

## PLANTAS MEDICINAIS DE USO COMUM PELOS IDOSOS DA UNIVERSIDADE ABERTA À MATURIDADE

Maria Mércia Bezerra <sup>1</sup>  
Kelly Dayane Pereira Ribeiro <sup>2</sup>  
Marília Gabriela de Oliveira <sup>3</sup>  
Edivânia Porto <sup>4</sup>  
Fabíola de Araújo Leite Medeiros <sup>5</sup>

### RESUMO

**Introdução:** A planta medicinal é a espécie vegetal com propriedades terapêuticas capazes de produzir princípios ativos que possam alterar o funcionamento de órgãos e sistemas ou reestabelecer o equilíbrio orgânico do corpo em casos de enfermidades. É utilizada pela humanidade desde os tempos mais primitivos e mesmo com o avanço da medicina, grande parte da população dos países em desenvolvimento dependem da fitoterapia para processos de cura e de doenças, sendo a população idosa apontada como as que mais utilizam as plantas medicinais. **Objetivo:** Realizar um levantamento quantitativo das plantas medicinais mais conhecidas e usadas pelos idosos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA). **Metodologia:** Estudo transversal, de caráter exploratório descritivo, com abordagem quantitativa, sendo utilizado como instrumento de coleta de dados um questionário semiestruturado, contendo informações sociodemográficas e questões relacionadas as plantas medicinais. **Resultados:** Participaram da pesquisa 55 idosos, que apontaram 32 plantas de espécies diferentes de uso habitual. No entanto, as mais citadas foram: cidreira, boldo, camomila, capim-santo, romã, alecrim, hortelã, endro, erva-doce e espinheira santa. Foi relatado o uso de plantas medicinais por 87,3% deles, enquanto que 12,7% referiram não utilizar. **Conclusão:** É evidente o uso comum de plantas medicinais por essa população, e como esse método terapêutico ainda é tão predominante nessa faixa etária, no qual eles dispõem de uma grande variedade de espécies de plantas, sendo a maior parte do conhecimento adquirido através da cultura familiar.

**Palavras-chave:** Envelhecimento, Saúde do Idoso, Plantas Medicinais.

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, mariamercia2010@gmail.com;

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, keellyribeiro@gmail.com;

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, marih.gaby@gmail.com;

<sup>4</sup>Enfermeira. Docente da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, edivaniporto@hotmail.com;

<sup>5</sup>Enfermeira. Doutora e Pós-Doutora em Enfermagem. Docente da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, prof.fabiolamedeiros@gmail.com.

## INTRODUÇÃO

As plantas medicinais são aquelas que contêm substâncias com propriedades terapêuticas capazes de produzir princípios ativos que possam alterar o funcionamento de órgãos e sistemas ou reestabelecer o equilíbrio orgânico do corpo em casos de enfermidades. O seu uso sempre esteve presente na história da humanidade, influenciadas pela sabedoria indígena e pela tradicionalidade chinesa, que as utilizou como forma preventiva, curativa e ou paliativa de doenças (LIMA, 2014).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera as plantas medicinais como importantes instrumentos da assistência farmacêutica, reforça a importância de valorizar a sua utilização no âmbito sanitário, visto que 70 % a 90% da população em países em desenvolvimento dependem delas no âmbito da Atenção Primária à Saúde (BRASIL, 2012).

No Brasil cerca de 82% da população utiliza produtos à base de plantas medicinais nos seus cuidados a saúde, seja pelo conhecimento tradicional, pelo uso popular, na transmissão oral entre gerações, ou ainda pelos sistemas oficiais da saúde, norteados pelos princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS). É uma prática que estimula o desenvolvimento comunitário, a solidariedade e a participação social (BRASIL, 2012).

Segundo a OMS, mesmo com o avanço da medicina, grande parte da população dos países em desenvolvimento depende da fitoterapia para processos de cura e de doenças. Sendo essa, uma prática terapêutica utilizada desde os tempos mais primitivos, em que o ser humano buscava na natureza plantas que pudessem aliviar ou curar as diversas enfermidades (MACHADO et al., 2014).

