

O RELÓGIO MEDICINAL DO CORPO HUMANO: UM ENLACE ENTRE O CONHECIMENTO POPULAR E ACADÊMICO

Marcio Rossato Badke

Silvana Bastos Cogo

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), E-mail: marciobadke@gmail.com

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), E-mail: silvanabastoscogo@gmail.com

INTRODUÇÃO

O uso das plantas medicinais data da época em que o ser humano foi tendo que encontrar na natureza formas para solucionar seu problema, se curar de doenças, fortalecer o metabolismo, aliviar dores, para tratar de picadas de animais e até mesmo prevenir complicações de saúde que poderiam afetá-lo nas tarefas que precisaria desenvolver diariamente, como caçar e cuidar dos filhos (ALVIM *et al.*, 2006). Assim, as plantas eram usadas de diversas maneiras e preparos, conforme se descobria sua atividade terapêutica. Essa prática foi sendo passada verbalmente de geração em geração, desde a formação dos povos, até os tempos atuais (BADKE *et. al.*, 2012).

Com o avanço das pesquisas na área medicamentosa, a população em geral foi diminuindo o costume de cultivar plantas com vistas a utilizá-las como tratamento, devido a facilidade e praticidade de comprar medicamentos (BENDAZZOLI, 2000), à falta de incentivos sobre o uso de práticas integrativas e complementares, e até à falta de embasamentos científicos na área, situação esta que está sendo revertida gradativamente nos dias atuais.

Mesmo que a prática de usar plantas medicinais para tratamentos de males no nosso organismo esteja as vezes desvalorizada, ainda permanece intrínseca às margens do mercado de saúde. E vem retomando espaço, seja com os novos estudos, a disponibilidade de recursos naturais no Brasil, com a aceitação das populações, a procura por métodos de saúde que tenham menos, ou não tenham efeitos colaterais e pela criação de políticas públicas de incentivo às práticas integrativas (Heisler, 2015).

Em 2009, o Ministério da Saúde divulgou a Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS (Rennisus), onde estão presentes 71 espécies vegetais usadas já pelo conhecimento popular e aprovadas cientificamente (BRASIL, 2009). Em 2010 a Resolução - RDC nº 10, de 9 de março de 2010 que dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de

Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências (BRASIL,2010). Atualmente a Resolução da Diretoria Colegiada- RDC n ° 84 de 17 de junho de 2016, que aprova o Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira e dá outras providências (BRASIL,2016).

As plantas medicinais podem ter seus potenciais de ação alcançados de diversas maneiras de preparação, utilizando-as como chás, remédios caseiros, compressas, pomadas, temperos e xaropes. Porém, pela enorme variedade de espécies, assim como pela possibilidade de confusão morfológica das características das plantas e a diversa gama de modos para aplicação, torna-se importante a necessidade de aprimorar cada vez mais os conhecimentos em relação ao assunto.

A importância dos saberes e usos populares das plantas é interligada com o conhecimento acadêmico que se apropria deles. De forma que, foram-se investigando as plantas de acordo com o que a sociedade reconhecia como útil para tratar ou aliviar os sintomas de determinada doença. Assim, começa-se a estudar qual o princípio ativo da planta, como ela funciona melhor, de que forma ela atua dentro do nosso organismo e se traz o conhecimento científico, validando o saber bruto popular. (BITTENCOURT, 2001).

A Organização Mundial da Saúde, na Declaração de Alma-Ata, realizou a preconização do estudo acadêmico das plantas consideradas medicinais para a validação com segurança e eficácia de seu uso (NUNES, MACIEL E LIMA, 2015). E dentre os profissionais respaldados para atuar na área, se encontra o enfermeiro, com grande função no grupo de atuação das Práticas Integrativas e Complementares, executando o trabalho neste meio de diversas maneiras. Infelizmente, ainda se vê desconhecimento sobre essa função, e, muitas vezes, uma forma de descrença em relação aos resultados do uso das plantas para fins curativos ou de alívio, prejudicando o crescimento da atuação do enfermeiro nestes cuidados.

Diante do exposto, este trabalho tem como objetivo a criação de um relógio medicinal do corpo humano, com intuito de incentivar a pesquisa sobre o uso das plantas medicinais, demonstrar a importância desse conhecimento e propiciar respaldo para maiores estudos sobre a temática, fomentando que a enfermagem, juntamente com outros profissionais da saúde, se aproprie das práticas integrativas e complementares de saúde, e possa esclarecer as dúvidas dos usuários e divulgar o uso com segurança, tendo como foco o uso terapêutico das plantas medicinais.

METODOLOGIA

Será realizado em um espaço público da Vila Bilíbio, no município de Santa Maria no Rio Grande do Sul, entre agosto de 2017 a dezembro de 2018. A cidade de Santa Maria é considerada

uma cidade média, com 277.309 habitantes, de acordo com a estimativa realizada em 2016, pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Recebe a denominação de cidade universitária, esta realidade propicia a estalagem de diversos jovens que permanecem por tempos indeterminados, alguns acabam fixando residência na cidade devido às possíveis ofertas de emprego (SANTA MARIA EM DADOS, 2017).

