

Arte de cuidar milenar: crenças e saberes de idosos sobre a fitoterapia

Ana Paula da Silva e Rocha Cantante,¹ Danielle Victor Fernandes,² Margarida da Silva Neves de Abreu,¹ Adriana Lira Rufino de Lucena,² Simone Helena dos Santos Oliveira,³ Suellen Duarte de Oliveira Matos²

¹Escola Superior de Enfermagem do Porto. Portugal. ²Faculdade de Enfermagem Nova Esperança. João Pessoa, Brasil. ³Universidade Federal da Paraíba. Brasil

Correspondencia: apcantante@esenf.pt (Ana Paula da Silva e Rocha Cantante)

Introdução

Existe uma vasta gama de terapias conhecidas no mundo e uma das principais, que faz parte de diversas culturas no mundo percorrendo a história da humanidade, é a utilização das plantas e ervas medicinais com finalidade terapêutica. No Brasil, deduz-se que as práticas de fitoterapia estejam presentes desde antes da colonização, quando os indígenas faziam o uso curativo de acordo com seus conhecimentos e suas experiências.¹

A fitoterapia consiste na utilização das ervas como terapia medicinal, de forma alternativa ou complementar e ganha evidência por se tratar de uma terapia milenar repassada por meio da tradição oral ao longo das gerações familiares. Os conhecimentos acerca dos métodos são repassados pelas gerações anteriores e são mantidos na família, de modo que os saberes populares sejam favorecidos e aprimorados.²

Ressalta-se que idade e sexo contribuem para a disseminação dessas informações, em que os mulheres idosos são os principais públicos a aderirem a prática das plantas medicinais, tendo em vista sua história, antecedentes familiares, classe social e nível de escolaridade, enquanto os mais jovens e com grau de escolaridade elevado, apesar de aceitarem a fitoterapia, possuem maior aderência à cultura dos medicamentos advindos da indústria farmacêutica.^{3,4}

O conhecimento, a adesão e os saberes sobre as plantas variam de acordo com ancestrais e região do país, no geral, existe uma boa aceitação da prática relacionada ao baixo custo, à fácil obtenção, facilidade no armazenamento das ervas, praticidade no uso, a diversidade de formas em que ela pode ser utilizada e à não dependência.⁵

Com a finalidade de promover e reconhecer as práticas ancestrais, em 2006 o Governo Federal criou a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), visando inserir com segurança, eficácia e qualidade as plantas medicinais e remédios caseiros nos serviços relacionados à fitoterapia do SUS.⁶

Frente ao exposto, o estudo teve como objetivo descrever os saberes e crenças de idosos quanto ao uso da fitoterapia.

Materiais e Métodos

Trata-se de uma pesquisa do tipo exploratória, descritiva com abordagem quantitativa via técnica de amostragem Respondent Driven Sampling (RDS). A amostra da pesquisa foi do tipo não probabilística, uma vez que o link foi encaminhado para o público-alvo, e divulgado dentro de seu ciclo de vínculos sociais. Foram considerados critérios de inclusão: ter 60 anos ou mais e possuir aplicativo de mensagem móvel. Como critério de exclusão: não aceitar participar da pesquisa ou desistir de participar durante a coleta de dados. A colheita de dados foi realizada via questionário virtual, enviado por smartphones, por meio do Google Forms, os dados foram analisados através do software SPSS versão 20.0.

A pesquisa teve a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança – FACENE sob número do protocolo 80.2021 e CAAE: 50009421.8.0000.5179, seguiu os aspectos éticos preconizados pela Resolução CNS 466/12 Conselho Nacional de Saúde e foi realizada após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE.

Resultados e Discussão

A partir da análise dos dados sociais, foi verificado que dos 54 idosos, 83,3% eram do sexo feminino, 31,5% se situavam na faixa etária entre 66 a 70 anos, 44,4% tinham ensino fundamental incompleto, 77,8% eram aposentados, 33,3% possuíam renda de até 1 salário mínimo e 50,0% eram casados.

Ao conhecer o perfil dos idosos, foi possível compreender que eles estavam inseridos em uma cultura que incentivava o uso das plantas medicinais e a amostra majoritariamente feminina implica na maior adesão ao autocuidado, maior procura

por serviços de saúde e a predominância de mulheres no envelhecimento.⁷

Quando questionados sobre o costume de usar os chás no dia a dia, 85,2% referiu que sim. Um estudo similar realizado no Paraná apontou que a renda familiar tem relação com a utilização das plantas medicinais, em que a porcentagem foi maior entre a população de renda mais baixa, 42% relataram até 1 salário mínimo.⁸ Os dados coincidem com a população encontrada nesta pesquisa.

Ao serem questionados sobre com quem aprenderam a usar as plantas medicinais, 75,9% dos idosos responderam que foi com suas mães. Sabe-se que o conhecimento das ervas medicinais é visto como forma de cura natural e que, culturalmente, está atrelado a crenças e saberes das famílias repassados por gerações, principalmente pelas mães.⁹

No estudo de Scheid e Fajardo,² os entrevistados mencionam que o conhecimento vem dos ancestrais e da tradição, nem sempre conseguindo determinar há quanto tempo sabem dessa prática, os saberes e crenças são repassados entre as gerações e permanecem no seio familiar. A utilização de chás para os idosos costuma apresentar um significado de resgate a cultura e origens, trazendo assim representações de aspectos afetivos, sociais e psicológicos, pois é comum que esse hábito tenha sido adquirido na infância.¹⁰

Foi possível observar que 51,9% dos idosos costumavam usar os chás em sua forma natural, pois acreditavam que dessa maneira seria mais fácil garantir todas as propriedades terapêuticas das plantas. Vargas¹¹ diz que a utilização das ervas naturais possibilita em maiores chances de benefícios, no entanto, afirma que os idosos não o usam apenas pelos efeitos

que podem proporcionar, mas, pelo sabor das ervas e pela sensação de conforto que a bebida proporciona.