Atualmente, tem-se observado um alto índice de uso de plantas medicinais e fitoterápicos entre os idosos. A maioria deles acredita que essa terapia, por ser de origem natural não causa nenhum efeito adverso ou interação medicamentosa, e por isso a automedicação com plantas medicinais é uma das primeiras escolhas de tratamento dessa população. Entretanto, sabe-se que além das plantas apresentarem certo grau de toxicidade e interações, cada planta possui uma forma diferente de uso, a depender do tipo e da parte específica da planta que contém o princípio ativo (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014).

No entanto, mediante o aumento do número da população idosa e considerando que eles são os principais usuários de plantas medicinais, este trabalho permite conhecer quais as principais plantas de uso comum entre eles. Neste sentido, a presente pesquisa teve como objetivo realizar um levantamento quantitativo das plantas medicinais mais conhecidas e

usadas pelos idosos da Universidade Aberta à Maturidade, localizada no município de Campina Grande-PB.

## **METODOLOGIA**

Tratou-se de um estudo transversal, de caráter exploratório descritivo, com abordagem quantitativa. O mesmo foi realizado na Universidade Aberta à Maturidade (UAMA/UEPB), situada no município de Campina Grande-PB, Brasil, sendo a coleta de dados realizada no período de março a abril de 2019. Teve como critério de inclusão, pessoas idosas com idade igual ou superior a 60 anos, de ambos os sexos, matriculadas na UAMA e que voluntariamente aceitaram participar da pesquisa, e como critérios de exclusão, ter menos de 60 anos de idade e não está presente no dia da coleta de dados.

Foi utilizado como instrumento de coleta de dados um questionário semiestruturado, contendo informações sociodemográficas e questões relacionadas as plantas medicinais. Foram aplicados aos participantes após autorização e consentimento de cada idoso.

Por se tratar de uma população restrita, optou-se por trabalhar com população censitária, visto que tal abordagem engloba todos os elementos de uma população, o que aumenta a amplitude da pesquisa e favorece a elaboração do estudo.

Para a análise dos dados foi utilizada a análise estatística descritiva, através dos programas, Microsoft Excel 2016 e Microsoft PowerPoint 2016, tais dados foram dispostos em formas de tabelas e gráficos.

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual da Paraíba (CEP-UEPB) e aprovada sob o protocolo de número 3.277.039, atendendo a resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta a pesquisa com seres humanos (BRASIL, 2012).

## **DESENVOLVIMENTO**

Plantas medicinais são aquelas que contêm substâncias com propriedades terapêuticas capazes de produzir princípios ativos que possam alterar o funcionamento de órgãos e sistemas ou reestabelecer o equilíbrio orgânico do corpo em casos de enfermidades. O seu uso sempre esteve presente na história da humanidade, influenciadas pela sabedoria indígena e pela tradicionalidade chinesa, que as utilizou como forma preventiva, curativa e ou paliativa de doenças (LIMA, 2014).

O Brasil é visto como um país de alta capacidade, em relação a sua biodiversidade, com cerca de 20% da totalidade de espécies de plantas do mundo inteiro, a maior parte dessas plantas possuem algum tipo de propriedade terapêutica a ser analisada e que apresentam uma grande importância tecnológica para o campo farmacêutico (RODRIGUES, 2016).

A Organização Mundial da Saúde considera as plantas medicinais como importantes instrumentos da assistência farmacêutica, reforça a importância de valorizar a sua utilização no âmbito sanitário, visto que 70 % a 90% da população em países em desenvolvimento dependem delas no âmbito da Atenção Primária à Saúde (BRASIL, 2012).

No Brasil cerca de 82% da população utiliza produtos à base de plantas medicinais nos seus cuidados a saúde, seja pelo conhecimento tradicional, pelo uso popular, na transmissão oral entre gerações, ou ainda pelos sistemas oficiais da saúde, norteado pelos princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS). É uma prática que estimula o desenvolvimento comunitário, a solidariedade e a participação social (BRASIL, 2012).