A Vila Bilibio é uma unidade residencial abrangida pelo bairro Km3, em Santa Maria/RS, onde será implantado o Relógio Medicinal do Corpo Humano. Historicamente, a Vila Bilibio teve seus primeiros residentes devido a construção da barragem do Arroio Vacacaí-Mirim, onde os trabalhadores vinham devido à construção da barragem e as famílias iam se fixando no local, até que, aos poucos, foi formada a comunidade da Vila Bilibio (REIS e ROBAINA, 2009).

Será escolhido o local dentro de um espaço público da vila, demarcadas as dimensões para a implantação do relógio e será realizada a preparação da terra, com adubos orgânicos. Após a preparação da terra, se iniciará a formação dos canteiros, utilizando como divisórias para demarcação garrafas pet recolhidas anteriormente com os moradores da vila Bilibio. Para a implantação, será utilizada a metodologia de trabalho baseada no relógio do corpo humano, buscando associar o uso popular de algumas plantas medicinais aos horários nos quais determinados órgãos do corpo humano apresentam maior atividade, de acordo com a medicina tradicional chinesa. Neste, em cada uma das divisões do relógio será introduzida uma, duas ou três plantas medicinais (com uso referendado na literatura científica) que auxiliam no tratamento dos problemas de saúde.

O relógio medicinal do corpo humano segue a ordem dos meridianos por onde a energia vital percorre dentro do organismo, atingindo o pico máximo de funcionamento em horários estabelecidos, sendo eles: da uma hora às 3 horas – fígado, com as plantas: alcachofra (*Cynara scolymus* L.) e picão (*Bidens pilosa* L.); das 3 às 5 horas – pulmão, com as plantas: pulmonária (*Stachys byzantina* K. Koch) e violeta de Jardim (*Viola odorata* L.); das 5 às 7 horas – intestino grosso, com as plantas: linhaça (*Linum usitatissimum*) e tansagem (*Plantago major* L.); das 7 às 9 horas – estômago, com as plantas: hortelã (*Mentha x piperita* L.), manjericão (*Ocimum gratissimum* L.) e gengibre (*Zingiber officinale* Roscoe); das 9 às 11 horas – baço/pâncreas, plantas: pariparoba (*Piper dilatatum* Rich.) e sete sangrias (*Cuphea carthagenensis* (Jacq.) J.Macbr.); das 11 às 13 horas – coração, planta: alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.); das 13 às 15 horas – intestino delgado, plantas: mil em rama (*Achillea millefolium* L.) e funcho (*Foeniculum vulgare* Mill.); das 15 às 17 horas – bexiga, plantas: cavalinha (*Equisetum arvense* L.) e malva (*Malva sylvestris* L.); das 17 às

19 horas – rins, plantas: carqueja (*Baccharis trimera* (Less.) DC.) e quebra-pedra (*Phyllanthus niruri* L.); das 19 às 21 horas – circulação, plantas: alcanfor/cânfora (*Artemisia camphorata* Vill) e hortelã (*Mentha* sp); das 21 às 23 horas – sistema digestivo/respiratório/excretor, planta: sálvia (*Salvia officinalis* L.); e das 23 à uma hora – vesícula biliar, com as plantas: bardana (*Arctium lappa* L.) e dente-de-leão (*Taraxacum officinale* F.H. Wigg.). Ainda, no centro do relógio, ficará o sistema epitelial, com as plantas: babosa (*Aloe vera* (L.) Burm. f.) e calêndula (*Calendula officinalis* L.).

Para identificar os órgãos e fortalecer o caráter didático, plaquetas de madeira, com o nome correspondente à cada órgão, serão colocadas nos canteiros. Quanto aos cuidados na hora de identificar as plantas, serão colocadas plaquetas contendo o nome popular da planta, o nome científico e o nome da família, de forma que cada planta fique individualizada, evitando acidentes de confusão entre o uso, a semelhança e a denominação que a planta recebe.

A segurança quanto à dosagem para se atingir benefícios ou toxicidade, quanto as partes das plantas que serão utilizadas e de que forma podem ser preparadas, é um fator pensado para fortalecer a metodologia de caráter didático do projeto, de forma que se possa realizar educação em saúde baseada nos conhecimentos singulares, populares e acadêmicos. A este respeito, o embasamento acadêmico seguirá a Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS (Renuis), as indicações conforme a Resolução - RDC nº 10, de 9 de março de 2010, e a Resolução da Diretoria Colegiada- RDC nº 84 de 17 de junho de 2016 (BRASIL, 2009; BRASIL, 2010; BRASIL, 2016).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com a elaboração do relógio medicinal do corpo humano, espera-se que a comunidade se sinta coparticipante do projeto, para que possa usufruir dos benefícios trazidos pelas plantas cultivadas e possa dar continuidade aos cuidados que o horto necessita. Como resultado, ainda, espera-se que a população adquira novos conhecimentos, e perceba o quão responsável cada um é pelos próprios hábitos de vida e cuidados em saúde, de forma individual e subjetiva, o que deve fomentar o autocuidado. Espera-se, também, com a execução do projeto de extensão, a criação de um espaço didático multidisciplinar aberto a visitas, que possibilite a aproximação entre o saber popular e acadêmico, respeitando as diferenças socioeconômicas e culturais.

