

Roni Santi Sjabelski

**PLANTAS MEDICINAIS DE USO POPULAR NO MUNICÍPIO
DE MAJOR VIEIRA/SC**

Trabalho apresentado ao Curso de Graduação em Ciências Biológicas da Universidade Federal de Santa Catarina como parte dos requisitos para a obtenção do título de Licenciado em Ciências Biológicas.

Orientador: Francisco Antônio da Silva Filho

Coorientadora: Leila da Graça Amaral

Canoinhas
2013

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária
da UFSC.

Sjabelski, Roni Santi

Plantas medicinais de uso popular no município de Major
Vieira/SC / Roni Santi Sjabelski ; orientador, Francisco
Antônio da Silva Filho ; co-orientadora, Leila da Graça
Amaral. - Florianópolis, SC, 2013.

111 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) -
Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências
Biológicas. Graduação em Ciências Biológicas.

Inclui referências

1. Ciências Biológicas. 2. Plantas medicinais . 3. Uso
popular de plantas. 4. Etnobotânica. I. Silva Filho,
Francisco Antônio da . II. Amaral, Leila da Graça. III.
Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em
Ciências Biológicas. IV. Título.

Esta página deve ser substituída pela folha de aprovação entregue pela coordenação do curso

Assim como as plantas “pois bem, eu escolhi
a luz, sempre escolha a luz meu amigo
esquisito”.
(SANTI, 2012, p. 68)

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, por me dar forças eternas e me fazer entender que tudo que faço de bom não é para mim, mas para os outros. Assim como as plantas, suas palavras e presença me mostram como deixar boas sementes e também onde plantá-las.

Agradeço aos meus pais, Matilde L. Sjabelski e Silvio Sjabelski, por sempre me apoiarem e acreditarem na minha capacidade, sempre com incentivo e “cultivo”.

Agradeço à minha avó Lydia Galeski, por compartilhar seus conhecimentos comigo. Seu jeito simples de ser, meio “hobbitesco”, me encanta cada dia mais. Você é minha amiga, minha segunda mãe, minha anja.

Agradeço à minha namorada Juciane Vesolovski, a Nega, por me compreender e me apoiar nas horas em que fiquei em frente ao computador ou ausente. Você é capaz de aliviar o peso na minha alma e nas minhas costas.

Agradeço ao meu orientador, Francisco Antônio da Silva Filho, por me aceitar como orientando e me guiar neste jardim verde que foi o TCC.

Agradeço à minha coorientadora Professora Leila da Graça Amaral por me acompanhar de perto, dando sugestões e ajudando sempre.

Agradeço à minha amiga Vanessa Martini Viestel Tchaicka, que deixou a caminhada nesse curso mais divertida.

Agradeço à minha amiga Neusa Schroeder Schumacher, poucas palavras bastam: “Serei, de você, confidente fiel, se seu pranto molhar meu papel...” (O Caderno - Toquinho).

Agradeço aos professores e tutores de todas as disciplinas que sempre, prontamente, ajudaram sanando dúvidas, dando incentivo e acreditando que um ensino EaD de qualidade é possível.

Agradeço à Coordenadora do Polo de Canoinhas, Sônia Sacheti, humilde, sorridente e persistente! Que Deus a ilumine em todos seus passos.

Agradeço a todas as pessoas envolvidas com o curso, pessoal do Lantec e criadores do Moodle.

E por fim agradeço a todas as pessoas que me ajudaram anonimamente com as pesquisas e informações, com empréstimos de livros, entre outros.

RESUMO

As plantas medicinais sempre estiveram presentes nas vidas de todos os seres humanos. Este trabalho tem como objetivos coletar, identificar e comparar com a literatura o uso das principais plantas medicinais utilizadas pela população no município de Major Vieira/SC, Brasil. Para tanto, distribuíram-se questionários para entrevista livre e sem identificação do entrevistado, em locais estratégicos, como escolas, farmácias, mercados, entre outros. Os dados coletados foram tabulados, comparando-se as informações obtidas nas entrevistas com as indicações citadas na literatura consultada. Amostras das plantas foram coletadas, devidamente identificadas e herborizadas. Dessa forma, buscou-se conhecer as plantas medicinais utilizadas pela população de Major Vieira/SC e o quanto a medicina popular ainda é utilizada, e se é utilizada corretamente, estando em conformidade com as indicações e classificação presentes na literatura.

Palavras-chave: Major Vieira/SC. Plantas medicinais. Uso popular de plantas. Etnobotânica.

ABSTRACT

Medicinal plants have always been present in the lives of all human beings. This paper aims to collect, identify and compare with the literature the use of major medicinal plants found in the municipality of Major Vieira / SC, Brazil. Questionnaires were used to interview people freely and without identification in strategic locations such as schools, pharmacies, markets, among others. The collected data were tabulated and the information obtained in the interviews was compared with the indications cited in the literature. Plant samples were collected, properly identified and herborized. Therefore, we intended to know which are the medicinal plants used by the population of Major Vieira / SC, in what degree popular medicine is still employed, and if it is properly administered in accordance with the indications and classification in the literature.

Keywords: Major Vieira/SC. Medicinal plants. Popular use of plants. Ethnobotany.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Mapa do Estado de Santa Catarina, destacando, em vermelho, a cidade de Major Vieira/SC.....	33
Figura 2 – Hortelã-pimenta, observar os caules avermelhados característicos dessa planta.....	46
Figura 3 – Uma das variedades comuns de menta, na qual podemos observar as folhas enrugadas.....	47
Figura 4 – Outro exemplar de menta, com folhas mais espessas.	47
Figura 5 – Touceira de capim-limão	49
Figura 6 – Exemplar florido de falso-boldo	50
Figura 7 – Camomila, com suas pequenas inflorescências em capítulos.	53
Figura 8 – Laranjeira.	54
Figura 9 – Erva-cidreira ou melissa	55
Figura 10 – Funcho ou erva-doce.....	56
Figura 11 – Detalhe da folha do eucalipto.	58
Figura 12 – Caule alado da Carqueja	59
Figura 13 – Malva.	61

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Dados sobre a frequência do uso das plantas medicinais pela população	40
Gráfico 2 – As plantas medicinais mais citadas	42
Gráfico 3 – Número de pessoas que cultivam plantas medicinais em casa	44
Gráfico 4 – Origem do conhecimento a respeito das plantas utilizadas como medicinais.....	45
Gráfico 5 – Porcentagem de doenças para as quais cada planta foi citada	62
Gráfico 6 – Plantas citadas como abortivas.....	63
Gráfico 7 – Plantas citadas como capazes de contrair mucosas e tecidos	64
Gráfico 8 – Plantas medicinais capazes de excitar as forças sexuais	65
Gráfico 9 – Plantas medicinais capazes de acalmar a dor	66
Gráfico 10 – Plantas com propriedades antibióticas	67
Gráfico 11 – Plantas capazes de abrir o apetite.....	68
Gráfico 12 – Plantas que combatem a tosse	69
Gráfico 13 – Plantas utilizadas como calmante.....	70
Gráfico 14 – Plantas capazes de fortalecer o coração	70
Gráfico 15 – Plantas que combatem gases	71
Gráfico 16 – Plantas que cicatrizam feridas	72
Gráfico 17 – Plantas capazes de purificar o sangue	73
Gráfico 18 – Planta que destrói micróbios: malva	74
Gráfico 19 – Plantas que limpam a superfície da pele	75
Gráfico 20 – Plantas que ajudam e facilitam a digestão.....	76
Gráfico 21 – Plantas com potencial para eliminar líquidos.....	77
Gráfico 22 – Plantas utilizadas para provocar vômito.....	78
Gráfico 23 – Plantas que repõem vitamina C no organismo	79
Gráfico 24 – Plantas indicadas para aumentar as energias.....	80
Gráfico 25 – Plantas indicadas para o combate do mal estar do estômago	81
Gráfico 26 – Plantas medicinais utilizadas como expectorante	82
Gráfico 27 – Planta com potencial como laxante.....	83
Gráfico 28 – Plantas capazes de eliminar as inflamações	84
Gráfico 29 – Plantas capazes de fazer dormir e estimular o sono	85
Gráfico 30 – Plantas utilizadas para provocar suor	86

