

USO DE PLANTAS MEDICINAIS NO ALÍVIO DE PROBLEMAS GASTROINTESTINAIS: ELABORAÇÃO DE UM MATERIAL INFORMATIVO.

USE OF MEDICINAL PLANTS IN THE RELIEF OF GASTROINTESTINAL PROBLEMS: ELABORATION OF AN INFORMATIVE MATERIAL.

¹GARCIA, Gabryelle Amaral; ²TROMBELI, Ana Júlia Giacomini; ³RODRIGUES, Beatriz; ⁴VIOL, Lívia Albuquerque; ⁵CAETANO, Ítalo Gabriel de Araújo; ⁶DOMINGUES JÚNIOR, Sandro Roberto; ⁷PAZETE, Paola Vitória Montolezi; ⁸ OLIVEIRA, Maiara Laís; ⁹ BATISTA, Gabriel, Macedo; ¹⁰ OLIVEIRA, Simone; ¹¹ GUARIDO, Cristiane Fátima.

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10} Discentes do Curso de Farmácia – Centro Universitário das Faculdades Integradas de Ourinhos-Unifio/FEMM

¹¹ Docente do Curso de Farmácia – Centro Universitário das Faculdades Integradas de Ourinhos-Unifio/FEMM

RESUMO

Muitas pessoas têm buscado através de terapias alternativas, a prevenção para determinadas doenças, alívio dos sintomas ou até mesmo a cura. O uso de plantas faz parte da cultura do povo brasileiro e tem sua base na tradição familiar. As doenças gastrointestinais ocorrem por várias razões, tendo como sintomas mais relatados, gases, dores estomacais, e azia, assim alguns indivíduos buscam um alívio não medicamentoso. Foram identificadas as características das plantas medicinais *Baccharis trimera*, *Chamomilla recutita L*, *Melissa officinalis L*, *Mentha piperita L*, *Rosmarinus officinalis L*, para tal finalidade. Conclui-se que estas plantas, além de fácil obtenção, permite a utilização de forma simples e eficaz, desta forma, a criação de material informativo em muito irá colaborar para que a população utilize de forma correta as plantas que porventura tenham necessidade para o alívio gastrointestinal.

Palavras-chave: Plantas Medicinais; Problemas Gastrointestinais; Fitoterápicos.

ABSTRACT

Many people have sought through alternative therapies, prevention for certain diseases, relief of symptoms or even cure. The use of plants is part of the culture of the Brazilian people and is based on family tradition. Gastrointestinal illnesses occur for a variety of reasons, with the most reported symptoms being gas, stomach pain, and heartburn, so some individuals seek non-drug relief. The characteristics of medicinal plants *Baccharis trimera*, *Chamomilla recutita L*, *Melissa officinalis L*, *Mentha piperita L*, *Rosmarinus officinalis L* were identified for this purpose. It is concluded that these plants, in addition to being easy to obtain, allow the use in a simple and effective way, in this way, the creation of informative material will greatly collaborate for the population to correctly use the plants that they may need for relief gastrointestinal.

Keywords: Medicinal Plants; Gastrointestinal Problems; Phytotherapy

INTRODUÇÃO

Diante do cenário que vivenciamos na pandemia, causada pelo SARS-CoV-2, muitas pessoas têm buscado através de terapias alternativas, a prevenção para determinadas doenças, alívio dos sintomas ou até mesmo a cura.

O uso de plantas faz parte da cultura do povo brasileiro e tem sua base na tradição familiar. O conhecimento empírico era e é passado de geração em

geração, sem que de fato houvesse comprovação da eficácia de propriedades medicinais dessas plantas, porém é fato que hoje, testes são realizados com mais eficiência e podem apresentar resultados positivos com relação ao uso de plantas medicinais em diversos tratamentos. (SOUZA, 2015).

Com a evolução recente da fitoterapia nas últimas décadas, aumentou expressivamente a oferta de produtos dessa classe e sua demanda, com procura marcante pelos pacientes nas farmácias e drogarias (BRASIL, 2019), que precisam de informações precisas sobre sua utilização.

O despreparo dos outros profissionais da saúde em relação à fitoterapia demandou também a necessidade de orientações nessa área, inclusive de indicações terapêuticas. Assim, o farmacêutico passou também a indicar produtos nesses estabelecimentos, tendo em vista sua formação acadêmica e vivência em fitoterapia. (BRASIL, 2019).