Com o crescimento da população idosa, conseqüentemente temos a ampliação da vigilância em doenças crônicas não transmissíveis e a repercussão na demanda dos serviços de saúde em prol da população que envelhece o que de certo modo também acaba contribuindo para o aumento do uso indiscriminado de medicamentos sintéticos ou não, gerando riscos e comprometendo a saúde do idoso (MELO, 2017).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece que mesmo com o avanço da medicina, grande parte da população dos países em desenvolvimento depende da fitoterapia para processos de cura de doenças, sejam elas simples ou agudas (MACHADO et al., 2014).

O uso de plantas medicinais como forma de tratamento, cura ou prevenção de enfermidades é uma prática que teve sua construção fortalecida pelas relações familiares, principalmente entre mães e avós, que passavam seus conhecimentos para os mais jovens e assim de gerações para gerações; ganhando a população idosa um maior destaque, sendo consideradas as pessoas mais ricas em conhecimento (SZERWIESKI et al., 2017).

Atualmente, tem-se observado um alto índice de uso de plantas medicinais e fitoterápicos entre os idosos. A maioria deles acredita que essa terapia, por ser de origem natural não causa nenhum efeito adverso ou interação medicamentosa, e por isso a automedicação com plantas medicinais é uma das primeiras escolhas de tratamento dessa população. Entretanto, sabe-se que além das plantas e fitoterápicos apresentarem certo grau de toxicidade e interações, cada planta possui uma forma diferente de uso, a depender do tipo e da parte específica da planta que contém o princípio ativo (ÂNGELO; RIBEIRO, 2014).

Nas últimas décadas grandes avanços aconteceram em relação a formulação e implementação de políticas públicas, programas e legislação no âmbito da valorização das plantas medicinais e derivados nos cuidados primários com a saúde e sua inserção na rede pública, assim como ao desenvolvimento da cadeia produtiva de plantas medicinais e fitoterápicos (BRASIL, 2012).

A primeira Lei relacionada à utilização de plantas no Brasil data de 17 de abril de 1996, na qual foram elaboradas diretrizes voltadas as plantas medicinais, abordando aspectos voltados tanto a sua utilização, quanto sobre a pesquisa na área. A partir desta, várias outras foram criadas, sendo as principais a Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006, que aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde, e o Decreto nº 5.813, que aprova a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (BRASIL, 2006).

De modo geral, os principais instrumentos norteadores para o desenvolvimento das ações/programas com plantas medicinais e fitoterapia são: a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, com diretrizes e linhas de ação para Plantas Medicinais e Fitoterapia no SUS, e a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), com abrangência da cadeia produtiva de plantas medicinais e fitoterápicos. Essas políticas foram elaboradas em conformidade com as recomendações da OMS, e os princípios e diretrizes do SUS, o potencial e oportunidades que o Brasil oferece para o desenvolvimento do setor, a demanda da população brasileira pela oferta dos produtos e serviços na rede pública e pela necessidade de normatização das experiências existentes no SUS (BRASIL, 2012).

No Brasil, verificou-se que uma parcela significativa da população faz uso de plantas medicinais, cerca de 80 % dessa população já fizeram ou fazem uso de plantas medicinais no seu dia a dia e deste total, grande parte é composta por pessoas idosas (PEREIRA et al., 2016).

No entanto, é notório a prevalência de idosos do sexo feminino no uso de plantas medicinais, quando comparado com os do sexo masculino, destacando como consequência o fato das mulheres terem desenvolvido ao longo da história da humanidade o papel de cuidadoras, e assim, acabaram aderindo ao cultivo e o uso de plantas medicinais como forma de tratamento ou cura de doenças (SZERWIESKI et al., 2017).