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	21
2 JUSTIFICATIVA	27
3 OBJETIVOS	31
3.1 OBJETIVO GERAL.....	31
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	31
4 METODOLOGIA E ESTRATÉGIAS DE AÇÃO	33
4.1 ÁREA DE ESTUDO	33
4.2 COLETA DE DADOS	34
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	39
5.1 AS PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS EM MAJOR VIEIRA/SC	39
5.1.1 As dez plantas mais citadas: descrição	45
5.1.1.1 Hortelã – <i>Mentha</i> spp. (Família Lamiaceae = Labiatae) (Figuras 6, 7 e 8).....	45
5.1.1.2 Capim-limão - <i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf (Família Poaceae = Gramineae) (figura 9).....	49
5.1.1.3 Boldo – <i>Plectranthus barbatus</i> Andrews (Família Lamiaceae = Labiatae) (figura 10).....	50
5.1.1.4 Camomila - <i>Matricaria chamomilla</i> (L.) Rauschert (Família Asteraceae – Compositae) (figura 11).....	51
5.1.1.5 Laranja – <i>Citrus</i> spp. (Família Rutaceae) (figura 12) ...	53
5.1.1.6 Erva-cidreira – <i>Melissa officinalis</i> L. (Família Lamiaceae = Labiatae) (figura 13).....	55
5.1.1.7 Erva-doce – <i>Foeniculum vulgare</i> Mill. (Família Apiaceae = Umbelliferae) (figura 14).....	56
5.1.1.8 Eucalipto – <i>Eucalyptus</i> spp. (Família Myrtaceae) (figura 15).....	57
5.1.1.9 Carqueja – <i>Baccharis trimera</i> (Less.) DC. (Família Asteraceae = Compositae) (figura 16).....	58
5.1.1.10 Malva – <i>Malva sylvestris</i> L., <i>Malva crispa</i> L. e <i>Malva parviflora</i> L. (Família Malvaceae) (figura 17).....	60
5.1.2 As indicações de uso das plantas medicinais em major Vieira/SC	61

5.1.2.1	Planta medicinal que pode provocar abortos	62
5.1.2.2	Planta medicinal que contrai as mucosas e tecidos.....	63
5.1.2.3	Planta medicinal que estimula, excita as forças sexuais	64
5.1.2.4	Planta medicinal que acalma a dor	65
5.1.2.5	Planta medicinal com propriedades antibióticas.....	66
5.1.2.6	Planta medicinal capaz de abrir o apetite	67
5.1.2.7	Planta medicinal que combate a tosse.....	68
5.1.2.8	Planta medicinal com propriedades calmantes	69
5.1.2.9	Planta medicinal que fortalece o coração.....	70
5.1.2.10	Planta medicinal que combate gases e flatulências estomacais e intestinais.....	71
5.1.2.11	Planta medicinal que cicatriza feridas	71
5.1.2.12	Planta medicinal que purifica o sangue	72
5.1.2.13	Planta medicinal que destrói micróbios	73
5.1.2.14	Planta medicinal que limpa a superfície da pele e as feridas	74
5.1.2.15	Planta medicinal que ajuda e facilita a digestão	75
5.1.2.16	Planta medicinal que facilita a secreção da urina	76
5.1.2.17	Planta medicinal que provoca vômito.....	77
5.1.2.18	Planta medicinal que repõe vitamina C no organismo	78
5.1.2.19	Planta medicinal estimulante	79
5.1.2.20	Planta medicinal que combate o mal estar do estômago	80
5.1.2.21	Planta medicinal expectorante	81
5.1.2.22	Planta medicinal laxativa.....	82
5.1.2.23	Planta medicinal capaz de eliminar as inflamações....	83
5.1.2.24	Planta medicinal capaz de fazer dormir e estimular o sono	84
5.1.2.25	Planta medicinal capaz de provocar suor.....	85
5.1.3	Quadro comparativo	86
5.1.4	Capim-limão e erva-cidreira.....	88
5.2	MODO DE PREPARO DAS PLANTAS MEDICINAIS.....	88
6	CONCLUSÃO.....	93
	REFERÊNCIAS.....	95
	APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO SOBRE PLANTAS MEDICINAIS EM MAJOR VIEIRA/SC.....	101
	APÊNDICE B – SEGUNDO QUESTIONÁRIO	105

APÊNDICE C – PLANTAS ASSINALADAS NO PRIMEIRO QUESTIONÁRIO (PLANTAS NÃO ASSINALADAS FORAM OMITIDAS).....	109
APÊNDICE D – FICHA DE COLETA	111

1 INTRODUÇÃO

As plantas são organismos pluricelulares com núcleos individualizados, fotossintetizantes, sendo suas estruturas formadas a partir de diversos tecidos. O ramo da biologia que trata de estudá-las chama-se Botânica (LOPES; ROSSO, 2005). E este ramo está em constante desenvolvimento no Brasil, pois o país “detém a maior diversidade biológica do mundo, contando com uma rica flora, despertando interesses de comunidades científicas internacionais para o estudo, conservação e utilização racional destes recursos” (SOUZA; FELFILI, 2006, p. 135). Sobre essa diversidade pode-se complementar.

O Brasil abriga cerca de 55 mil espécies de plantas, aproximadamente um quarto de todas as espécies conhecidas. Quanto maior o número de espécies, maior o potencial de novos medicamentos. A despeito dos mais de 50 anos de pesquisa com plantas medicinais no país, o número de espécies estudadas ainda é muito reduzido (Di Stasi, 1996 apud CARVALHO; COSTA E CARNELOSSI, 2010, p. 7).

As plantas são seres especiais presentes no mundo todo, manifestando-se de diversas formas. Podem ser minúsculas como a *Azolla filiculoides*, que são fixadoras de nitrogênio devido à presença de algas cianofíceas do gênero *Anabaena* em suas raízes (AMARAL; SILVA FILHO, 2010), podem servir de decoração, como as plantas do gênero *Adiantum*. Diversas plantas também nos dão sementes que servem de alimentos, como os pinhões que advêm da *Araucaria angustifolia*, grande árvore pertencente ao grupo das Gimnospermas. Outras nos dão frutos comestíveis como a *Persea americana* (abacateiro) e a *Eriobotrya japonica* (ameixeira-do-Japão). Há outras Angiospermas que encantam com as cores e formatos de suas flores, atraindo seus polinizadores, enfeitando nossas casas, como o *Tropaeolum majus* (capuchinha). Mas, todas as plantas citadas acima, possuem algo em comum: são plantas medicinais, que acompanharam e acompanham a evolução do homem durante o decorrer da história.

A avenca (*Adiantum capillus veneris*) é utilizada contra bronquite (FRANCO, 2003). As folhas cozidas da *Araucaria angustifolia* são indicadas contra anemia e fraqueza (CIRILO, 2007). O caroço torrado e triturado do abacate combate vermes intestinais (FRANCO, 2003) e a

bela e exótica *Tropaeolum majus* conhecida popularmente como capuchinha ou chagas, contém muita vitamina C.

Este trabalho aborda esses tipos de plantas, buscando conhecer as principais plantas utilizadas como medicamentos pelos moradores do município de Major Vieira/SC e comparar o uso citado pelos usuários com o uso e princípios citados na bibliografia.

Plantas medicinais são tão importantes que até grandes mestres da literatura de ficção as “inventavam” e as descreviam em seus livros, reservando lugar especial nas suas páginas, como exemplo tem-se a citação de uma planta denominada *Athelas*, que foi utilizada quando Frodo foi ferido durante sua empreitada, na trilogia “O Senhor dos Anéis”. Aragorn diz:

— Essas folhas — disse ele —, caminhei muito para encontrá-las, pois esta planta não nasce nas colinas sem vegetação. Mas nas moitas que ficam lá adiante, ao sul da Estrada, consegui encontrá-la pelo cheiro das folhas. — Esmagou uma folha nos dedos, e ela emanou uma fragrância doce e pungente. — Foi sorte tê-la encontrado, pois esta é uma planta medicinal que os homens do Oeste trouxeram para a Terra-média. *Athelas* é o nome que lhe davam, e atualmente alguns pés crescem esparsos, perto dos lugares onde eles moraram ou acamparam antigamente. A planta não é conhecida no Norte, a não ser por alguns daqueles que vagam pelas Terras Ermas. Tem grandes poderes, mas sobre um ferimento como esse sua eficácia pode ser pequena. Jogou as folhas na água fervente e banhou o ombro de Frodo. A fragrância do vapor era reconfortante, e os que não estavam feridos sentiram suas mentes acalmadas e lúcidas. (TOLKIEN, 2000, p. 210-211).

O hábito de cultivar e usar essas plantas medicinais está espalhado pelo mundo. “Os conhecimentos tradicionais dos usos mais comuns dados aos vegetais podem ser resgatados pela etnobotânica” citando Souza e Felfili (2006, p. 136). Este trabalho possui relação com a etnobotânica, pois para Martin (1995 apud SOUZA; FELFILLI, 2006, p. 135) “o estudo etnobotânico consiste na avaliação da interação humana com todos os aspectos do meio”.

De acordo com Martins (2003 apud CARVALHO; COSTA; CARNELOSSI, 2010, p. 7) “Considera-se plantas medicinais aquelas que possuem, em um ou mais órgãos, substâncias utilizadas com finalidade terapêutica, ou que sejam ponto de partida para a síntese de produtos químicos e farmacêuticos”. Um exemplo desses produtos químicos elaborados a partir de plantas medicinais está descrito abaixo.

