

DIÁLOGO COM IDOSOS DE LAGOA SECA/PB SOBRE OS USO DE PLANTAS MEDICINAIS PARA PROBLEMAS DE SAÚDE CRÔNICOS

Ana Carolina Bezerra; Luana da Silva Bezerra; Alfredo Rosas de Lima Junior; Kaline Ligia do Nascimento; Camila Firmino de Azevedo

Universidade Estadual da Paraíba – UEP, Campus II, Lagoa Seca/PB - acbezerra78@gmail.com

Introdução

O Brasil tem vivenciado um processo de envelhecimento demográfico com particularidades que o destacam na escala mundial. Em 2005, o número de pessoas de 60 anos ou mais ultrapassou 18 milhões, correspondendo a quase 10% da população brasileira (IBGE, 2006). Grande parcela dos idosos utilizam plantas medicinais com frequência no tratamento de diversos problemas de saúde, especialmente os crônicos, principalmente por ser de baixo custo e fácil de ser encontrado (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2007). Além disso, o uso tradicional dessas plantas provém de um conhecimento passado de geração em geração e respeitado até os dias de hoje, especialmente pelos idosos.

A utilização de plantas medicinais no tratamento de várias doenças ocorre há milhares de anos. As antigas civilizações já conheciam o poder medicinal de algumas plantas e as cultivavam, repassando os saberes a cada geração. Com o decorrer dos anos e o advento da medicina, este conhecimento passou a ser desvalorizado pelos profissionais de saúde, que começaram a focar o tratamento alopático. Porém, atualmente, a ciência e as políticas de saúde estão buscando restabelecer o uso das plantas medicinais pela população (FEIJÓ et al., 2012). Planta medicinal é definida pela Organização Mundial de Saúde como sendo todo e qualquer vegetal que possui, em um ou mais órgãos, substâncias que podem ser utilizadas com fins fitoterapêuticos ou que sejam precursores de fármacos ou semissintéticos (VEIGA JÚNIOR et al., 2005).

Para o tratamento das doenças crônicas podem ser utilizados medicamentos industrializados; além destes, grande parte da população, principalmente os idosos (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2007), também utiliza preparações caseiras a partir de plantas medicinais, que é uma das formas mais antigas de cura e prevenção de doenças. As doenças crônicas, dentre elas o diabetes e a hipertensão ocorrem com maior frequência no Brasil a partir dos 60 anos (FREITAS e GARCIA, 2012) e proporcionam dificuldades e/ou incapacidade de realizar tarefas do dia a dia (BARBOSA et al.,

2015). Yang e George (2005) explicam que a incapacidade funcional pode ser definida como a inabilidade ou a dificuldade de realizar tarefas que fazem parte do cotidiano e que normalmente são indispensáveis para uma vida independente na comunidade.

Desta forma, o presente trabalho teve como objetivo avaliar o uso de plantas medicinais para o tratamento de problemas de saúde crônicos por idosos de Lagoa Seca – PB e além disso, orientá-los sobre a utilização das mesmas através de ações educativas.

Material e Métodos

As ações educativas foram realizadas com idosos participantes do grupo de convivência da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), pertencente à Universidade Estadual da Paraíba, em Lagoa Seca/PB. Nas ações foram realizadas entrevistas com 35 idosos através da aplicação de questionários sócio comportamentais que abordava principalmente o uso de plantas medicinais para problemas de saúde crônicos. Também foram realizadas palestras educativas abordando temas referentes a problemas crônicos e os respectivos tratamentos utilizados pelos idosos, incluindo os medicamentos de farmácia e/ou plantas medicinais.

Os dados coletados durante a aplicação dos questionários foram analisados a partir de análise estatística descritiva mediante determinação das frequências percentuais observadas nas categorias das variáveis. Para a formação do banco de dados foram tomados os dados obtidos através do preenchimento do questionário, e posteriormente tabulados através do software editor de planilhas Excel, sendo elaboradas tabelas de quantificação das respostas, que foram apresentadas em porcentagem, sendo os dados analisados descritivamente.