De acordo com alguns estudos que trazem pesquisas voltadas ao uso e conhecimento de plantas medicinais por pessoas idosas, tais como, os abordados por Lima et al., Ângelo e



Ribeiro, Fernandes e Krupek (2014), Pereira et al. (2016), Szerwieski et al. (2017) e Oliveira et al. (2018), evidenciaram que grande parte dessa população faz uso de plantas medicinais, sendo as mais citadas o hortelã (*Mentha piperita* L.), boldo (*Plectranthus barbatus* Andr.), alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.), erva-doce (*Foeniculum vulgare* Mill.), erva-cidreira (*Lippia alba* (Mill.), capim-cidreira/capim-santo/capim-limão (*Cymbopogon citratus* Staf) e a camomila (*Matricaria recutita* L.).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mediante 55 idosos entrevistados e análise dos dados, observou-se que grande parte dos idosos participantes da pesquisa fazem uso de plantas medicinais, porém entre eles, destacam-se 07 idosos que não utilizam nenhum tipo de planta medicinal.

Quando analisado os dados sociodemográficos, enquanto a variável sexo, verificou-se que 85,5% referiram ser do sexo feminino e 14,5% do sexo masculino, demonstrando uma maior prevalência das mulheres na pesquisa. Segundo Machado et al. (2014), Lima et al. (2014), Pereira et al. (2016) e Oliveira et al. (2018), o conhecimento sobre as plantas medicinais é detido principalmente pelas mulheres. Este fato pode estar relacionado a aspectos culturais, ao fato das mulheres no passado serem as principais responsáveis por cuidar dos filhos e afazeres do lar, assim assumindo muitas vezes o papel de cuidadoras (PEREIRA et al., 2018).

Em relação a idade, 58,2% referiram estar na faixa etária de 60 a 69 anos, 38,2% de 70 a 79 anos, e 3,6% com idade igual ou superior a 80 anos, na qual a faixa etária entre 60 a 69 foi a que obteve o maior percentual de citações, dados semelhantes foram obtidos nas pesquisas de Oliveira et al. (2018); Szerwieski et al. (2017) e Pereira et al. (2016). Estudos apontam que pessoas com idade a cima de 35 anos possuem um grande conhecimento a respeito das plantas medicinais, destacando que as pessoas mais velhas são as grandes responsáveis por manter e transmitido esse saber ao longo das gerações (FERNANDES; KRUPEK, 2014).

Ao ser observado a escolaridade dos idosos, todos os participantes referiram ser alfabetizados, sendo que, 1,8% deles relataram apenas saber ler e escrever, enquanto que 9,1% cursou o ensino fundamental incompleto, 10,9% cursou o ensino fundamental completo, 9,1% não concluiu o ensino médio, 27,3% alcançou o ensino médio completo, 7,3% alcançou o nível superior, porém não concluíram, e 34,5% alcançou o ensino superior completo. Então, verificou-se que, o uso de plantas medicinais não está associado a um determinado grau de escolaridade e a maioria dos idosos fazem uso das plantas medicinais com fins preventivos ou

curativos, independentemente do nível de escolaridade, dados semelhantes ao obtido no estudo de Fernandes e Krupek (2014). Tal resultado pode ser explicado pela razão de que nos dias de hoje a busca por produtos naturais e de qualidade por parte de pessoas mais esclarecidas e que buscam uma vida mais saudável, está cada vez mais frequente.

Com relação a renda, cerca de 38,2% recebem até um salário mínimo, 25,4% entre um e dois salários mínimos, 16,4% de dois a três salários mínimos e 20% recebem mais de três salários mínimos. Contudo, apesar da renda familiar não apresentar diferenças significativas, o percentual de idosos que recebem até um salário mínimo se destacou, o que acaba por coincidir com outras pesquisas que revelam que pessoas com a renda mais baixa, são as que mais buscam formas alternativas para tratar enfermidades (LIMA et al., 2014; PEREIRA et al., 2016; SZERWIESKI et al., 2017) (Tabela 1).