Sobre a forma de aquisição das ervas para a preparação dos chás, é comum que os idosos possuam sua própria plantação, mas, nesse estudo os dados obtidos evidenciaram que 63% deles faziam a compra em feiras ou mercados. Nas feiras as ervas são vendidas por raizeiros e a compra delas é uma prática comum e antiga, onde os conhecimentos e experiências são compartilhados, e justificando o fato da maioria deles referiram fazer a compra das ervas, percebe-se que eles detêm o conhecimento das ervas apesar de não possuírem conhecimento científico.²

Considerações Finais

A partir dos resultados obtidos no estudo, conclui-se que as plantas medicinais fazem parte do dia a dia dos idosos, principalmente pela cultura familiar, em que as crenças e conhecimentos são transmitidos através das gerações. É possível constatar que os idosos fazem uso das plantas medicinais a partir dos conhecimentos adquiridos dentro da família e ao decorrer da vida.

Espera-se que os resultados obtidos possam contribuir para o desenvolvimento de novas pesquisas na grande área da enfermagem com foco nas práticas integrativas e complementares por meio da fitoterapia, como também no desenvolvimento de novos estudos que visem agregar mudanças e/ou compartilhar os saberes e crenças das terapias milenares.

Bibliografia

1. Marques, Priscila de Paula; Francisco, Priscila Maria Stolses Bergamo; Bacurau, Aldiane Gomes de Macedo; Rodrigues, Patricia Silveira; Malta, Deborah Carvalho; Filice de Barros, Nelson. Uso de Práticas Integrativas e Complementares por idosos: pesquisa nacional de saúde 2013. *Saúde Debate*. 2020; 44(126):845-856. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042020000300845. [acesso: 07/03/2022].
2. Scheid, Taína; Fajardo, Ananyr Porto. Uso de plantas medicinais por idosos adscritos à atenção primária em Porto Alegre/RS e potenciais interações planta-medicamento. *Revista Fitos*. 2020; 14(1):103-117. Disponível em: <https://revistafitos.far.fiocruz.br/index.php/revista-fitos/article/view/801> [acesso: 07/03/2022].
3. Bezerra Carvalho, Tatyelle; Santiago, Izabel Cristina Santiago; dos Santos Sales, Valterlúcio; Nobrega de Figueiredo, Francisco Rodolpho Sobreira Dantas et al. Papel dos idosos no contexto do uso das plantas medicinais: contribuições à medicina tradicional. *Ensaio Cien., Cienc. Biol. Agrar. Saúde*. 2015; 19(1):38-41. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26042167006> [acesso: 08/03/2022].
4. Silva, Allan Batista; Ferreira de Araújo, Cristina Ruan; Mariz, Saulo Rios; Bento de Meneses, Arthur; Coutinho, Mayrla de Sousa; da Silveira Alves, Rafael Bruno. O uso de plantas medicinais por idosos usuários de uma unidade básica de saúde da família. *Rev Enferm UFPE* [online]. 2015;9(3):7636-7643. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10503>. [acesso: 08/03/2022]
5. Medeiros, Iara Luiza; Felix, Aniele Larice de Medeiros; Maia da Silva, Bruna Barbosa; Araujo, Camila Soares de. A utilização da fitoterapia para o tratamento da hipertensão arterial em idosos. In: *Anais do VI Congresso Internacional do Envelhecimento Humano, Campina Grande, Editora Realize, 2019*. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/index.php/artigo/visualizar/53088>. [acesso: 08/03/2022].
6. Brasil, Departamento de Apoio Técnico e Educação Permanente. *Plantas Medicinais e Fitoterápicos*. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. 2019; 4a ed:86.
7. Cepellos, Vanessa Martines. Feminização do envelhecimento: Um fenômeno multifacetado muito além dos números. *Revista de Administração de Empresas*. 2021;61(2):1-7. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rae/a/9GTWvFfzYFnzHKyBhqGPc4j/?lang=pt> [acesso: 07/03/2022].
8. Varela, Flávia Regina de Andrade; Ciconelli, Rozana Mesquita; Campolina, Alessandro Gonçalves; de Soarez, Patrícia Coelho. Quality of live evaluation of frail elderly in Campinas, São Paulo. *Rev Assoc Med Bras*. 2015;61(5):423-430. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ramb/a/wXJH5XCcSbZwbq3gxGXwbwk/?lang=en> [acesso: 08/03/2022].

9. Araújo, Ednaldo Cavalcante de. A integralidade no cuidado pela enfermagem com a utilização da fitoterapia. *Rev. enferm UFPE* [online]. 2015;9(9). Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10788>. [acesso:10/03/2022].
10. Cunha, Paola Jessica da; Oliveira, Larissa Guerra; Nantes, Samuel de Sousa. Plantas medicinais e idosos de um condomínio: conhecimentos populares que geram afetos. In: *Anais do VI Congresso Internacional do Envelhecimento Humano, Campina Grande, 2017*. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/34713> [acesso: 10/03/2022].
11. Vargas, Emília Cristina Aguiar; Teixeira, Enéas Rangel; Werneck, Yasmin Castanheira dos Santos; Arantes, Darcília Garcia. Uso de plantas com fins terapêuticos por usuários de uma unidade pré-hospitalar pública de Campos dos Goytacazes, Rio de Janeiro, Brasil. *Rev. Fund. Care Online*. 2019;11(5):1129-1134. Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6823/pdf_1 [acesso: 10/03/2022].