No século 17, por exemplo, os nativos da selva peruana disseram a um padre jesuíta que estava vivendo com eles que a casca de uma árvore podia baixar a febre. Mostraram alguns casos, ele se convenceu e a experimentou em alguns doentes febris. Funcionou. Aquela observação mudou o curso da história do sofrimento humano, pois o ingrediente ativo da casca era o quinino, ainda usado para tratar a malária, a doença mais comum do homem. (ROSENFELD, 1999, p. 176).

Em outras palavras, a planta é considerada medicinal quando em sua composição ocorrem substâncias biologicamente sintetizadas por elas mesmas. Essas substâncias podem curar ou melhorar um estado clínico de uma pessoa. Esses órgãos podem ser as folhas, raízes, sementes, frutos, caule, seiva, flores, em outras palavras, todas as partes das plantas podem ser utilizadas na medicina, até mesmo o pólen, desde que corretamente.

É importante aqui diferenciar planta medicinal de fitoterápico.

Produto Fitoterápico: é todo medicamento tecnicamente obtido e elaborado, empregando-se exclusivamente matérias-primas ativas vegetais com finalidade profilática, curativa ou para fins de diagnósticos, com benefício para o usuário. É caracterizado pelo conhecimento da eficácia e dos riscos de seu uso, assim como pela reprodutibilidade e constância de sua qualidade: é o produto final acabado, embalado e rotulado. Na sua preparação, podem ser utilizados adjuvantes farmacêuticos permitidos pela legislação vigente. Não podem estar incluídas substâncias ativas de outras origens, não sendo considerado produto fitoterápico quaisquer substâncias ativas, ainda

que de origem vegetal, isoladas ou mesmo suas misturas. (ANVISA, 1995).

Há relatos do uso do ginseng cerca de 3000 a.C na China. Imhotep utilizava-as em suas magias (JORGE, 2008). Os hindus consideravam as plantas como sendo as filhas prediletas dos deuses. Dessa maneira, o uso das plantas na medicina é, na verdade, uma das formas de tratamento mais simples e mais natural (MAURY; RUDDER, 2002). Um exemplo de planta medicinal antiga e pouco conhecida é a mandrágora, citada até mesmo na Bíblia Sagrada em Gênesis 30;14, “um dia, durante a ceifa do trigo, Rúben saiu para o campo, encontrou mandrágoras, e as levou para sua mãe Lia”, esta planta teria propriedades afrodisíaca, alucinógena, analgésica e também narcótica.

Essa ideia é antiga: tratar ou prevenir doenças com preparos de plantas ou utilizando princípios ativos que podem ser extraídos a partir delas. Esse hábito teve progresso com o advento da agricultura.

Sob esse aspecto, o crédito pertence às mulheres. Enquanto os homens cuidavam da caça, da pesca e das guerras eram elas que se dedicavam ao cultivo e domesticação de animais. São as mulheres as responsáveis pelo surgimento da agricultura e pecuária. Além disso, identificavam nos frutos, plantas e sementes o efeito terapêutico no organismo. (TORRES, 2005, p. 17).

Até mesmo animais, como felídeos e canídeos, usam plantas como remédio, alimentando-se delas.

Quem já viu um cachorro comendo capim? Mesmo os irracionais recorrem às plantas por questão de sobrevivência. Alguns animais, sentindo-se perturbados, recorrem à planta certa para roê-la ou comê-la, e assim curar seus males, sejam eles, fome ou doença. (CIRILO, 2007, p. 10).

Um outro exemplo do uso dessas plantas por animais é a raiz de ipecacuanha para o alívio de cólicas e diarreias, quando estes a ingerem. “Esta planta já era conhecida como *ipekaaguene* ou ‘cipó que faz

vomitam’, nome dado pelos índios brasileiros antes mesmo da descoberta das Américas” (LORENZI; MATOS, 2008, p. 452).

No século XVI o médico suíço conhecido como Paracelsus formulou uma teoria chamada de “A Teoria das Assinaturas”, ou seja, semelhante atrai semelhante. Elvin-Lewis (2001 apud TUROLLA; NASCIMENTO, 2006, p. 290) nos ensina que “com esta teoria acreditava-se que a forma, a cor, o sabor e o odor das plantas estavam relacionados com as suas propriedades terapêuticas, podendo dar indícios de seu uso clínico”. Essa teoria é chamada também de Medicina dos Signos (JORGE, 2008), hoje em desuso.

Os conhecimentos empíricos sobre as plantas medicinais foram passados de geração para geração, estando tanto na origem de todas as medicinas primitivas como na de nossa medicina atual. “Assim, mesmo com o desenvolvimento de grandes laboratórios farmacêuticos e dos fármacos sintéticos, as plantas medicinais permaneceram como forma alternativa de tratamento em várias partes do mundo” (TUROLLA; NASCIMENTO, 2006, p. 290). Hoje em dia os fitoterápicos estão sendo cada vez mais usados, sendo eles produzidos em escala industrial para atender a demanda.

Na África, por exemplo, 80% da população depende do uso destes medicamentos, os quais representam alternativa frente ao alto custo dos fármacos sintéticos. O mercado mundial de medicamentos fitoterápicos é de US\$ 43 bilhões por ano. Somente nos Estados Unidos da América, este mercado representa US\$ 5 bilhões por ano, sendo o setor de mais rápido crescimento no mercado farmacêutico norte-americano. (Aschwanden, 2001 apud TUROLLA; NASCIMENTO, 2006, p. 290).

No Brasil, quando os primeiros europeus aqui chegaram, se depararam com a grande quantidade de plantas medicinais utilizadas pelos índios locais. Esses conhecimentos sobre plantas medicinais, “guardados” pelo pajé, se fundiram com os conhecimentos trazidos pelos europeus. Os escravos africanos deram valiosas contribuições com o uso de plantas trazidas da África, sendo que muitas dessas plantas eram utilizadas em rituais religiosos (LORENZI; MATOS, 2008).

Nos últimos anos tem crescido o interesse popular pelas terapias alternativas, e uma delas é a chamada fitoterapia: o tratamento

utilizando plantas. Várias dessas plantas foram selecionadas, ao longo dos anos, por vários povos nativos, principalmente os das matas tropicais. A partir desses conhecimentos, estudos de farmacologia e medicina permitiram isolar e testar diferentes drogas hoje de comprovada eficiência na prevenção e no tratamento de inúmeras doenças (SILVA JÚNIOR, 2005, p. 454).

O homem, desde sempre, utilizou-se das plantas para se curar e é delas que se extraíram e se extraem os princípios ativos refinados e sintetizados pelas indústrias farmacêuticas. Em uma única planta pode existir um grande número de substâncias, das quais se conhece apenas algumas de efeitos mais marcantes e já estudados. Sendo assim, há uma constante necessidade de conhecer melhor as plantas.

Para se conhecer algumas destas substâncias é preciso realizar pesquisa de campo e coletar as plantas a serem estudadas, as quais devem ser adequadamente guardadas em herbário. Um herbário é uma coleção de amostras vegetais, que foram corretamente coletadas, prensadas e desidratadas, depois mantidas em instalações apropriadas para a sua conservação.

É uma importante fonte de informações para estudos taxonômicos e florísticos (AMARAL; SILVA FILHO, 2010). Uma espécie que é considerada desconhecida pode ser comparada com uma amostra já identificada no herbário, dessa maneira ser identificada por comparação.

Segundo Amaral e Silva Filho (2010, p. 49):

Muitos herbários executam serviços de identificação e informações, bem como pesquisa e ensino, atendendo não só estudos taxonômicos como, também, quaisquer outros estudos científicos, tais como Fitogeografia, Ecologia, Botânica Econômica, Botânica Florestal etc.

Para coletar deve-se escolher material fértil, não danificado, coletar no mínimo três amostras da planta, flores e frutos a mais e, não menos importante, evitar danos à planta e ao meio ambiente.

2 JUSTIFICATIVA

No Brasil o uso das plantas medicinais teve influência das culturas indígenas, africanas e europeias (JORGE, 2008). Martins (2003 apud CARVALHO; COSTA; CARNELOSSI, 2010, p. 09) reforçam a ideia exposta acima quando dizem que “o Brasil possui uma ‘farmacopeia popular’ muito diversa, baseada em plantas medicinais, resultante de uma miscigenação cultural, envolvendo africanos, europeus e indígenas, e introdução de espécies exóticas, pelos colonizadores, imigrantes e escravos”.

É muito importante verificar quais são as plantas medicinais mais utilizadas, como as pessoas as usam, com que frequência e para quais males elas são empregadas. Podendo, dessa maneira, dar orientações para as pessoas sobre o uso correto.

No estudo e na utilização de plantas medicinais, um dos problemas principais é a confusão na identificação botânica das plantas e conseqüentemente a sua utilização errada, podendo causar sérios problemas à saúde. Há vários relatos na literatura abordando estes aspectos, sendo que em alguns livros podemos encontrar alertas sobre a confusão de nomes.