**Tabela 1-** Distribuição dos idosos entrevistados conforme o perfil sociodemográfico. Campina Grande-PB, 2019.

VARIÁVEIS	FREQUÊNCIA ABSOLUTA	FREQUÊNCIA RELATIVA
<b>Sexo</b>	Nº	%
Feminino	47	85,5
Masculino	8	14,5
<b>Idade</b>	n	%
60-69	32	58,2
70-79	21	38,2
80 ou +	2	3,6
<b>Grau de Escolaridade</b>	n	%
Sem escolaridade	0	0
Saber ler e escrever (alfabetizado)	1	1,8
Ensino fundamental incompleto	5	9,1
Ensino fundamental completo	6	10,9
Ensino médio incompleto	5	9,1
Ensino médio completo	15	27,3
Ensino superior incompleto	4	7,3
Ensino superior completo	19	34,5
<b>Renda familiar</b>	n	%
Até 1 salário mínimo	21	38,2

Entre 1 e 2 salários mínimos	14	25,4
Entre 2 e 3 salários mínimos	9	16,4
Mais de 3 salários mínimos	11	20
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100</b>

**Fonte:** Dados da pesquisa, UAMA 2019.

Depois de analisar o perfil dos idosos da presente pesquisa e comparar com outros estudos que abordam temas semelhantes, é possível compreender que parte dessa população utilizam as plantas como uma forma de terapia alternativa ou pelo simples fato de apreciarem o uso, assim como também, fazem parte de uma cultura que incentivam o uso de plantas medicinais.

No que diz respeito ao uso dos idosos sobre plantas medicinais, 87,3% afirmaram que fazem uso da terapia alternativa no seu dia a dia, enquanto que 12,7% referiram não utilizar, alegando o fato de não se sentirem bem ao uso ou apenas por não gostarem de utilizar plantas medicinais, sem motivo aparente. A tabela 2, apresenta essa relação.

**Tabela 2-** Relação do número de idosos que fazem uso de plantas medicinais. Campina Grande-PB, 2019.

<b>Uso de plantas medicinais</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Sim	48	87,3
Não	7	12,7
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100</b>

**Fonte:** Dados da pesquisa, UAMA 2019.

Quando observado as espécies de plantas citadas pelos idosos, os mesmo citaram os mais diversos tipos, contemplando um total de 32 espécies, sendo as mais citadas a cidreira (44 citações), o boldo (37 citações), a camomila (31 citações), o capim-santo (30 citações), a romã (27 citações), o alecrim (19 citações), a hortelã (14 citações), o endro (9 citações), a erva-doce (9 citações) e a espinheira santa (4 citações). Outras plantas também foram citadas, como a macela, sabugueiro, mastruço, babosa, alfavaca, canela, malva, pata de vaca, eucalipto, entre outros, porém em menor número. As plantas medicinais mais citadas podem ser vistas na tabela 3, assim como também a fonte a qual os idosos adquiriram tal conhecimento. Entretanto, no gráfico 1 é possível observar a porcentagem das plantas de acordo com número de citações.

