

PROJETO DE EXTENSÃO ALEITAMENTO MATERNO E USO DE PLANTAS MEDICINAIS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Fagner Arruda de Lima (1); Karyanna Alves de Alencar Rocha (2); Alison de Oliveira Silva (3); Daniel Alves de Oliveira (4); Cristina Ruan Ferreira de Araújo (5).

(1) *Discente de Enfermagem e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; fagnerlim@hotmail.com;*

(2) *Discente de Enfermagem e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; kary.aar@hotmail.com*

(3) *Discente de Enfermagem e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; alisonsilvaass1@hotmail.com*

(4) *Discente de Medicina e Bolsista do Pet Conexões e Saberes Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; daniel_oliveira_@live.com*

(5) *Prof. Dra. dos cursos de Enfermagem e Medicina e Tutora do Pet Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande; profcristinaruan@gmail.com.*

RESUMO: O uso de plantas medicinais é uma prática comum no Brasil. Entretanto, a utilização de plantas de forma indiscriminada e sem acompanhamento de um profissional capacitado pode ser associado a agravos à saúde. Sabe-se que nos primeiros meses de vida é fundamental conhecer os riscos do uso de substâncias que podem provocar algum efeito adverso, mas também é de extrema importância reforçar o que favorece o desenvolvimento da criança: o leite materno. O aleitamento materno proporciona também vantagens para as mães, visto que a amamentação possibilita a involução uterina e o retorno ao peso anterior à gestação de forma mais rápida; ajuda a reduzir o sangramento pós-parto e, conseqüentemente, reduz a incidência de anemia; diminui o risco de câncer de mama, de certos cânceres ovarianos e certas fraturas ósseas. Entende-se que a atuação de futuros profissionais de saúde nas práticas educativas seja uma forma de contribuição com a apreensão de conhecimentos científicos. O presente estudo tem abordagem descritiva e natureza qualitativa na modalidade de relato de experiência, desenvolvido a partir da vivência dos alunos de Enfermagem, Medicina e Psicologia membros do PET – Fitoterapia com usuárias de uma maternidade pública que participaram de um projeto de extensão que teve por objetivo sensibilizar a população quanto à importância da amamentação exclusiva e aos riscos do uso de plantas medicinais em crianças de 0 a 2 anos de idade.

Palavras-chave: Extensão Universitária, Aleitamento, Plantas medicinais.

INTRODUÇÃO

O uso de plantas medicinais é uma prática comum no Brasil. Entretanto, a maioria da população não possui informações sólidas acerca do uso e manipulação das

mesmas, o que pode potencializar os riscos que a ingestão ou oferta de chás nas proporções indevidas podem ocasionar ao indivíduo.

Mesmo sabendo que as plantas medicinais já se faziam presentes no dia a dia

popular, nos últimos anos o interesse pela fitoterapia teve um notório aumento entre os usuários (ROSA et. al, 2011). A propagação das práticas com plantas medicinais deve-se ao custo elevado e os frequentes efeitos colaterais da medicina tradicional. Entretanto, a utilização de plantas de forma indiscriminada e sem acompanhamento de um profissional capacitado pode ser associado a agravos à saúde de crianças portadoras de enfermidades de base ou danos primários a indivíduos saudáveis (ALVIN, 1997; RANG; DALE, 2001).

Considerando a relevância do aleitamento materno para a população, entendemos que o benefício do aleitamento exclusivo se reveste de importância, uma vez que, nesse processo se estabelece uma relação entre mãe e filho de base sólida. O ato da amamentação significa mais do que garantir a saúde da criança em seus primeiros meses de vida, mas um ato de demonstração de afeto que contribui para o fortalecimento de vínculo como bebê, contribuindo para que a criança tenha um bom desenvolvimento e se torne um adulto saudável (QUEIROS; OLIVEIRA; MARTINS, 2009).

Observando o atual contexto da literatura, é possível perceber que muitas mães ou cuidadoras recorrem ao uso de chás ou preparos com plantas para reduzir sintomas de algumas afecções, mesmo em

crianças em período de aleitamento e/ ou menores de 2 anos de idade, o que pode desencadear efeitos indesejados quando faltam informações adequadas sobre o uso.

Sabe-se que nos primeiros meses de vida é fundamental conhecer os riscos do uso de substâncias que podem provocar algum efeito adverso, mas também é de extrema importância reforçar o que favorece o desenvolvimento da criança: o leite materno.

O Ministério da Saúde apresenta o leite materno como um alimento completo para o início da vida, uma vez que possui vitaminas, minerais, gorduras, açúcares e proteínas, em proporções apropriadas para o bebê (BRASIL, 2012).