Veja, nos exemplos a seguir, a interpretação equivocada que pode nos trazer o uso de nomes populares na medicina caseira. Por se tratarem de plantas largamente utilizadas pela população, muitas dessas recebem denominações regionais as mais diversas, podendo acarretar erros de interpretação. As confusões se devem principalmente aos fatos de plantas diferentes apresentarem o mesmo nome popular. Exemplos:

- *Cymbopogon citratus*: conhecida como erva-cidreira;
- *Melissa officinalis*: conhecida como erva-cidreira;
- *Aloysia triphylla*: conhecida como erva-cidreira.

Ou então, uma mesma planta pode apresentar nomes populares distintos.

Exemplo: *Cymbopogon citratus*: também conhecida como erva cidreira, capim limão, capim

cidró, cidreira e cidró (AMARAL; SILVA FILHO, 2010, p. 63).

Dessa maneira, há uma necessidade premente e permanente de identificação das espécies medicinais nativas e exóticas, com esclarecimento ao público acerca das suas propriedades e usos corretos (SILVA JÚNIOR *et al.*, 1994). Irmão Cirilo, um grande estudioso sobre as plantas nos alerta.

É preciso alertar as pessoas para o perigo da confusão com os nomes populares das plantas. Vamos pegar como exemplo o nome “São-João”. Este nome está presente em muitas plantas. Porém, uma delas é o Hipérico, famoso mundialmente porque combate a depressão. Estamos falando do *Hipperycum perforatum* L. Guttiferae, natural da América do Norte, rara no Brasil, onde foi apelidada de “erva-de-são-joão”. Mas em nosso país, riquíssimo em diversidade vegetal, ocorre outras espécies com este mesmo nome. Vale aqui destacar o “mentrasto” (*Ageratum conyzoide* L. – Asteraceae) de ação analgésica, antiinflamatória, antirreumática, contra cólicas, de ação comprovada nos casos de artrose. E, o que é pior ainda, confundem com “cipó-de-são-joão” (*Pyrostegia venusta*), planta de ação tônica, anti-diarréica, cujas flores maceradas em álcool combate vitiligo e outras manchas da pele. Ambas não contém a substância antidepressiva hypericina, portanto, nada tem a ver com o hipérico. (CIRILO, 2007, p. 21).

Na citação acima é importante destacar que o nome científico da planta chamada popularmente de hipérico está escrito de forma equivocada, o nome correto seria *Hypericum perforatum*, além disso, a família Guttiferae atualmente é chamada de Hypericaceae. O mesmo vale para o mentrasto onde o nome correto seria *Ageratum conyzoides*.

Na medicina caseira devemos ter alguns cuidados básicos ao utilizarmos as plantas medicinais, mesmo quando estas são utilizadas como chás. Mais uma vez é necessário levar em conta a correta identificação da planta, o órgão que pode ser utilizado, a dosagem, a

duração do uso, a forma de preparo e o próprio uso, se é em forma de compressa, extrato, xarope ou chá.

Algumas plantas podem causar graves intoxicações e até mesmo, em alguns casos, levar ao óbito se usadas incorretamente. Lanini *et al.* (2009, p. 121) confirmam os argumentos acima quando dizem que, “a crença de que medicamentos a base de plantas são isentos de riscos à saúde faz parte da bagagem cultural da população afeita ao uso. No entanto, o caráter ‘natural’ de tais produtos não é garantia da isenção de reações adversas e outros problemas decorrentes de tal medicina”.

Para se ter uma ideia, Farah e Edwards (2000 apud LANINI *et al.*, 2009, p. 124) mostram que “entre 1968 e 1997, a OMS recebeu um total de 8.985 relatos de eventos adversos relacionados ao uso de plantas medicinais”. É muito importante, também, comentar com o médico, em uma eventual consulta, sobre as plantas que o paciente está utilizando no momento, pois com plantas e medicamentos industrializados também pode ocorrer interação medicamentosa.

O estudo sobre essas plantas torna-se necessário, pois quanto mais se estuda e se pesquisa, mais se conhece sobre as mesmas, fortalecendo os conhecimentos pré-existentes.

Espera-se com este trabalho conhecer as principais plantas medicinais utilizadas pela população do município de Major Vieira/SC. As plantas serão elencadas e descritas, bem como herborizadas e preservadas em um herbário para que possam servir como mostruário e referência. Espera-se também que o conhecimento sobre as plantas medicinais esteja acessível às pessoas que moram próximo da Escola de Ensino Fundamental Frei André Malinski, onde o herbário estará disponível, podendo ser utilizado didaticamente nessa Escola, bem como servir para outros estudos etnobotânicos.

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

Coletar, identificar e comparar com a literatura o uso das principais plantas medicinais utilizadas pela população do município de Major Vieira/SC.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Levantar, por meio de entrevistas com questionário próprio, as plantas medicinais mais utilizadas pela população do município de Major Vieira/SC;
- Verificar se o uso popular dessas plantas medicinais confere com o uso indicado na literatura;
- Verificar a identificação botânica correta dessas espécies, utilizando-se literatura específica;
- Preservar e catalogar em herbário essas plantas medicinais.

4 METODOLOGIA E ESTRATÉGIAS DE AÇÃO

4.1 ÁREA DE ESTUDO

A cidade de Major Vieira/SC. localiza-se na latitude 26°22'04" sul e na longitude 50°19'41" oeste, com altitude em torno de 786 metros (figura 1). De acordo com IBGE a população do município em 2010 era de 7.479 habitantes, distribuída numa área territorial de 525,990 Km².

O Município é muito rico em plantas, de pequeno a grande porte.

Mais de 90% do território de Major Vieira tem sua cobertura vegetal baseada nas florestas de araucárias. A principal característica desse tipo de vegetação é a predominância do pinheiro-do-paraná (*Araucaria angustifolia*), acompanhado por espécies como a imbuia (*Ocotea porosa*) e dos sub-bosques de erva-mate. O pinheiro ainda domina a paisagem, mesmo nos dias atuais, posto que seu grande valor paisagístico foi descartado diante da sua importância econômica. [...] Hoje a vegetação de Major Vieira é definida como secundária, isto é, que já passou por um ou mais processos de exploração econômica, praticamente inexistindo áreas nativas ou no estado original. (TOKARSKI; MOREIRA, 2010 p. 15).

Figura 1 – Mapa do Estado de Santa Catarina, destacando, em vermelho, a cidade de Major Vieira/SC.



Fonte: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/9/91/Santa_Catarina_Municip_MajorVieira

4.2 COLETA DE DADOS

O projeto teve início com a pesquisa anônima e indireta sobre as plantas medicinais, com a aplicação de dois questionários, cujos formulários constam do Apêndice A e B. Esses foram deixados em alguns pontos no Município e as pessoas que os responderam não tiveram contato com o entrevistador, não se identificaram, respondendo e colocando no envelope logo em seguida. Foram impressos cinquenta questionários, dos quais quarenta foram respondidos e tabulados.

Os locais onde foram deixados os questionários:

- Papelaria Casa do Papel, Rua Luiz Davet, Centro.
- Biblioteca Pública Municipal Professora Marilza Ruthes, Travessa Otácilio Florentino. de Souza, nº 210, Centro.
- Farmácia Vida e Saúde.
- Escola de Ensino Fundamental Frei André Malinski, Rio Novo de Cima.
- Armazém da Inês, Rio Novo de Cima.

O primeiro questionário continha várias perguntas, buscando descobrir a frequência com que a população se utiliza de plantas medicinais, bem como identificar as mais utilizadas, sua procedência e a origem da forma de utilização. Em decorrência das respostas obtidas no primeiro questionário, o segundo buscou informações com relação às 10 plantas mais citadas, procurando relacioná-las com as respectivas utilizações. Duas delas, capim-limão e erva-cidreira, foram utilizadas para verificar se a população as conhece, uma vez que estes nomes populares são usados indistintamente para diferentes espécies. Por este motivo, as mesmas não foram incluídas na primeira pergunta do questionário, uma vez que poderiam trazer informações equivocadas.

Para a pergunta de número dois (Apêndice A) a palavra *remédio* foi utilizada, por ser a palavra mais usada popularmente e estar de acordo com o significado da mesma. As pessoas costumam empregar a palavra remédio em qualquer tipo de terapia. Segundo Lemos e Lima (2009, p. 19), medicamento não é a mesma coisa que remédio: “do latim *remedior* (re = novamente; *medior* = curar), remédio é tudo aquilo que provoca alívio, sem necessariamente ser um fármaco, por exemplo: calor, gelo, [...], chás cujos princípios ativos ainda não foram determinados, imposição de mãos para alívio do estresse etc”. Já o termo medicamento é usado para um fármaco com propriedades

benéficas, sendo estas comprovadas cientificamente (LEMOS; LIMA, 2009).

A tabulação dos dados foi feita utilizando-se o programa *Excel* da *Microsoft*, e as tabelas geradas foram coladas no *Word* no formato de figuras.

