

PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS COMO CALMANTE POR COMUNIDADE QUILOMBOLA DE MOSTARDAS – RS

**FERNANDES, Helen Nicoletti¹; MENDIETA, Marjoriê da Costa²; VARGAS,
Natália Rosiely Costa³; VANINI, Marisa⁴; HECK, Rita Maria⁵**

¹ Acadêmica do 6º semestre da Faculdade de Enfermagem / UFPel. Bolsista de extensão PROBEC. E-mail: helyfern@hotmail.com

² Acadêmica do 6º semestre da Faculdade de Enfermagem / UFPel. Email: marjo.mendieta@ibest.com.br

³ Acadêmica do 7º semestre da Faculdade de Enfermagem / UFPel. Bolsista de iniciação científica FAPERGS. E-mail: nataliarvargas@gmail.com

⁴ Enfermeira. Mestre em Enfermagem da UFPel. E-mail: marisavanini@yahoo.com.br

⁵ Enfermeira. Professora Adjunta da Faculdade de Enfermagem/UFPel. Doutora em Enfermagem UFSC. E-mail: heckpillon@yahoo.com.br

1 INTRODUÇÃO

A grande sobrecarga de trabalho acarretada pelo cotidiano conturbado em que vivemos, exerce uma notável influência sobre o comportamento humano, fazendo também, com que grande parte da população economicamente ativa fique exposta a diversas doenças. Entre estas está o estresse, o qual tem sido conceituado como estímulo, resposta e interação (LAUTERT; CHAVES; MOURA, 1999). Para o tratamento desta patologia, têm sido utilizados os ansiolíticos, chamados de calmantes, tranqüilizantes e sedativos, os quais agem sobre o sistema nervoso central. O fato desta medicação causar dependência psíquica e/ou física faz com que seja utilizada com maior cautela pelos profissionais da saúde, devido ao uso indiscriminado além de estarem associados a processos terapêuticos longos e custosos (CARVALHO, 2001). A valorização da utilização das plantas medicinais tem sido estimulada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) desde a Declaração de Alma-Ata, em 1978, na qual foi constatado que no âmbito sanitário 80% da população mundial utilizam as plantas ou preparações destas no cuidado à saúde (BRASIL, 2006). A intenção é que os profissionais da saúde utilizem as plantas medicinais e os conhecimentos obtidos para que possamos incentivar a utilização destes recursos em diferentes locais, inclusive nas áreas mais carentes de assistência à saúde, associado ao saber da população local, na tentativa de enriquecer o estudo sobre as plantas medicinais e ainda oferecer à população subsídios para uma vida melhor, orientando quanto à forma mais adequada de utilização das mesmas (REZENDE; COCCO, 2002). Por isso, este trabalho tem como objetivo conhecer as plantas utilizadas no tratamento da ansiedade e como calmantes alternativos pela comunidade quilombola do município de Mostarda- RS-Brasil .

2 METODOLOGIA

Este trabalho foi embasado em uma pesquisa qualitativa realizada na Comunidade Quilombola Teixeira, no município de Mostardas, localizado ao Sul do Rio Grande do Sul. O estudo faz parte do projeto “Aproveitamento da biodiversidade regional de plantas bioativas para a sustentabilidade dos agricultores de base ecológica na região sul do RS” que conta com o subprojeto “Plantas bioativas de uso humano por famílias de agricultores de