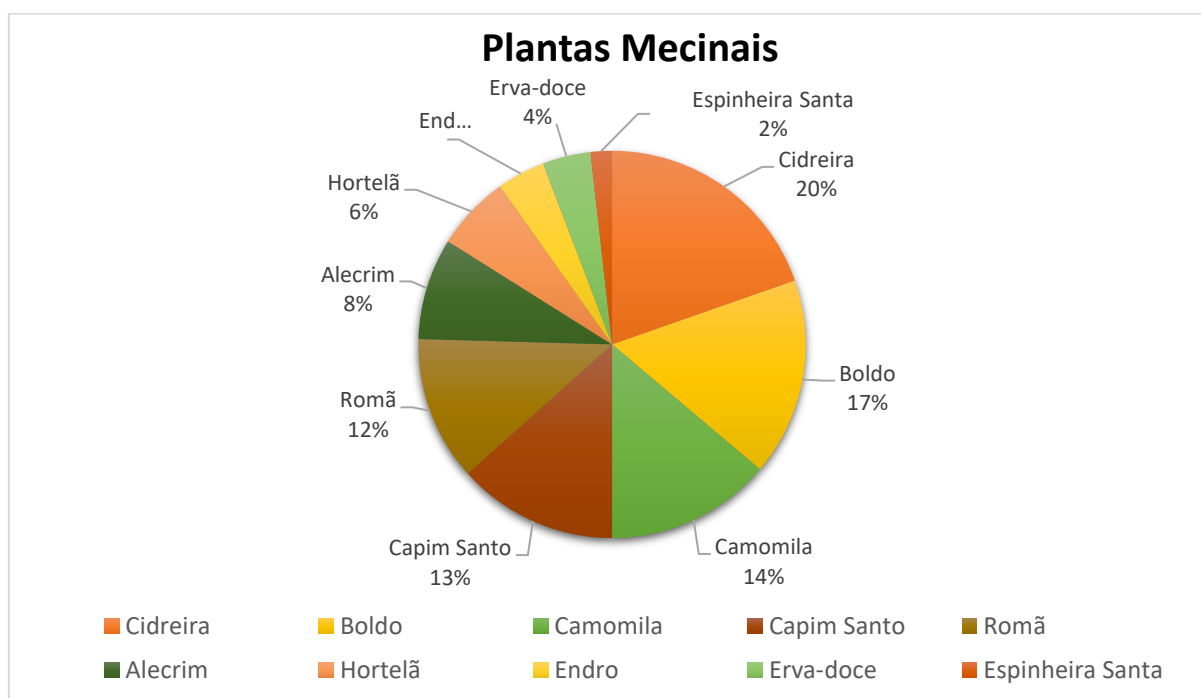


**Tabela 3-** Principais plantas medicinais citadas entre os idosos entrevistados, seguidos do nome científico e número de citações. Campina Grande-PB, 2019.

Planta medicinal (nome popular)	Nome científico	Citação
<b>Cidreira</b>	<i>Lippia alba</i>	44
<b>Boldo</b>	<i>Plectrathus barbatus</i>	37
<b>Camomila</b>	<i>Matricaria chamomilla</i>	31
<b>Capim-santo</b>	<i>Cymbopogon citratus</i>	30
<b>Romã</b>	<i>Punica granatum</i>	27
<b>Alecrim</b>	<i>Rosmarinus officinalis</i>	19
<b>Hortelã</b>	<i>Mentha piperita L.</i>	14
<b>Endro</b>	<i>Anethum graveolens</i>	9
<b>Erva-doce</b>	<i>Foeniculum vulgare Mill</i>	9
<b>Espinheira santa</b>	<i>Maytenus ilicifolia</i>	4

Fonte: Dados da pesquisa, UAMA 2019.

**Gráfico 1-** Principais plantas medicinais citadas pelos idosos conforme percentual de citações.



Fonte: Dados da pesquisa, UAMA 2019.

Sobre o conhecimento adquirido a respeito das plantas medicinais os idosos disseram ter obtido tal conhecimento através dos próprios familiares, amigos, professores da própria UAMA, profissionais da saúde e ainda por meio de pesquisas, sendo que, os familiares tiveram um maior destaque, citados em todas as entrevistas. Dessa forma, observa-se que o uso das plantas medicinais além de ser uma tradição ainda fortemente predominante nessa faixa etária, também faz parte da cultura familiar dos idosos, que é passada de geração em geração. No entanto, pesquisas como a de Fernandes e Krupek (2014), Silva et al. (2015) e Oliveira et. (2018) também obtiveram resultados semelhantes, no qual os idosos entrevistados em suas pesquisas referiram ter obtido o conhecimento sobre uso das plantas medicinais principalmente por meio da cultura familiar.

Entretanto, foi verificado que as plantas de uso comum pelos idosos entrevistados estão entre as Plantas Mediciniais de Interesse ao SUS (RENISUS). Essa relação foi divulgada pelo Ministério da Saúde especificamente em fevereiro de 2009, nesta lista constam as plantas medicinais que apresentam potencial para gerar produtos de interesse ao SUS. Dentre as espécies listadas, constam plantas usadas pela sabedoria popular e confirmadas cientificamente (BRASIL, 2009). Logo, fica claro que apesar do conhecimento empírico que os idosos possuem, eles utilizam as plantas medicinais as quais os efeitos já foram comprovados cientificamente, e que apesar do avanço tecnológico e da grande variedade de medicamentos sintéticos disponíveis na indústria farmacêutica, os idosos ainda utilizam de forma frequente as plantas medicinais.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir do estudo, conclui-se que o uso das plantas medicinais faz parte do dia a dia dos idosos participantes da Universidade Aberta à Maturidade, mediante ao grande número de espécies citadas por eles. Destacando-se que este é um método terapêutico ainda fortemente predominante entre eles, e que a utilização de plantas medicinais por essa população, é influenciado principalmente pela cultura familiar, que é transmitida de geração para geração.