O segundo questionário (Apêndice B) foi elaborado utilizando-se como referência a experiência do Irmão Cirilo (CIRILO, 2007, p. 25-28), profundo conhecedor e pesquisador dessas plantas.

A segunda pergunta do questionário torna-se necessária, pois trata-se de uma sinonímia de nomes populares, e com o resultado buscou-se descobrir qual planta é comumente chamada de erva-cidreira e qual é chamada de capim-limão na região de Major Vieira/SC. De acordo com literatura específica a primeira seria o *Cymbopogon citratus* e a segunda seria a *Melissa officinalis*.

As respostas obtidas por meio deste questionário foram analisadas e comparadas com os dados da literatura. Os livros utilizados para a comparação foram os seguintes, para mais detalhes sobre as obras consultar as referências:

- Guia prático: ervas aromáticas e plantas medicinais, Cândida Correia;
- Enciclopédia das ervas e plantas medicinais, René Morgan;
- Guia ervas e plantas que curam, Editora Escala;
- Apontamentos fitoterápicos da Irmã Eva Michalak, Irmã Eva Michalak;
- Plantas medicinais no Brasil – Nativas e exóticas, Harry Lorenzi e Abreu Matos;
- Plantas medicinais, Irmão Cirilo;
- O livro de receitas das ervas medicinais, Susan Curtis *et al.*;
- Guia das plantas medicinais, E.A. Maury e Rudder;
- Manual de fitoterapia, Raul Coimbra;
- Doenças tratadas com plantas medicinais, Lelington Lobo Franco;
- Plantas medicinais, aromáticas e condimentares, Patrícia Garcia Vilar Torres;
- Plantas medicinais na Amazônia e na Mata Atlântica, Luiz Claudio Di Stasi e Clélia Akiko Hiruma-Lima;
- Medicina alternativa de A a Z, Carlos Nascimento Spethmann.

Durante todo o desenvolvimento do trabalho foi realizada uma pesquisa em diversos artigos que tratam de plantas medicinais, sempre utilizando as palavras-chaves: “plantas medicinais”. Também foram realizadas pesquisas em diversas fontes sobre o uso correto e os nomes populares para as plantas já classificadas em nível de família e espécie. Fotografias foram impressas e arquivadas para um futuro banco de dados.

O material botânico foi coletado em vários locais do Município, inclusive na própria casa do pesquisador. As principais coletas aconteceram nas propriedades das seguintes pessoas: Lydia Galeski, Vitalino Vesolovski, Maria Eli David e Silvio Sjabelski, todas essas pessoas residentes no município de Major Vieira e que demonstraram grande interesse em compartilhar com informações e até mesmo com exemplares dos materiais. Os locais exatos de coleta encontram-se nas respectivas fichas que acompanham as exsicatas (Apêndice D).

Para coleta do material botânico, seguiram-se as orientações de Amaral e Silva Filho (2010), segundo os quais deve-se fazer o registro dos dados da planta, em fichas ou cadernetas que serão, mais tarde, transcritas em fichas definitivas. Essa ficha definitiva deve conter: data, coletor, local, estado, município e ponto geográfico específico, coordenada geográfica, altitude, características gerais do ambiente, caracteres da planta como hábito, textura, cor da flor, odores, polinizadores etc.

Para se preparar uma exsicata primeiramente deve-se prensar as amostras, distendendo bem as plantas, ou partes delas, evitando sobrepor as folhas, dobrar os ramos sem quebrá-los, para que nada fique fora da prensa. Alternar as amostras com folhas de jornais ou papel absorvente, ou até mesmo papelão.

As amostras podem ser secas no sol, em estufas ou até mesmo em microondas. No primeiro caso deve-se trocar os jornais todos os dias, no segundo caso a temperatura ideal é de 55⁰ C, de 24 a 48 horas. E no microondas secar um a um, cuidando do tempo. Há algumas recomendações, segundo Amaral e Silva Filho (2010, p. 51)

- Agrupar o material de consistência semelhante para a secagem ser mais homogênea;
- Ir apertando as cordas à medida que as plantas sequem, para evitar que enruguem;

- Não tirar a planta da estufa antes de ela estar completamente seca, ou seja, apresentar-se rígida, sem dobrar ao ser suspensa.

As exsicatas das plantas coletadas para formação do herbário foram doadas à Escola de Ensino Fundamental Frei André Malinski, localizada no município de Major Vieira/SC, na comunidade de Rio Novo de Cima, onde poderão ser utilizadas didaticamente, principalmente em aulas de ciência e biologia.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 AS PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS EM MAJOR VIEIRA/SC

Com o primeiro questionário (Apêndice A) buscou-se conhecer o hábito de uso das plantas medicinais pelas pessoas.

As respostas a este questionário revelam dados interessantes. Algumas espécies não foram assinaladas. O comum dente-de-leão (*Taraxacum officinale*) não foi citado. Conhecido também como amordos-homens, é usado desde a antiguidade nas doenças do fígado e dos rins, das suas raízes torradas se faz um ótimo café (CIRILO, 2007). Outras plantas não citadas foram: aspargo, erva-de-são-joão, ipê-roxo, salsaparrilha e a unha-de-gato.

O aspargo, de acordo com Cirilo (2007, p. 113) seria “diurético, sedativo, recomendado nas afecções do fígado, estômago e rins, acalma palpitações do coração”.

O *Hypericum perforatum* é chamado popularmente de erva-de-são-joão, de acordo com Torres (2005, p. 54) essa planta seria ótima, pois “auxilia na depressão, agitação do sono e distúrbios nervosos”. Outra planta que recebe esse mesmo nome, além de outros nomes populares, catinga-de-bode e mentrasto, é o *Ageratum conyzoides* L. Trata-se de uma planta aromática e amarga, “seu uso em forma de decocção é eficaz contra cólica menstrual e uterina, artrose [...]” (COSTA, 2013) entre outros males.

O ipê-roxo (*Tecoma conspicua*, *Tecoma speciosa*) é “utilizado nos casos de esgotamento nervoso, estresse, cansaço físico e mental” (TORRES, 2005, p. 66). Michalak (2002, p. 39) indica o *Tecoma ipa* (nome aceito atualmente *Handroanthus heptaphyllus*) para “inflamações artríticas, catarros da uretra, úlceras gástricas e câncer”.

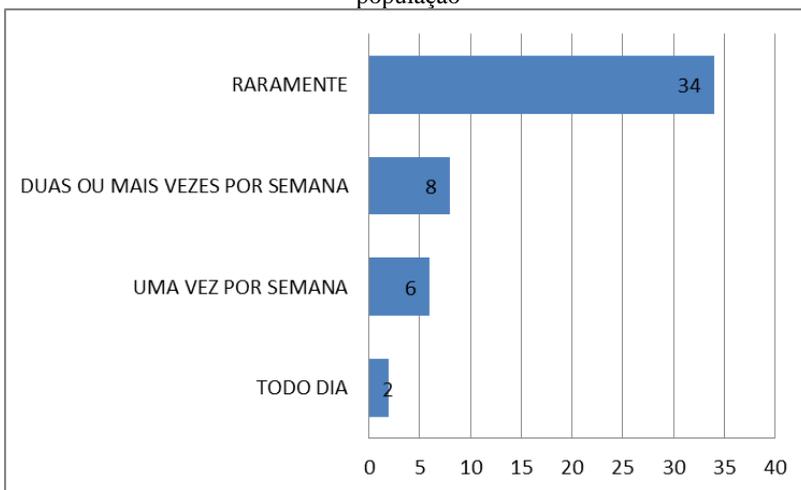
A salsaparrilha designa diversas plantas do gênero *Smilax*, que são plantas nativas do Brasil, onde muitas espécies do mesmo gênero são utilizadas para os mesmos fins medicinais (TORRES, 2005). “No Brasil há muitas espécies de salsaparrilhas conhecidas pelo nome de japecanga. São a *Smilax japicanga*, e *Smilax syringoides*, e *Smilax brasiliensis*. Todas têm quase as mesmas aplicações na medicina popular. As melhores são as de sabor mais forte e nauseante” (BALBACH, 1967, p. 317). “Este grupo de plantas vem sendo usado há séculos pelos povos indígenas das Américas contra impotência sexual,

reumatismo, problemas de pele e como fortificante” (LORENZI; MATOS, 2008, p. 495).

Várias plantas são chamadas de unha-de-gato, entre elas estão a *Macfadyena unguis-cati*, *Cassia paniculata*, *Acacia plumosa* e *Acacia bonariensis*, sendo esta última “diurética, combate dores nas costas, febres, sífilis, rins, inflamações intestinais e vaginais” (CIRILO, 2007, p. 192).

A primeira pergunta do primeiro questionário (apêndice A) era: No ano, com que frequência você utiliza as plantas medicinais? Das 50 pessoas que responderam, 34 disseram que raramente usam as plantas medicinais e apenas 2 assinalaram que usam todos os dias. Este resultado pode ser observado na figura 2.