O aleitamento materno proporciona também vantagens para as mães, visto que a amamentação possibilita a involução uterina e o retorno ao peso anterior à gestação de forma mais rápida; ajuda a reduzir o sangramento pós-parto e, conseqüentemente, reduz a incidência de anemia; diminui o risco de câncer de mama, de certos cânceres ovarianos e certas fraturas ósseas.

Entende-se que a atuação de futuros profissionais de saúde nas práticas educativas seja uma forma de contribuição com a apreensão de conhecimentos científicos necessários à adoção de hábitos de promoção da saúde e, ainda, promove a participação cidadã.

Desta forma, entendeu-se como pertinente e necessário o relato de experiência no desenvolvimento de um projeto de extensão, que teve por objetivo sensibilizar a população quanto à importância da amamentação exclusiva e aos riscos do uso de plantas medicinais em crianças de 0 a 2 anos de idade.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de abordagem descritiva e natureza qualitativa na modalidade de relato de experiência, desenvolvido a partir da vivência dos alunos de Enfermagem, Medicina e Psicologia membros do Programa de Educação Tutorial (PET) / Conexões de Saberes - Fitoterapia, Vinculado no Centro de Ciências Biológicas e da Saúde/CCBS da Universidade Federal de Campina Grande/UFCG com usuárias de uma maternidade pública na cidade de Campina Grande - PB que participaram do projeto de extensão “A IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO E OS RISCOS DO USO INADEQUADO DE PLANTAS MEDICINAIS EM CRIANÇAS DE 0 A 2 ANOS”. São descritas atividades desenvolvidas no período de julho a agosto de 2015, sendo o primeiro ano do projeto.

As rodas de conversa constituíram um método de participação coletiva em debates

com uma temática estabelecida, através da criação de espaços e de diálogos, nos quais as participantes puderam se expressar e, sobretudo, escutar as outras mães. Teve-se como intuito motivar a autonomia dos sujeitos por meio da problematização, da socialização de saberes e da reflexão voltada para a ação.

Este estudo foi fundamentado na literatura disponível referente à temática, bem como manuais e políticas do Ministério da saúde que tratam da temática para subsidiar as atividades que foram desenvolvidas nos encontros.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com seres humanos do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC), aprovado pelo protocolo número 42319215.1.0002.5386.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As Atividades da Extensão

O projeto de extensão teve sua idealização a partir de um levantamento realizado pelo Sistema Nacional de Informações Tóxico-Farmacológicas (Sinitox), onde foi constatado que em apenas um ano foram registrados no Brasil mais de 80 mil casos de intoxicações e, em quase 25% das notificações, as vítimas tinham até 5 anos (FIOCRUZ, 2007). Deste modo, buscamos oferecer um suporte ao público feminino no

que tange à prática de amamentação, a fim de reduzir os riscos de intoxicação infantil que é bastante comum pelo uso inadequado de plantas medicinais nessa fase da vida.

Participam das atividades do projeto de extensão 43 puérperas, 8 alunos sendo eles: 4 do curso de Enfermagem, 3 do Curso de Psicologia e 1 do curso de Medicina, sendo todos bolsistas do PET - Fitoterapia. As atividades foram realizadas na sala de palestras da CLIPSI Hospital Geral, onde diariamente são realizadas palestras que incentivam o aleitamento materno, no momento foram disponibilizados materiais informativos as participantes e profissionais presentes.

A primeira parte dos encontros tinha caráter explanatório e introdutório, visou-se abordar a introdução do projeto de extensão, bem como construir em conjunto melhoramentos quanto as nossas propostas em consonância com os objetivos específicos explicitados no mesmo, a saber: desenvolver ações que sensibilizem as gestantes atendidas na Clips aos riscos do uso inadequado de determinadas plantas medicinais.

Consideramos as rodas de conversa como um método de participação coletiva em debates com uma temática estabelecida, através da criação de espaços e de diálogos, nos quais os sujeitos puderam se expressar e, sobretudo, escutar os outros. Envolvendo

assim um conjunto de trocas de experiências, conversas, discussão e divulgação de conhecimentos entre os envolvidos nesta metodologia (NASCIMENTO; SILVA, 2009).

Os Encontros com as Puérperas

O presente trabalho foi realizado no Hospital Geral CLIPSI, localizado em Campina Grande – PB. Tendo a extensão universitária caráter educativo, cultural e científico, articulando-se com o ensino e a pesquisa de forma indissociável, abordaram-se temas relacionados ao uso de plantas medicinais e seus riscos em crianças de 0 a 2 anos, assim como reforçando o estímulo à amamentação exclusiva.

O início de cada encontro se dava pelo desenvolvimento da dinâmica do Toque. Tinha como proposta: aproximar as mães ali presentes – entre si, entre ela e nós e, além disso, elas e seus bebês. Abordava-se nesse momento a importância da amamentação de um ponto de vista do sentimento/vínculo, do toque e do olhar.