No entanto, a valorização dessa prática terapêutica é de grande relevância, principalmente para a população idosa, visto que ainda nos dias atuais, essa prática é tão comum entre eles. Desse modo, percebemos a importância do profissional de saúde em

realizar ações educativas a respeito do uso de plantas medicinais, de forma que possam sensibilizar os idosos sobre o uso correto, visto que apesar de se tratar de meio natural, assim como as medicações sintéticas, as plantas medicinais também podem ser prejudiciais a saúde quando não utilizadas de forma correta.

## REFERÊNCIAS

ÂNGELO, T.; RIBEIRO, C.C. Utilização de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos por idosos. *Ciência & Desenvolvimento-Revista Eletrônica da FAINOR*, v. 7, n. 1, 2014.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Ministério da Saúde. **Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006**. Aprovação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, Brasília, DF. 03 de maio 2006.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Ministério da Saúde. **Decreto nº 5813, de 22 de junho de 2006**. Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF. 22 de junho de 2006.

BRASIL. Ministério Da Saúde. Portal da Saúde: **Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos**, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Práticas integrativas e complementares: plantas medicinais e fitoterapia na Atenção Básica/Ministério da Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

BRASIL, Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. **Normas para pesquisa envolvendo seres humanos: Resolução nº 196/96**, Brasília, DF, 2012.

FERNADES, K. N.; KRUIPEK, R. A. O uso de Plantas Medicinais por Grupos da Terceira Idade no Município de União da Vitória (PR). **Arquivos do MUDI**, v. 18, n. 3, p. 49-64, 2014.

LIMA et al. Conhecimento e Uso de Plantas Medicinais por Usuários de duas Unidades Básicas de Saúde. **Rev Rene**, v. 15, n. 3, p. 383-90, 2014.

MACHADO, H. L. et al. Pesquisa e atividades de extensão em fitoterapia desenvolvidas pela Rede Fito Cerrado: uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos por idosos em Uberlândia-MG. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v.16, n.3, p.527-533, 2014.

MELO, F. **Envelhecer não é um fardo**. Rio de Janeiro: Radis, v 173, p 22, 2017.

OLIVEIRA, T. L. et al. Utilização de Plantas Medicinais por Idosos em Três Bairros do Município de Conceição do Almeida-BA. **Journal of Biology & Pharmacy and Agricultural Management**, v. 14, n. 2, abr/jun, 2018.

PEREIRA, A. R. A.; VELHO, A. P. M.; CORTEZ, D. A. G.; SZERWIESKI, L. L. D.; CORTEZ, L. E. R. Uso tradicional de plantas medicinais por idosos. **Revista Rene**, v. 17, n. 3, p. 427-434, 2016.

RODRIGUES, W. **Competitividade e mudança institucional na cadeia produtiva de plantas medicinais no Brasil**. Interações, v. 17, n. 2, p. 267–277, 2016.

SILVA, A. B.; ARAÚJO, C. R. F.; MARIZ, S. R.; MENESES, A. B.; COUTINHO, M. S.; ALVES, R. B. S. O uso de plantas medicinais por idosos usuários de uma unidade básica de saúde da família. **Revista Enfermagem UFPE** on line, v. 9, n. 3, p. 7636-7643, 2015.

SILVEIRA, E. A.; VIEIRA, L.; SOUZA, J. D. Elevada prevalência de obesidade abdominal em idosos e associação com diabetes, hipertensão e doenças respiratórias. **Ciênc. saúde coletiva**. Rio de Janeiro, v. 23, n.3, p. 903-912, 2018.

SZERWIESKI, L. L. D. et al. Uso de plantas medicinais por idosos da atenção primária. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v.19, p.1-11, 2017.