

Título: Plantas medicinais como tratamento alternativo na recuperação da saúde.

Nome do aluno: Andreza Katiucia Batista

Nome do Orientador: Ariete Ramirez

Introdução:

Segundo GASPAR (2013, p. 65) “O uso de plantas como medicamento é provavelmente tão antigo quanto o aparecimento do próprio homem. A preocupação com a cura de doenças sempre se fez presente ao longo da história da humanidade”.

Bem antes do surgimento da escrita, o homem já utilizava ervas para fins alimentares e medicinais. Buscando as espécies vegetais mais apropriadas para sua alimentação ou para cura de seus males, nossos ancestrais foram descobrindo as que serviam para se alimentar, se medicar, as que eram venenosas e as que causavam efeitos alucinógenos (GASPAR, 2013).

Segundo SOSSEA (2015, p. 101) “Um tratado médico datado de 3.700 a.C., escrito pelo imperador chinês Shen Wung, é um dos mais antigos documentos conhecidos sobre as propriedades medicinais das plantas. Os egípcios, 1.500 a.C. já utilizavam ervas aromáticas na medicina, na culinária e, principalmente, em suas técnicas para embalsamar os mortos. Os sumérios da Mesopotâmia possuíam receitas valiosas, que só eram conhecidas por sábios e feiticeiros. Na Índia, aproximadamente no ano 1.000 a.C., o uso de ervas era bastante difundido”.

Durante a Idade Média, o cultivo das ervas utilizadas como alimentos, bebidas e remédios, ficou a cargo dos monges, que as plantavam ao redor dos mosteiros e igrejas (GASPAR, 2013).

Na Europa, principalmente na Inglaterra, a medicina alternativa tem cada vez mais adeptos e nos Estados Unidos há uma grande quantidade de farmácias naturais.

GASPAR (2013, p.40) “O Brasil tem a maior biodiversidade do planeta com cerca de 55 mil espécies de plantas superiores conhecidas. A maioria usada como fonte de alimento, matéria-prima para construção e medicamentos, aromatizantes ou artesanato”.

As plantas medicinais podem ser utilizadas para tratamento de doenças comuns e sintomas de baixa gravidade, que valorize o auto-cuidado e o protagonismo do indivíduo com o seu corpo.

A população está acostumada a ter acesso a tratamentos com ação medicamentosa, no qual ocorre dependência e efeitos colaterais. No caso de doenças comuns e sintomas de baixa gravidade, podemos e devemos tentar tratamento alternativo com plantas medicinais.

Na UBS Barragem, temos uma área verde ampla, com espaço para implantação da horta comunitária para plantas medicinais. Podemos plantar e colher e logo após realizar rodas de chá e oficinas para comunidade ter acesso.

Objetivos:

Geral:

Implantação de uma horta comunitária, para utilizar como tratamento alternativo na recuperação da saúde.

Utilizar plantas medicinais encontradas na região, utilizando técnicas corretas de manejo.

Específicos:

1. Capacitar a Equipe da UBS Barragem para multiplicar o conhecimento junto a comunidade, possibilitando à população ter acesso aos benefícios das plantas medicinais.
2. Construção de um livro com receitas elaboradas com as plantas medicinais.

Método

Local: Unidade Básica de Saúde – UBS Barragem, Município de São Paulo – Capital.

Público-alvo: Pacientes, funcionários e moradores da região da UBS Barragem.

Ações:

1. Levantamento das plantas, junto com a Farmacêutica, APA e moradores da região (com entendimento de plantas), para implantação da horta de plantas medicinais.
2. Divulgar na UBS Barragem, através de palestras e reuniões junto a comunidade.
3. Implantação da horta comunitária com plantas medicinais junto com a farmacêutica, moradores e a APA (plantar as mudas ou sementes, monitorar, colher e distribuir).
3. **Avaliação / Monitoramento:** Construção de um livro com receitas elaboradas com as plantas medicinais. Rodas de chá e oficinas junto com a comunidade.

Resultados esperados:

O presente estudo tem como objetivo em casos de doenças comuns e sintomas de baixa gravidade a implantação de

tratamento alternativo com plantas medicinais, no qual pretende-se diminuir o uso de medicamentos, que traz dependência e efeitos colaterais. Uma forma também de terapia, já que pacientes e moradores podem participar ativamente do cultivo, monitoramento e colheita.

Referências:

1. Fonte: GASPAR, Lúcia. Plantas medicinais. Pesquisa Escolar Online, Fundação Joaquim Nabuco, Recife. Disponível em: <<http://basilio.fundaj.gov.br/pesquisaescolar/>>. Acesso em: 08 de setembro de 2016.
2. SOSSAE, Flávia Cristina. *Plantas medicinais*. Disponível em: <<http://educar.sc.usp.br/biologia/prociencias/medicinas.html>>. Acesso em: 08 de setembro de 2016.
3. ERVAS medicinais. Disponível em: <<http://www.bethynha.com.br/ervas.htm>>. Acesso em: 08 de setembro de 2016.
4. PLANTAS medicinais. Disponível em: <<http://ci-67.ciagri.usp.br/pm/>>. Acesso em: 08 de setembro de 2016.