Resultados e discussões

As entrevistas foram realizadas com 35 idosos (30 mulheres e 5 homens), com faixas etárias entre 60 a 70 anos (60% dos entrevistados), 71 a 80 anos (28,57%), 81 a 90 anos (8,57%) e entre 91 e 100 anos de idade (2,85%). Destes, 17,5% eram solteiros, 51,42% casados, 22,85% viúvos e 11,42% divorciados. Em relação à escolaridade, 8,57% eram analfabetos, 11,42% eram analfabetos funcionais, 45,71% cursaram até o ensino fundamental I, 17,14% cursaram até o ensino fundamental II, 11,42% concluíram o ensino médio e 5,71% cursaram ensino superior.

Os dados referentes à prevalência de problemas crônicos nos idosos entrevistados estão presentes na Figura 1a. A maioria (97,14%) respondeu apresentava algum problema crônico. Posteriormente foi perguntado quais eram estes problemas (Figura 1b), sendo eles: pressão alta

(65,71%), diabetes (31,42%), colesterol alto (34,28%), dificuldades para dormir (45,71%), problemas nos ossos (68,57%) e depressão (20%). Em seguida, foi questionado quanto ao uso de remédios de farmácia regularmente para os problemas citados (Figura 1c) e a maioria (82,85%) respondeu que utiliza esses remédios. Quando questionados sobre o uso de plantas medicinais para os mesmos problemas, 57,28% respondeu que utilizava e 45,71% que não.

Em uma pesquisa feita por Carreira e Rodrigues (2006) com 29 pessoas que tinham idosos em casa da cidade de Maringá/PR, observou-se que além do uso dos medicamentos alopáticos, os idosos também utilizavam fitoterápicos no tratamento da doença crônica e são convictos ao citar a eficácia das ações terapêuticas dessas condutas. Nunes et al. (2015), em pesquisa realizada com idosos do interior de Pernambuco, revelou que o uso de plantas medicinais para controle da hipertensão arterial foi relatado por 39,5% dos entrevistados, dentre os quais 57,4% faziam uso de uma única espécie medicinal como adjuvante ao tratamento anti-hipertensivo alopático.

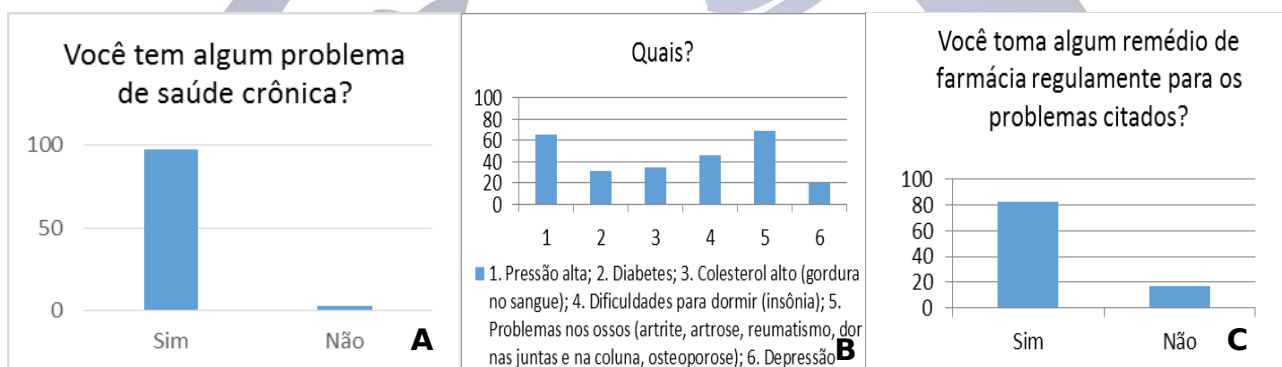


Figura 1. Dados relativos à prevalência e tratamento de problemas de saúde crônicos de idosos de Lagoa Seca/PB. **A.** Você tem algum problema de saúde crônico? **B.** Quais? **C.** Você toma algum remédio de farmácia regularmente para os problemas citados? **D.** Você utiliza alguma planta para os problemas de saúde crônicos?

Os idosos que afirmaram utilizar plantas medicinais para os problemas crônicos (Quadro 1) citaram: chuchu, pepino, erva cidreira, sabugueiro e folha de cana de açúcar para pressão alta; pata de vaca, berinjela, água de quiabo e amora para diabetes; rúcula, chicória e berinjela para colesterol alto; mulungú, amora, alface, folha de laranja, maracujá, erva doce, erva cidreira, canela, hortelã miúda e camomila para dificuldade para dormir; malva-rosa, arnica, laranjeira com quiabo, carqueja, ameixa, gengibre, sucupira e quiabo para problemas nos ossos; e amora para depressão.