Gráfico 1 – Dados sobre a frequência do uso das plantas medicinais pela população

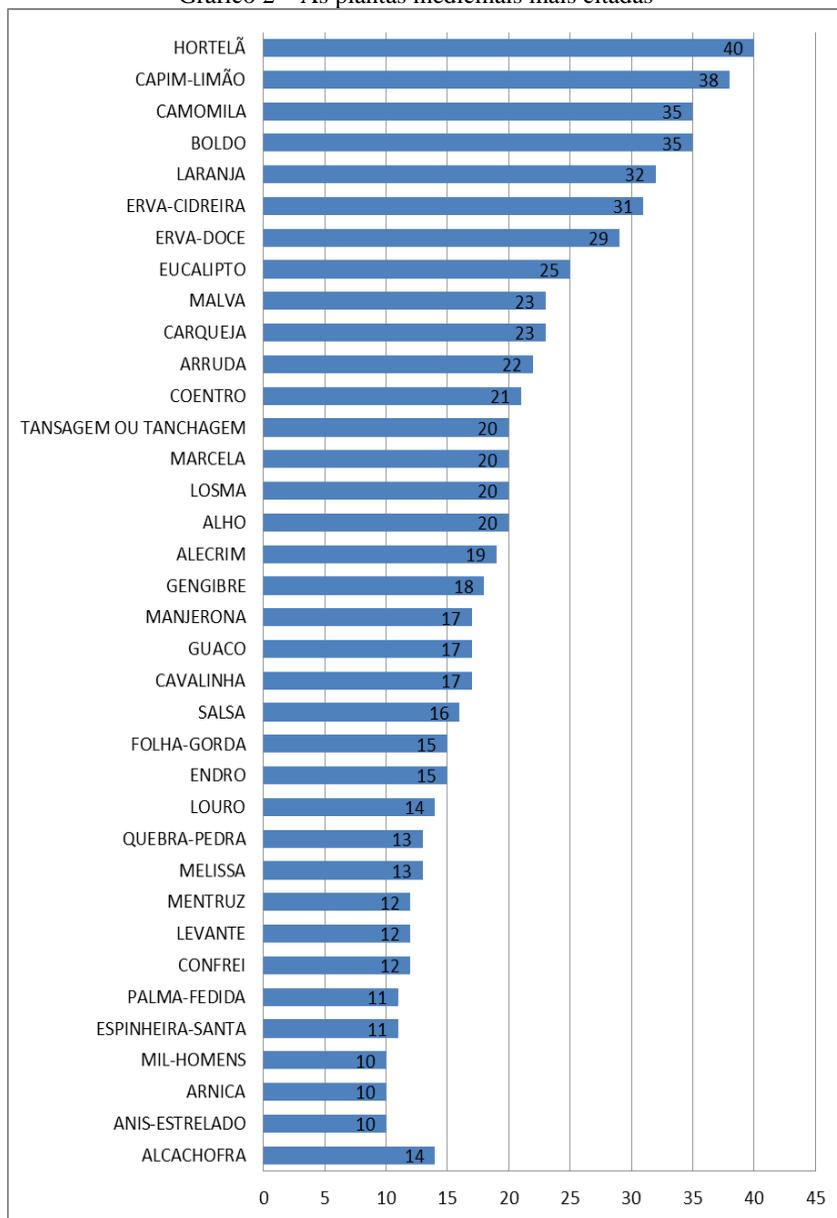


Fonte: próprio autor.

A pergunta número dois buscou conhecer as plantas medicinais mais usadas pela população. Foram selecionadas 69 plantas para serem colocadas no questionário, com os nomes populares e as pessoas que responderam o questionário poderiam assinalar quantas plantas quisessem. Na pergunta foi colocada a palavra “usou” ao contrário de “usa”, pois a mesma buscou conhecer todas as plantas usadas e não as que estão sendo usadas no momento. Na figura 3, abaixo, constam apenas as plantas que foram citadas dez vezes ou mais (tabela completa

poderá ser vista no Apêndice C). É interessante destacar que a hortelã foi a mais citada. Existem várias espécies de hortelã, que são digestivas, vermífugas, eméticas, carminativas e tônicas (MICHALAK, 2002).

Gráfico 2 – As plantas medicinais mais citadas



Fonte: próprio autor.

Observando a figura anterior (figura 3), pode-se extrair as dez plantas mais citadas em ordem decrescente:

- 01- Hortelã: 40 vezes;
- 02- Capim-limão: 38;
- 03- Boldo: 35;
- 04- Camomila: 35;
- 05- Laranja: 32;
- 06- Erva-cidreira: 31;
- 07- Erva-doce: 29;
- 08- Eucalipto: 25;
- 09- Carqueja: 23; e
- 10- Malva: 23.

A pergunta de número 3 indagava se houve a utilização de outras plantas não listadas na pergunta de número 2 e quais seriam as indicações das mesmas. Dos 50 questionários apenas 6 disseram que “sim” e listaram as plantas, bem como as indicações:

- Alface: calmante;
- Babosa: cicatrização, queimaduras e para cabelo;
- Cancorosa: úlcera;
- Catinga-de-mulata: sem indicação.
- Cebola: xarope para gripe;
- Cravo: dor de estômago e barriga;
- Hibisco: emagrecedor;
- Limão: dor de garganta;

Sobre a alface ser calmante, Lorenzi e Matos (2008, p. 147) confirmam dizendo que “o suco da planta inteira é considerado sonífero, calmante do estomago e do sistema nervoso [...]”. No mesmo livro, Lorenzi e Matos (2008, p. 105) esclarecem sobre o poder de cicatrização da babosa: “o sumo mucilaginoso de suas folhas possui atividade fortemente cicatrizante que é devida ao polissacarídeo e uma boa ação antimicrobiana sobre bactérias e fungos [...]. É indicada como cicatrizante nos casos de queimaduras e ferimentos superficiais da pele”.

Sobre a cancorosa ser utilizada para tratar úlcera Lorenzi e Matos (2008) confirmam falando que a utilidade dessa planta está na medicina caseira, na qual é utilizada para tratar problemas estomacais como gastrite e úlceras.

Catinga-de-mulata pode ser usada como “anti-helmíntica sobretudo quando se trata de expulsar as lombrigas intestinais ou pequenos oxiúros” (MORGAN, 2003, p. 72).

A cebola, como citada e indicada no questionário, com mel, serve para tratar tosse, asma, bronquite e catarros (MICHALAK, 2002).

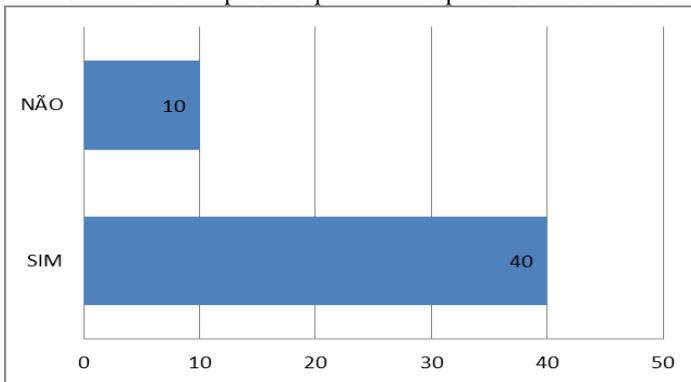
No questionário, o cravo foi indicado para tratar dor no estômago e barriga. Lorenzi e Matos (2008, p. 392) descrevem que o chá de cravo pode ser utilizado “como carminativo nos casos de acúmulo de gases no aparelho digestivo e, também, como estimulante das funções digestivas”, o que resultaria numa melhora da dor de estômago e barriga, sendo assim seu uso está em conformidade com a literatura.

Sobre o hibisco ser emagrecedor não foi encontrada nenhuma indicação na literatura consultada, porém é utilizado como laxante leve (ALOISIO, 2012).

Para o limão atribui certas propriedades, “é cicatrizante, anti-séptico, combate males da garganta, tosse, gripe, febres, ácido úrico [...]” (CIRILO, 2007, p. 162) entre outros benefícios.

O resultado da pergunta número 4 revelou que 40 das 50 pessoas que responderam o questionário cultivam alguma planta medicinal em casa, como observado na figura 4.

Gráfico 3 – Número de pessoas que cultivam plantas medicinais em casa



Fonte: próprio autor.

Sabe-se que os conhecimentos sobre a utilização das plantas medicinais são passados de geração para geração muitas vezes oralmente. A pergunta número 5 do questionário buscou conhecer a origem dessa informação, obtendo o resultado apresentado na figura 5.

Gráfico 4 – Origem do conhecimento a respeito das plantas utilizadas como medicinais



Fonte: próprio autor.

É notável a importância dos pais em passar o conhecimento empírico sobre as plantas medicinais. Em segundo lugar notamos que os avós participam dessa passagem, é a passagem do conhecimento dos mais “velhos” para os mais “novos”. A sabedoria popular se dá assim, oralmente.