base ecológica na região Sul do Rio Grande do Sul”, desenvolvidos pela Faculdade de Enfermagem da UFPel e pela Embrapa Clima Temperado. Os instrumentos utilizados foram: entrevista semi-estruturada, observação das plantas com registro fotográfico (WRIGHT & LEAHEY, 2002), georreferenciamento através de GPS (Sistema de Posicionamento Global) e ainda a realização de um grupo focal. A coleta de dados abrangeu o período de junho de 2008 a julho de 2009 e foi dividida em duas fases: na primeira foram abordados 22 indivíduos, através da aplicação de entrevistas semi-estruturadas nas suas residências e na Unidade de Saúde da Família (USF) em dias de consulta médica, os quais foram indicados pela agente comunitária de saúde (ACS); em um segundo momento foi realizado o grupo focal que teve a participação de sete mulheres, e foi realizado na sala em que ocorre o grupo de artesanato na Unidade de Saúde da Família (USF). A identificação das plantas foi realizada por um botânico taxonomista vinculado aos projetos de pesquisa da Embrapa Clima Temperado. Foram respeitados os princípios éticos de pesquisas com seres humanos. O projeto recebeu aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa de Medicina da UFPel (Parecer 072/2007).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram citadas pelos entrevistados 72 plantas medicinais, entre estas, nove eram utilizadas como calmantes: *Bambusa* sp. (bambu), *Citrus sinensis* (laranja), *Cymbopogon citratus* (cana-cidreira/capim-cidreira), *Matricharia chamomilla* (camomila/maçanilha), *Melissa officinalis* (erva-cidreira) e *Passiflora edulis* (maracujá) (Tabela 1). Devido a impossibilidade de indentificação taxonômica, três plantas (cidreira, laranjeira e alecrim) não foram investigadas quanto aos estudos farmacológico.

Tabela 1. Plantas com uso indicado pala comunidade Quilombola do município de Mostardas – RS. 2009

Nome Científico	Nome Popular	Uso mencionado pelos entrevistados
<i>Bambusa</i> sp.	Bambu	Para tratar diarreia e como calmante
<i>Citrus sinensis</i>	Laranjeira	Para dormir, acalmar e relaxar. Para tratar dor de cabeça, sinusite, gripe, pressão alta, tosse e congestão nasal
<i>Cymbopogon citratus</i>	Cana-cidreira/capim-cidreira	Como calmante, relaxante e para tratar cólica
<i>Matricharia chamomilla</i>	Camomila/maçanilha	Como calmante. Para tratar feridas, úlceras, erisipela (banho), para gripe, qualquer dor, gastrite, males da garganta, infecções e para cólicas menstruais e do recém nascido. Contra febre do recém nascido e para a criança que não quer mamar
		Como calmante. Para tosse,

<i>Melissa officinalis</i>	Erva-cidreira	asma, doenças do coração e dos nervos
<i>Passiflora edulis</i>	Maracujá	Para acalmar os nervos e para tratar a pressão alta

A forma de preparo das plantas citadas é a infusão. Buscamos estudos farmacológicos que comprovassem os efeitos das plantas medicinais citados pelos entrevistados. Para *Bambusa* sp. não encontramos estudos farmacológicos que comprovem a eficácia desta planta. Não encontramos estudos que comprovassem o efeito calmante para a *Citrus sinensis*, no entanto encontramos em um estudo que mostra que a planta atua na redução de edema de pele (ATAIDE; et.al., 2007). Para a *Matricharia chamomilla* não encontramos estudos que comprovassem seu uso como calmante, mas um estudo com ratos albinos concluiu que o extrato de *M. chamomilla* administrado topicamente tem potencial de cicatrização da ferida (JARRAHI; et.al., 2010) e que também a planta inibe o desenvolvimento da dependência de morfina e de expressão da síndrome de abstinência em ratos (GOMAA; et.al., 2003). Para a *Melissa officinalis* encontramos pesquisa que relatou que essa planta possui efeito calmante nos casos de ansiedade e insônia, dispepsia, anti-gripal, cefaléia, enxaqueca, bronquite crônica, dores de origem reumática, ação virustática (Herpes Simpex) (GOMAA; et.al., 2003). Encontramos em estudos científicos a comprovação da atividade calmante da *Cymbopogon citratus*, onde relatam que a planta tem ação calmante, espasmolítica suave, antimicrobiana, analgésica (GOMAA; et.al., 2003), para o tratamento da depressão, febre, cólicas menstruais, estimulante da lactação, flatulência, (SOARES, 2008), sedativo leve, cólicas intestinais, nervosismo (MATOS, 2002) e é contraindicada para gestantes. Encontramos na literatura que a *Passiflora edulis* possui ação calmante, é útil no tratamento de manifestações nervosas, inquietações, irritações freqüentes e insônia, o que confirma o uso popular mencionado pelos entrevistados (MATOS, 2002).