Em uma pesquisa feita por Feijó et al. (2012) com 18 idosos da cidade de Pelotas – RS, foram citadas 20 plantas medicinais, dentre as mais citadas para o tratamento da diabetes foram a pata-de-vaca, jambolão, insulina e batata. Nunes et al. (2015) identificou a utilização de 112 plantas

medicinais para hipertensão arterial por 68 idosos de Pernambuco, sendo chuchu, hortelã-miúda, capim-santo, erva-cidreira e pepino as plantas mais citadas para esta doença.

Quadro 1. Plantas medicinais utilizadas para problemas de saúde crônicos por idosos de Lagoa Seca – PB e suas respectivas indicações principais observadas na literatura.

PROBLEMA DE SAÚDE CRÔNICO	PLANTAS UTILIZADAS PELOS IDOSOS	PLANTAS INDICADAS NA LITERATURA
Pressão alta	Chuchu, pepino, erva cidreira, sabugueiro e folha da cana-de-açúcar.	Alho, camomila (SOUSA et al, 2013), arruda, pitanga e capim-santo (LORENZI e MATOS, 2008).
Diabetes	Pata de vaca, berinjela, água de quiabo e amora.	Agrião, cenoura, eucalipto (LORENZI e MATOS, 2008), aroeira, cajueiro-roxo, quixabeira (SOUSA et al., 2013) e berinjela (PILLA et al., 2006).
Colesterol alto (gordura no sangue)	Rúcula, chicória e berinjela.	Alcachofra (LORENZI e MATOS, 2008), alho (SOUSA et al, 2013), berinjela (PILLA et al., 2006) e espinheira-santa (CARVALHO et al., 2008).
Dificuldade para dormir (insônia)	Mulungu, amora, alface, folha de laranja, maracujá, erva-doce, erva-cidreira, canela, hortelã-miúda e camomila.	Camomila (CARVALHO et al., 2008), capim-santo, mulungú (LORENZI e MATOS, 2008), erva-cidreira e erva-doce (SOUSA et al, 2013).
Problema nos ossos (artrite, artrose, reumatismo, dor na coluna, osteoporose)	Malva-rosa, arnica, laranjeira com quiabo, carqueja, ameixa, gengibre, sucupira e quiabo.	Pitanga, pinhão-roxo, louro, limão, laranja, cumarú, babosa, arnica, alecrim (LORENZI e MATOS, 2008) e mastruz PANIZZA, 1997).
Depressão	Amora	Manjerona (CARNEIRO et al., 2014).

Também foi questionado quais eram as plantas medicinais utilizadas pelos idosos para outros problemas de saúde, entre elas estão: eucalipto, hortelã-miúda, mastruz, malva-rosa, alecrim, limão, sabugueiro, alho, juá, aluman e espinho de cigano para problemas respiratórios; babosa, cajueiro roxo, leite de peão e aroeira para ferimentos; boldo, saião, sucupira, goiaba, erva cidreira, couve e erva doce para problemas no estômago; erva cidreira, capim-santo, pitanga, goiaba, boldo, louro e hortelã para dor de barriga; mamão, suco de laranja, alface-roxo, erva-doce, amora e ameixa para dificuldade de defecar; folha de mamona, hortelã-miúda e laranja para dores de cabeça; e quebra-pedra e folha do abacate para pedra nos rins.

Em uma pesquisa feito por Badke et al. (2011) com pessoas de diferentes idades do município do Rio Grande do Sul – RS, ao se questionar sobre como foi o resultado da utilização das plantas medicinais para diferentes problemas de saúde, todos relataram que tiveram resultados

positivos, com a melhora esperada. Seis dos dez entrevistados mencionaram terem tido resultados praticamente imediatos (considerado uma variação entre o momento do uso até duas horas após).