5.1.1 As dez plantas mais citadas: descrição

5.1.1.1 Hortelã – *Mentha* spp. (Família Lamiaceae = Labiatae) (Figuras 6, 7 e 8)

O gênero *Mentha* pertence à família Lamiaceae. “Família extremamente rica em espécies medicinais e aromáticas, como por exemplo: o alecrim (*Rosmarinus officinalis*); a sálvia (*Salvia officinalis*); a melissa ou erva-cidreira (*Melissa officinalis*)” (AMARAL; SILVA FILHO, 2010, p. 103). “O nome do gênero *Mentha* descrito por Carl Linnaeus deriva de Mintha, filha de Cocylus; dela, os poetas dizem ter sido transformada nessa planta” (DI STASI; HIRUMA-LIMA, 2002, p. 416).

Chamada popularmente de hortelã, Susan Curtis *et al.*, (2011, p. 84) ensinam que “há mais de 25 tipos de hortelã, muitos dos quais

fazem polinização cruzada, formando novas variedades híbridas. São originárias da Europa e de alguns desses cruzamentos, possivelmente feitos na antiguidade”. Três variedades de hortelã ou menta podem ser vistas nas figuras 6, 7 e 8. Morgan (2003, p. 111) nos fala sobre as flores dessa planta: “as flores violáceas reúnem-se em verticilos, geralmente multifloros, separados, e são pedunculadas e com pequenas brácteas”. Esse mesmo autor (2003, p. 111) nos ensina que a *Mentha X piperita* é a que tem maior aplicação medicinal entre todas as espécies de hortelã.

Figura 2 – Hortelã-pimenta, observar os caules avermelhados característicos dessa planta



Fonte: foto do autor.

Figura 3 – Uma das variedades comuns de menta, na qual podemos observar as folhas enrugadas.



Fonte: foto do autor.

Figura 4 – Outro exemplar de menta, com folhas mais espessas.



Fonte: foto do autor.

Sobre o nome científico da hortelã-pimenta, Amaral e Silva Filho (2010, p. 66) explicam que “na escrita do nome de uma planta híbrida, o sinal “X” precede o epíteto específico. [...] Se o híbrido for experimental e os pais conhecidos, coloca-se o *nome da mãe X o nome do pai*”.

Corrêa (1969 apud SILVA JÚNIOR *et al.*, 1994, p. 36) nos conta sobre a hibridização da hortelã-pimenta “supõem-se que esta espécie seja o resultado da hibridização natural entre *M. viridis* e *M. aquatica*, com larga adaptação no território brasileiro”.

A colheita é feita quando as plantas iniciam o florescimento, entre três a quatro meses após o plantio. O corte da parte aérea deve ser cuidadoso para evitar a coleta de insetos e detritos. Deve-se colher em dias secos, de manhã, e logo após a secagem do orvalho das folhas, evitando-se com isso a fermentação das folhas e a volatilização do óleo essencial, sob a ação solar. Podem ser feitas até três colheitas ao ano, com intervalos de três meses. Uma planta suporta até dez cortes, procedendo-se novo plantio após a consecução dos mesmos. (SILVA JÚNIOR *et al.*, 1994, p. 38).

Para aproveitar o intenso aroma da hortelã deve-se usá-la fresca, porém pode-se usá-la seca, desde que conservadas em recipientes fechados (CORREIA, 2004).

Todas as partes da planta podem ser usadas para fins medicinais (ALBUQUERQUE, 1989). Essa planta é utilizada contra cólicas, náuseas, diarreias, dores de cabeça, garganta, dores nefríticas, vômitos e também contra soluços (TORRES, 2005). De acordo com o Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, da ANVISA, (2011, p. 42) “o uso é contraindicado para pessoas com cálculos biliares e obstrução dos ductos biliares, danos hepáticos severos e durante a lactação”. Barros (1982 apud DI STASI; HIRUMA-LIMA, 2002, p. 417) diz que “em Brasília, é utilizada para tratar problemas do fígado”.

Costa [ca. 2013] cita a hortelã *Mentha crispa*, como sendo usada na culinária, em saladas, assados, além de possuir diversas propriedades medicinais. O chá de suas folhas juntamente com as flores é um potente analgésico estomacal, já o suco puro ou com um dente de alho amassado combatem vermes intestinais.

Existem muitas espécies de hortelã que, além do valor medicinal, também servem como alimento e tempero.

A *Mentha viridis*, ou hortelã-verde, é extremamente aromática, possui folhas rugosas e

é das ervas mais utilizadas na gastronomia do nosso país. Eis algumas outras variedades de *Mentha*: *M. citrata* – possui perfume de limão e folhas lisas e verdes; [...]. *M. rotundifolia* – o seu sabor é uma mistura de hortelã com maçã; [...]. *M. rariopila rubra* – de suave aroma de hortelã-pimenta, possui folhas verde-escuras e caules purpúreos. (CORREIA, 2004, p. 58).

Outra planta que pertence ao gênero *Mentha* é a *M. pulegium* L., “na região da Mata Atlântica, assim como em todo o Brasil, a espécie é chamada de Poejo ou Puejo. Também é conhecida como Poejo-das-hortas” (DI STASI; HIRUMA-LIMA, 2002, p. 418).

5.1.1.2 Capim-limão - *Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf (Família Poaceae = Gramineae) (figura 9)

Esta planta é também chamada de capim-cidró e erva-cidreira em algumas regiões. Ela seria “antiespasmódica. Nevrites, combate febres, gripes, diabete, bronquite, asma, gangrena pulmonar, males da bexiga, dores nas costas, reumatismo em fricção” (CIRILO, 2007, p. 147).

Figura 5 – Touceira de capim-limão



Fonte: foto do autor.

“Entre tantas ervas calmantes, de nomes parecidos, existe ainda um capim-limão nativo do RS, o *Elyonurus candidus*, da família Poaceae = Gramineae, e atende por outros nomes vulgares: pasto

amargo, [...] espartillo (Argentina e Paraguai), sendo utilizado para os mesmos fins” (TORRES, 2005, p. 43).

Na região Amazônica o chá das folhas é utilizado para qualquer tipo de dor, problemas estomacais e febre (DI STASI; HIRUMA-LIMA, 2002, p. 44), uma verdadeira panaceia.

5.1.1.3 Boldo – *Plectranthus barbatus* Andrews (Família Lamiaceae = Labiatae) (figura 10)

“É originária da Índia, trazida para o Brasil provavelmente no período colonial” (LORENZI; MATOS, 2008, p. 328), podendo-se encontrar várias espécies com o nome vulgar boldo, boldo-do-chile, boldo-gaúcho, boldo-rasteiro, sendo que o abordado aqui é a espécie *Coleus barbatus* = *Plectranthus barbatus*, conhecido popularmente como falso-boldo. “Popularmente é usado em forma de chá contra males do fígado, intestino e como calmante de dores. Usam-se geralmente as folhas” (CIRILO, 2007, p. 119). As folhas são também utilizadas para curar animais doentes, principalmente galinhas, esmagando suas folhas que são colocadas na água para os mesmos beberem.

Figura 6 – Exemplar florido de falso-boldo



Fonte: Foto do autor.

Na literatura encontramos descrição sobre o verdadeiro boldo, o *Peumus boldus* = *Boldea boldus*. “O boldo verdadeiro é uma planta típica de uma altitude de cerca de 2500 m, de clima seco, frio e ventos cortantes. O arbusto é símbolo do Chile, que o exporta para diversos países” (TORRES, 2005, p. 38). O verdadeiro boldo possui “folhas secas e quebradiças com cheiro de mastruço, são encontradas no comércio, porém não cultivadas no Brasil” (LORENZI; MATOS, 2008, p. 329).

Sua infusão deve ser feita utilizando 1 – 3 g de folhas secas para cada 150 ml de água. Pessoas acima de 12 anos devem tomar o chá logo em seguida de seu preparo, de duas a três vezes ao dia (BRASIL, 2011, p. 53). Para o uso dessa planta há uma importante advertência.

Não deve ser utilizado por gestantes, lactantes, crianças, hipertensos e portadores de obstrução das vias biliares. Não usar no caso de tratamento com metronidazol ou dissulfiram, medicamentos depressores do SNC e anti-hipertensivos. Doses acima das recomendadas e utilizadas por um período maior do que os recomendados podem causar irritação gástrica. (BRASIL, 2011, p. 53).

5.1.1.4 Camomila - *Matricaria chamomilla* (L.) Rauschert (Família Asteraceae – Compositae) (figura 11)

É uma planta muito utilizada pela população. Da família Asteraceae – Compositae, não passa despercebida aos olhos, lembra muito uma margarida, mas em miniatura. Outras medicinais dessa família são o guaco, a carqueja, arnica e o picão (AMARAL; SILVA FILHO, 2010). Também é chamada popularmente de macela, “os egípcios adoravam o deus Sol (Rá, senhor do Céu) e dedicavam a macela à poderosa estrela” (CORREIA, 2004, p. 66). “O nome ‘camomila’ deriva do grego *kamai*, ‘rasteiro’, e de *melon*, ‘maçã’, ou seja, ‘camomila’ é uma *kamai melon*” (ROSENFELD, 1999, p. 189).