As doenças gastrointestinais ocorrem por variadas razões, por exemplo, alimentação, estresse, outras patologias e estilo de vida. Os desconfortos mais relatados são náuseas, gases, dores estomacais, diarreia e azia que atinge 10% da população mundial adulta. Alguns indivíduos por apresentarem sintomas leves e momentâneos buscam por um alívio não medicamentoso. (USUY JUNIOR, 2018).

Desta forma, o objetivo desse trabalho é descrever a utilização de plantas medicinais para desconforto gastrointestinal através de um material informativo.

METODOLOGIA

Trata-se de pesquisa teórica realizada em bases de dados científicos, como *MedLine*, *Lilacs* e *Scielo*, bem como livros e sites sobre o tema, com horizonte de tempo de 1990 a 2022.

Os descritores utilizados foram plantas medicinais, problemas gastrointestinais e fitoterapia.

DESENVOLVIMENTO

Após o levantamento bibliográfico, foram elencadas as seguintes plantas: *Baccharis trimera*; *Chamomilla recutita* L; *Melissa officinalis* L; *Mentha piperita* L e *Rosmarinus officinalis* L. pela facilidade de obtenção e baixo risco.

A ***Chamomilla recutita*** L. (Figura 1) também conhecida como camomila verdadeira, melhora as dores de estômago, pode ser utilizada contra gases intestinais, como calmante leve, ajuda a abaixar a febre e ajuda contra azia e má digestão.

As partes que são usadas da planta são as flores e elas podem ser utilizadas em infusões, assim como tempero na culinária. (GRANDI, 2014).

Figura 1. *Chamomilla recutita*

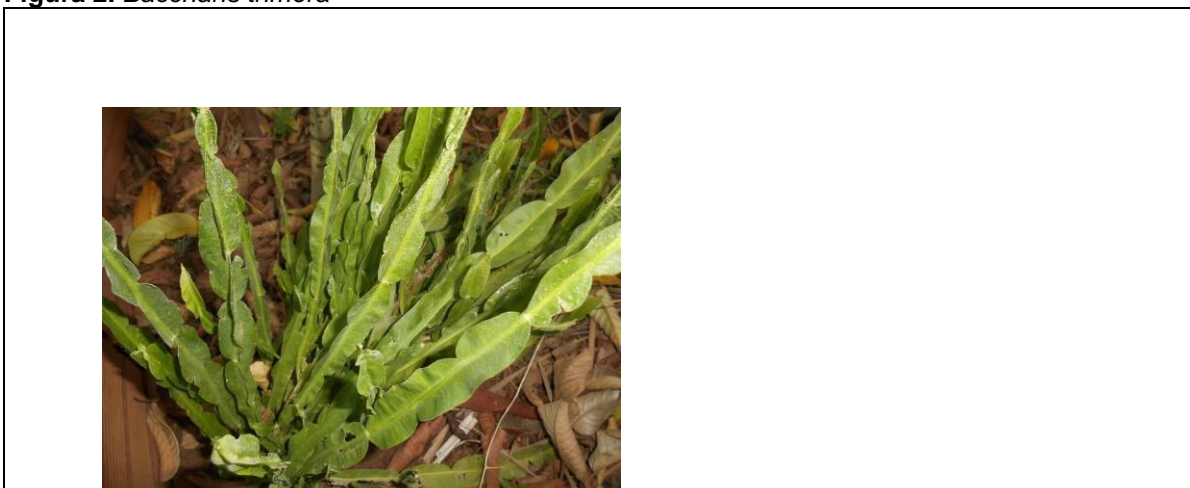


Fonte: <https://www.jardineiro.net>

A ***Baccharis trimera*** (Figura 2), conhecida como Carqueja, melhora a digestão, combate os gases, serve como anti-inflamatório, elimina os vermes e melhora o funcionamento do fígado. Seus princípios amargos também estimulam as papilas gustativas, aumentando o apetite e a produção de suco gástrico. (BORELLA *et al.*, 2006).

As partes que são usadas da planta são as hastes e elas podem ser utilizadas em infusões. (ARAGUAIA, s.d.).

Figura 2. *Baccharis trimera*



Fonte: <https://g1.globo.com>

O *Rosmarinus officinalis* L (Figura 3), popularmente conhecido como Alecrim, é estimulante digestivo, usado para a falta de apetite (inapetência); contra azia; em problemas respiratórios e debilidade cardíaca (cardiotônico). Por suas virtudes tônicas e estimulantes, atua sobre o sistema nervoso (cansaço mental) e cansaço físico. É antisséptico, colagogo, diurético, antiespasmódico (uso interno: vesícula e duodeno), colerético, protetor hepático, antidepressivo natural, carminativo e vasodilatador. Também é indicado para uso tópico local, como cicatrizante, antimicrobiano (*Staphylococcus* e *Monilia*) e estimulante do couro cabeludo.