Destaca-se a importância do projeto quanto ao quesito de educação em saúde, na qual poderemos estar proporcionando que se conheça as plantas utilizadas para o tratamento de cada

órgão do corpo humano. Dessa forma, também, ficará especificado as plantas já reconhecidas cientificamente que podem ser utilizadas nos cuidados à saúde humana.

Atividades multidisciplinares poderão ser realizadas, podendo se tornar um ponto de estudo para diversas áreas de conhecimento, além de fortificar as bases e ampliar os estudos sobre o uso terapêutico de plantas medicinais. Que este espaço, seja um importante instrumento educativo e transformador no cuidado à saúde humana.

CONCLUSÕES

Percebemos que já se tem fortes embasamentos científicos que comprovem a eficácia das plantas medicinais como formas de curar, tratar e aliviar sintomas e problemas que afetam ao organismo humano. Ao realizar a implantação do relógio medicinal do corpo humano, estaremos possibilitando uma ampliação dos saberes acerca do uso terapêutico das plantas medicinais, assim como fortalecendo a educação em saúde neste aspecto.

Almeja-se que os resultados alcancem toda a comunidade, afim de que esta prática integrativa e complementar seja bem utilizada, trazendo todos os benefícios a que dispõe e atinja também os profissionais de saúde, como uma estratégia de fortificar as ações relacionadas ao uso benéfico das plantas, possibilitando que se tornem mais palpáveis as atuais políticas públicas que fomentam o uso das plantas medicinais como uma estratégia para evitar que se prossiga neste rumo puramente farmacológico e muitas vezes centrado no modelo da medicina alopática. Também que a comunidade se sinta melhor compreendida e atendida, sendo levado em consideração seus aspectos culturais, sociais e demográficos da população em questão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVIM, N.A.T.; *et.al.* O uso de plantas medicinais como recurso terapêutico: das influências da formação profissional às implicações éticas e legais de sua aplicabilidade como extensão da prática de cuidar realizada pela enfermeira. **Rev. LatinoAm. Enf.** 14(3): 147-151. 2006.
- BADKE, M.R.; *et al.* Saberes e práticas populares de cuidado em saúde com o uso de plantas medicinais. **Texto e Cont. Enfermagem**, 21(2): 363-370. 2012.
- BENDAZZOLI, W.S. Fitomedicamentos: perspectivas de resgate de uma terapia histórica. **Mundo Saúde**, 24(2): 123-126. 2000.

BITTENCOURT, S. C. **Plantas Medicinais: Entre o Conhecimento Popular e o Conhecimento Científico – Estudo de Caso de dois Laboratórios de Produção de Fitoterápicos.** Florianópolis, 2001.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e estatística IBGE. **Cidades @: Informações estatísticas de Santa Maria.** Disponível em: <<http://ibge.gov.br/cidadesat/xtras/perfil.php?lang=&codmun=431690&search=rio-grande-do-sul|santa-maria>>. Acesso em 02 jun. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa.** Resolução da Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária 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. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2010/res0010_09_03_2010.html>. Acesso em 08 jan. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa.** Resolução da Diretoria Colegiada - RDC n ° 84, de 17 de junho de 2016. Aprova o Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira e dá outras providências. Brasília: Anvisa., Ministério da Saúde. 1ª Edição, 2016. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33832/2909630/Memento+Fitoterapico/a80ec477-bb36-4ae0-b1d2-e2461217e06b>>. Acesso em 29 jan. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde: **Plantas de Interesse ao SUS.** 2009. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/saude/profissional/visualizar_texto.cfm?idtxt=30277&janela=1>. Acesso em 17 set. 2012.

HEISLER, E.V. **Saberes e práticas populares no cultivo de horto medicinal.** 2015. 85 p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS, 2015.

NUNES, J. D.; MACIEL, M. V.; LIMA, J. P. **A Enfermagem e os Cuidados no Uso das Plantas Medicinais.** Mossoró, 2015.

REIS, J. T.; ROBAINA, L. E. S. Áreas de risco: o caso da Vila Bilibio. **Ciência e Natura**, UFSM, 2009.

SANTA MARIA EM DADOS. **Bairros, Distritos e Regiões Administrativas.** In: Agência de Desenvolvimento de Santa maria, 2017. Disponível em: <<http://santamariaemdados.com.br/1-aspectos-gerais/1-4-bairros-distritos-e-regioes-administrativas/>>. Acesso em 04 jun. 2017.