Também foi realizada uma palestra com o objetivo de orientar os idosos quanto à utilização de plantas medicinais para diversos problemas de saúde, principalmente os crônicos citados na entrevista (Figura 2). Foi dada ênfase à utilização e forma de preparo correto das plantas que os idosos haviam informado fazerem uso, ocasião na qual houve um grande interesse no tema e interação dos participantes, assim como já relatado em outros trabalhos (BARBOSA et al., 2015; PEREIRA et al., 2016; OLIVEIRA e ARAÚJO, 2007), que puderam contar suas experiências e esclarecer as dúvidas sobre o tema.



Figura 2. Palestra sobre utilização de plantas medicinais.

Conclusão

Os problemas de saúde crônicos estão aumentando cada vez mais na população, principalmente nos idosos e uma das formas de amenizar esses problemas são com plantas medicinais, no entanto é importante que haja orientação para evitar problemas de saúde decorrentes do uso não racional dessas plantas.

Referências Bibliográficas

BADKE, M. R. et al. Plantas medicinais: o saber sustentado na pratica do cotidiano popular. Escola Anna Nery. v. 15. n. 1, p. 132-139, 2011.

BARBOSA, L. S. et al. Uso de plantas medicinais para o tratamento de problemas de saúde crônicos por idosos de Campina Grande – PB. IV CIEH, v. 2, n. 1, 2015.

CARNEIRO, F.M. et al. Tendências dos estudos com plantas medicinais no Brasil. Revista Sapiência. v. 3, n. 2, p. 44-75, 2014.

- CARREIRA, L.; RODRIGUES, R. A. P. Estratégia da família utilizada no cuidado ao idoso com condição crônica. *Ciência, cuidado e saúde*, v. 5, supl., p. 119-126, 2006.
- CARVALHO, A.C.B. et al. Situação do registro de medicamentos fitoterápicos no Brasil. *Revista Brasileira de Farmacognosia*, João Pessoa, v. 18, n. 2, p.314-319, 2008.
- FEIJÓ, A. M. et al. Plantas medicinais utilizadas por idosos com diagnóstico de Diabetes mellitus no tratamento dos sintomas da doença. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v.14, n.1, p.50-56, 2012.
- FREITAS, L.R.S.; GARCIA, L.P. Evolução da prevalência do diabetes e deste associado à hipertensão arterial no Brasil. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*. v. 21, n. 1, p. 07-19, 2012 .
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Síntese de indicadores sociais 2006. Rio de Janeiro: 2006. (Estudos & Pesquisas - Informação demográfica e socioeconômica, 19). Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br>>. Acesso em: 04 jul. 2015.
- LORENZI, H.; MATOS, J.C. *Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas*. 2 ed. Nova Odessa: Plantarum, 2008. 512 p.
- NUNES, M.G.S. et al. Uso de plantas medicinais por pessoas com hipertensão. *Revista Rene*. V. 16, n. 6, p. 775-81, 2015.
- OLIVEIRA, C.J.; ARAÚJO, T.L. Plantas medicinais: usos e crenças de idosos portadores de hipertensão arterial. *Revista Eletrônica de Enfermagem*. v. 9, n. 1, p. 93-105, 2007.
- PANIZZA, S. *Plantas que curam: cheiro de mato*. 2. ed. São Paulo: Ibrasa, 1997.
- PEREIRA, A.R.A. Uso tradicional de plantas medicinais por idosos. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*. v. 17, n. 3. p. 427-34, 2016.
- PILLA, M.A.C. et al. Obtenção e uso das plantas medicinais no distrito de Martim Francisco, Município de Mogi-Mirim, SP, Brasil. *Acta Botânica Brasílica*, n. 20, v. 4, p. 789-802. 2006.
- RODRIGUES, V. E. G.; CARVALHO, C. D. A. Levantamento etnobotânico de plantas medicinais no domínio do cerrado na região do Alto Rio Grande – Minas Gerais. *Ciência Agrotécnica*, v. 25, n.1, p. 102-123, 2001.
- SOUSA, A.A. et al. *Plantas medicinais em enfermagem e os saberes populares*. São Paulo, 2013. 168 p.
- VEIGA JUNIOR, V. F. et al. Plantas medicinais: cura segura? *Química Nova*, v. 28, n. 3, p. 519-528, 2005.
- YANG, Y.; GEORGE, L. K. Functional disability, disability transitions, and depressive symptoms in late life. *J Aging Health*, v. 17, p. 263-92, 2005.