As partes que são usadas da planta são as folhas e flores e elas podem ser utilizadas em infusões e como tempero na culinária. (LORENZI; MATOS, 2002).

Figura 3. *Rosmarinus officinalis*.



Fonte: <https://www.minhavidacom.br>

A ***Melissa officinalis* L.** (Figura 4), conhecida como erva cidreira, possui efeitos cientificamente comprovados como: anti-inflamatório intestinal, antioxidante, sedativo, hepatoprotetor, digestivo, antibacteriano, antifúngico, antiviral (especialmente contra o Herpes simplex), anti-histamínico, redutor da motilidade gastrointestinal, redutor do colesterol, redutor do estresse e da agitação.

As partes que são usadas da planta são as folhas e flores e elas podem ser utilizadas em infusões. (LORENZI; MATOS, 2002).

Figura 4. *Melissa officinalis*.



Fonte: <https://www.queplantaessa.com.br>

A ***Mentha piperita* L.** (Figura 5) conhecida como hortelã pimenta alivia as cólicas abdominais, contra gases intestinais, melhora dores de estômago e possui atividades contra vermes intestinais.

Figura 5. *Mentha piperita*.



Fonte: <https://joov.com.br>

As partes que são usadas da planta são as folhas e elas podem ser utilizadas em infusão, como tempero na culinária e em óleos essenciais. (GRANDI, 2014).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após o levantamento, conclui-se que estas plantas, além de fácil obtenção, permite a utilização de forma simples e eficaz, desta forma, a criação de material informativo em muito irá colaborar para que a população utilize de forma correta as plantas que porventura tenham necessidade para o alívio gastrointestinal.

REFERÊNCIAS

- ARAGUAIA, M. **Carqueja (*Baccharis trimera*)**. Disponível em: URL: <https://brasilecola.uol.com.br/biologia/carqueja.htm>. Acesso em: 15 set 2022.
- BORELLA, J.C. *et al.* Variabilidade sazonal do teor de saponinas de *Baccharis trimera* (Less.) DC (Carqueja) e isolamento de flavona. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v.16, n.4, p.557-61, 2006.
- BRASIL. CRF. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. Departamento de Apoio Técnico e Educação Permanente. Comissão Assessora de **Plantas Mediciniais e Fitoterápicos**. 4.ed. São Paulo: Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo, 2019. 86 p.
- GLOBO. **Carqueja é aliada do fígado e eficiente na boa digestão**. Disponível em URL: <https://g1.globo.com/sp/campinas-regiao/terra-da-gente/noticia/2019/05/06/carqueja-e-aliada-do-figado-e-eficiente-na-boa-digestao.ghtml> Acesso em: 15 set 2022.
- GRANDI, T.S.M. **Tratado das plantas medicinais mineiras, nativas e cultivadas**. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014. 1204p
- JARDINEIRO. **Camomila – *Matricaria Recutita***. Disponível em URL: <https://www.jardineiro.net/plantas/camomila-matricaria-recutita.html> Acesso em: 15 set 2022.
- JOOV. **Saiba tudo sobre a hortelã-pimenta e a hortelã-verde**. Disponível em URL: <https://joov.com.br/alimenta%C3%A7%C3%A3o/hortel%C3%A3/saiba-tudo-sobre-a-hortel-pimenta-e-a-hortel-verde/> Acesso em: 15 set 2022.
- LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais do Brasil: nativas e exóticas**. São Paulo: Instituto Plantarum, Nova Odessa, 2002, p.512.

MINHA VIDA. **Alecrim: para que serve, 7 benefícios e propriedades.** Disponível em URL: <https://www.minhavidacom.br/alimentacao/ingredientes/3300-alecrim> Acesso em 15 set 2022.

QUE PLANTA É ESSA. **Melissa (Erva-cidreira da Europa) – Melissa officinalis.** Disponível em URL: <https://www.queplantaessa.com.br/melissa-erva-cidreira-da-europa-melissa-officinalis/> Acesso em 15 set 2022.

SOUZA, M.R. *et al.* Fitoterápicos no tratamento de transtornos de ansiedade. **Electronic Journal of Pharmacy**, v. 12, p.11-12, 2015.

USUY JUNIOR, E.N. **Doenças gastrointestinais: Principais queixas que levam as pessoas aos consultórios médicos.** Disponível em: URL: <https://gastrica.com.br/doencas-gastrointestinais-principais-queixas/>. Acesso em: 18 set 2022.