4 CONCLUSÕES

Das seis plantas citadas no uso popular pela comunidade Quilombola da cidade Mostardas, encontramos comprovação científica quanto ao uso como calmantes para três (*Cymbopogon citratus*, *Melissa officinalis* e *Passiflora edulis*), o que demonstra a necessidade de mais estudos que comprovem a eficácia das plantas medicinais já que estas são amplamente utilizadas como uma terapia alternativa/complementar pela população. Cabe ressaltar a importância destes estudos para que o enfermeiro atualize-se quanto às orientações em relação as terapias complementares, já que a profissão tem uma ampla atuação nesta área.

5 REFERÊNCIAS

- ATAIDE, RA; OLIVEIRA, RAG; ARAÚJO, EC; VASCONCELOS, EMR. **Uso de remédios caseiros por mulheres do programa de saúde da família.** Enferm UFPE On Line 2007; 1(2);97-103
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares.** 2006. Disponível em:

<http://dtr2004.saude.gov.br/dab/docs/publicacoes/geral/pnpic.pdf>, acessado em 29 de julho de 2009.

CARVALHO, Lúcia de Fátima. **Dependência química em mulheres: um estudo sobre o consumo de medicamentos ansiolíticos no sistema público de saúde de Natal/RN. 2001.** Mestrado em Psicologia Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

GOMAA, Adel; HASHEM, Tahia; MOHAMED, Mahmoud and ASHRY, Esraa. Matricaria chamomilla Extract Inhibits Both Development of Morphine Dependence and Expression of Abstinence Syndrome in Rats. **J Pharmacol. Sci** 92, 50 – 55 (2003).

JARRAHI, M; VAFAEI, AA; TAHERIAN, AA; MILADI, H; RASHIDI POUR A. Avaliação do extrato de Matricaria chamomilla tópica na cicatrização de feridas atividade linear incisional em ratos albinos. **Nat Prod Res** . 2010 Maio, 24 (8):697- 702.

LAUTERT, Liana; CHAVES, Enaura H. B. e MOURA, Gisela M. S. S. de. O estresse na atividade gerencial do enfermeiro. **Rev Panam Salud Publica/Pan Am J Public Health** 6(6), 1999.

LORENZI, H; MATOS FJA. **Plantas medicinais no Brasil – Nativas e exóticas.** Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2002.

MATOS, F.J.A. **Farmácias Vivas: Sistema de Utilização de Plantas Mediciniais Projetado para Pequenas Comunidades.** 4ª ed. Fortaleza: Editora UFC, 2002. 267p.

REZENDE, HA, COCCO, MIM. A utilização de fitoterapia no cotidiano de uma população rural. **Rev Esc Enferm USP** 2002; 36(3): 282-8.

SOARES, CA. **Remédios naturais – Guia para uso de plantas, chás e frutas.** Petrópolis: Vozes, 2008.

VALIENTE, M. A. A.; LAZO, G. G; HERNÁNDEZ, D. S.; DEL SOL, D. D; DÁVILA, R. L.. Acción antiedemagénica de los extractos de corteza del fruto de Citrus sinensis L. y Citrus aurantium L. en modelo de hiperpermeabilidad vascular en ratas. **Revista Cubana Plantas Mediciniais**, v.13, n.4, 2008;

WRIGHT, L.M.; LEAHEY, M. **Enfermeiras e famílias: um guia para avaliação e intervenção em família.** 3.ed. São Paulo: Roca, 2002.