Para continuar, o foco da discussão voltava-se para os valores nutricionais que tem a amamentação. As mães eram estimuladas, com indagações como: “O que tem no leite que é tão importante para a criança?” Diante das poucas respostas e da

aparente reação de dúvida das mães, tentamos junto ao que foi por elas referido construir informações sobre o leite materno.

Foram ainda indagadas, sobre o que elas ouviam falar sobre o leite materno e as respostas obtidas vão de encontro aos mitos relatados na literatura pelos quais as mães deixam de amamentar o bebê. Algumas mencionaram:

(1) *“Leite fraco”*

(2) *“Só leite não enche barriga”*

Na tentativa de desconstruir essa ideia foram apresentados estudos e políticas do Ministério da saúde que mostravam o poder nutricional do leite, após a exposição, as mães apresentavam maior compreensão e credibilidade às informações.

A parti desse momento da atividade extensionista, teve como objetivo trazer a Fitoterapia para o espaço de discussão e abordar sobre a utilização racional de chás durante a amamentação. Por se sentirem a vontade com o tema, percebeu-se a participação mais ativa das mães. Elas mencionaram utilização de chá, fosse com intuito terapêutico ou gastronômico. Uma das participantes relatou:

(1) *“Eu tomo muito. Teve dia de tomar um bocado de vezes... aí fiquei pesadona... mas eu gostei. Só assim dormi (risos)”*

A resposta da participante e a própria reação do grupo, incitou a uma discussão pontual: os cuidados com a administração desses chás e a ideia de que porque é natural, não faz mal. Alertou-se para o uso adequado e, mais que isso, alertou para o uso de chás por mulheres em período gestacional.

Finalizamos com abertura para que outras dúvidas fossem sanadas. As participantes eram instigadas a falar sobre o momento pelo qual acabaram de participar e algumas relatam:

(1) *“momentos como este são muito importante para nós, porque muitas vezes não sabemos de nada e alguém fala e não entendemos... com vocês a gente entendeu”*

(2) *“sugiro que vocês perguntem mais pra que a gente se sinta ainda mais a vontade”*

CONCLUSÕES

A atividade realizada foi de grande valia para todas as mães presentes em cada encontro, pois é (também) a partir de momentos como estes que o conhecimento e a informação chegam a quem mais interessa: a sociedade. Muitas mães não tinham nenhum contato com tais discussões e, com elas, puderam apreender questões que levarão – a partir da fala das mesmas – consigo. Foi observando o olhar e o sorriso de cada uma, ao final de cada encontro, que pudemos

constatar que a extensão propiciou a troca de saberes e deu maior segurança para as mães ali presentes. Além disso, Por meio da concretização do mesmo, foi verificado que os acadêmicos tiveram a oportunidade de aprofundar o conhecimento sobre a amamentação e temas afins.

A abordagem da importância da amamentação e os cuidados com o uso de plantas medicinais pela extensão universitária, possibilitou a promoção e o incentivo ao aleitamento e uso racional de plantas e a interação universidade e comunidade. Além disso, a realização de um processo dialético de teoria e prática, através do trabalho interdisciplinar, com a participação de graduandos de Enfermagem, Medicina e Psicologia propiciou o desenvolvimento de uma consciência social e política importante para a formação de profissionais cidadãos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVIN. A. A enfermagem e as práticas naturais de saúde: um estudo de representações docentes. Rio de Janeiro: Graflin, 1997.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde Promovendo o Aleitamento Materno. 2a ed. Brasília: 2012

Fundação Oswaldo Cruz/Centro de Informação Científica e Tecnológica/Sistema Nacional de Informações Tóxico-Farmacológicas

(FIOCRUZ/CICT/SINITOX). Estatística Anual de Casos de Intoxicação e Envenenamento. Brasil, 2000. Rio de Janeiro, p.19-38.2007.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. São Paulo: Atlas, p. 46 – 58, p. 114, p. 120,1991.

NASCIMENTO, M. A. G.; SILVA, C. N. M. Rodas de conversa e oficinas temáticas: experiências metodológicas de ensino-aprendizagem em geografia. In: Encontro Nacional de Prática de Ensino em Geografia, 10, 2009.

QUEIROS. Pollyanna de Siqueira, OLIVEIRA, Lorhany Rodrigues Batista de, MARTINS, Cleusa Alves. Elementos que interferem na amamentação exclusiva: percepções de nutrízes. Revista de Salud Pública, (XIII) 2 : 6-14, dic. 2009.

RANG, H. P.; DALE, M. M. Farmacologia. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 703, 2001.

ROSA R.; MARTINS F.E.; GASPERI B.L.; MONTICELLI M.; SIEBERT E.R.C.; MARTINS N.M. Mãe e filho: os primeiros laços de aproximação. Esc Anna Nery Rev Enferm.V. 14. n. 1. p. 105- 112. Jan/Mar 2010.