econômico e social dos participantes do EJA. As discussões foram fundamentadas em referenciais teóricos relevantes e as análises realizadas de forma ética e inovadora, contribuindo para a promoção de práticas naturais de saúde e a conscientização ambiental.

REFERÊNCIAS

SANTOS, Ravelly L. et al. **Análise sobre a fitoterapia como prática integrativa no Sistema Único de Saúde.** Revista brasileira de plantas medicinais, v. 13, p. 486-491, 2011.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido 9. ed.** Rio de Janeiro: Paz & Terra, 1981.