A família Asteraceae é muito importante para a medicina alternativa, muitas das plantas medicinais pertencem a esta família.

A família Asteraceae pode ser considerada uma das mais importantes fontes de espécies vegetais de interesse terapêutico, dado o grande número de plantas pertencentes a ela que são usadas

popularmente como medicamentos, muitas das quais amplamente estudadas dos pontos de vista químico e farmacológico. (DI STASI; HIRUMA-LIMA, 2002, p. 464).

Esta planta “é nativa dos campos da Europa e aclimatada em algumas regiões da Ásia e nos países latinos-americanos, inclusive na região Sul do Brasil” (LORENZI; MATOS, 2008, p. 127). As flores, reunidas em capítulos, são as principais partes usadas. Dispepsias, afecções gástricas, cólicas abdominais com gases, insônia de origem nervosa – chá por infusão (FRANCO, 2003) são as principais indicações. “É muito administrada em forma de chá para cólicas de bebês” (CORREIA, 2004, p. 66). “Mais de um milhão de xícaras de chá de camomila são consumidas a cada dia no mundo todo – incluída minha casa” (ROSENFELD, 1999, p. 189).

“Atualmente estão sendo desenvolvidos cultivares com maior teor de óleo essencial, para elaboração de cosméticos” (TORRES, 2005, p. 40).

Os componentes de ação das plantas medicinais encontram-se nos óleos essenciais:

São produtos voláteis de origem vegetal obtidos por processo físico (destilação por arraste com vapor de água, destilação a pressão reduzida ou outro método adequado). Os óleos essenciais podem se apresentar isoladamente ou misturados entre si, retificados, desterpenados ou concentrados. Entende-se por retificados, os produtos que tenham sido submetidos a processo de destilação fracionada para concentrar determinados componentes; por desterpenados, aqueles que tenham sido submetidos a processo de desterpenação; e, por concentrados, os que tenham sido parcialmente desterpenados (ANVISA, Resolução nº 104, de 14 de maio de 1999).

Figura 7 – Camomila, com suas pequenas inflorescências em capítulos.



Fonte: foto do autor.

Para uso externo o Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (BRASIL, 2011, p. 39) sugere que para cada 100 ml de água, deve ser usado 6 – 9 g das inflorescências secas. “Devido a sua ação emoliente é benéfica para a pele, atua externamente, acalmando irritações, hemorroidas, olheiras, conjuntivite, e demais inflamações dos olhos e boca” (TORRES, 2005, p. 41).

Coimbra (1994, p. 66) fala sobre a camomila dizendo que “na cefaleia gripal, melhora muito a dor, sem o inconveniente de muitos analgésicos, que reduzem a diurese e favorecem a retenção no organismo de substancias tóxicas”.

5.1.1.5 Laranja – *Citrus* spp. (Família Rutaceae) (figura 12)

A laranja-azeda é uma árvore perenifólia, com copa globosa, com muitos espinhos e que pode atingir quatro ou seis metros de altura. Suas flores são brancas e muito perfumadas, reunidas em pequenas cimeiras axilares. Seus frutos são globosos, com casca grossa, de cor amarelada e rugosa, com sabor amargo contendo muitas sementes. Diferentes variedades são cultivadas em pomares domésticos em vários lugares do Brasil (LORENZI; MATOS, 2008). Morgan (2003, p. 115) fala sobre como coletar as perfumadas flores, “as flores são coletadas quando

acabam de se abrir ou ainda em botão e colocadas a secar com o maior cuidado, bem espalhadas sobre o papel. [...] Deve-se tomar muito cuidado com a dessecação das flores, pois estas perdem a essência com muita rapidez”. Essas flores podem ser usadas como sedativo, para aromatizar cremes, produtos higiênicos e em perfumaria, entre outras utilidades (COIMBRA, 1994).

O suco da fruta é indicado para anemia, febre, gripes, reumatismo, para melhorar a digestão e também calmante (MICHALAK, 2002). “Em infusão, as flores e folhas (15 g por cada litro de água) são indicadas para o tratamento de insônias e para estimular o apetite” (CORREIA, 2004, p. 60). A cada 150 ml de água é recomendado utilizar 1 – 2 g de flores secas (BRASIL, 2011).

Figura 8 – Laranjeira.



Fonte: foto do autor.

5.1.1.6 Erva-cidreira – *Melissa officinalis* L. (Família Lamiaceae = Labiatae) (figura 13)

A erva-cidreira é cultivada nas regiões temperadas como aromatizante de alimentos e para fins medicinais desde tempos muito antigos, tendo sido trazida para o Brasil há mais de um século. Conhecida também pelo seu gênero melissa, ela pertence a família Lamiaceae = Labiateae.

Figura 9 – Erva-cidreira ou melissa



Fonte: foto do autor.

Trata-se de uma planta muito útil, podendo ser utilizada de várias formas. Franco (2003, p. 83) nos ensina que “as folhas frescas colocadas sobre as pálpebras aliviam a dor”. E que “bochechos com o chá quente acalmam as dores de dente”. De acordo com Corrêa (1969 apud SILVA JÚNIOR *et al.* 1994, p. 30) a *M. officinalis* “é uma das plantas mais cobiçadas em fitoterapia, dadas as suas consagradas propriedades calmante, digestiva, sedante e antiespasmódica”. É utilizada para temperar peixes, frangos e guisados.

Nos sucos ela confere sabor refrescante, podendo ser usada em sobremesas e saladas. Na indústria farmacêutica ela é utilizada em

perfumes e colônias. Os carmelitas franceses criaram um produto conhecido como “água de melissa” (TORRES, 2005).

“Não deve ser utilizado nos casos de hipotireoidismo e utilizar cuidadosamente em pessoas com hipotensão arterial” (BRASIL, 2011, p. 41), pois ela age como tônica sobre o coração e sobre o sistema circulatório, gerando pequenas vasodilatações dos vasos periféricos reduzindo a pressão sanguínea (COSTA, 2013).

5.1.1.7 Erva-doce – *Foeniculum vulgare* Mill. (Família Apiaceae = Umbelliferae) (figura 14)

Planta muito cultivada no Brasil, mas nativa da Europa. A título de curiosidade é interessante destacar que “um dos primeiros vinagres balsâmicos que se têm notícias, provinha da região do Mediterrâneo e se constituía de vinagre feito a partir de vinho com infuso de sementes de funcho” (TORRES, 2005, p. 59). Aromática, pode crescer de 40-90 centímetros de altura. Suas flores são pequenas, hermafroditas, de cor amarelada, disposta em umbelas compostas por 10-20 umbelas menores (LORENZI; MATOS, 2008).

Figura 10 – Funcho ou erva-doce.



Fonte: <http://files.tachyon-ostrava.webnode.cz/200000099-d2e23d3dc7/fenykl.jpg>

Sobre o cultivo nos conta Cerri (1991 apud SILVA JÚNIOR, 1994, p. 33) que “a planta desenvolve-se melhor em solos drenados, leves e com baixa acidez.” Quando o solo está úmido demais pode ocorrer podridão nas raízes. Prefere clima ameno e sua propagação é através de sementes, bem parecido com a propagação do endro (SILVA JÚNIOR *et al.*, 1994).

“Chá de uma colher de semente combate cólicas das crianças, diarreia crônica, provoca sono, evita desmaios, aumenta o leite das mães, é digestivo e contra azia. Tem ação sobre o cérebro, facilitando trabalhos intelectuais. Aumenta urina, estomacal e emenagogo” (CIRILO, 2007, p. 144).

Erroneamente designado de erva-doce. Não se conhece a ocorrência de erva-doce no Brasil, haja visto ser oriunda de locais muito frios e secos, embora o funcho seja um excelente substituto. Para o leigo, a principal diferença está no formato dos frutos: o funcho tem frutos oblongos, vulgarmente designados de “sementes”, enquanto na erva-doce, os frutos são arredondados. (TORRES, 2005, p. 59-60).

5.1.1.8 Eucalipto – *Eucalyptus* spp. (Família Myrtaceae) (figura 15)

Essas árvores estão presentes em muitas regiões do Brasil como espécies exóticas, economicamente são muito usadas. São nativas da Austrália e Tasmânia, são usadas para drenar terrenos (CURTIS *et al.*, 2011), e com outras finalidades como descrito abaixo.

Figura 11 – Detalhe da folha do eucalipto.



Fonte: Foto do autor.

Introduzidas inicialmente no Brasil para a utilização da madeira na construção das estradas de ferro, as diferentes espécies de *Eucalyptus* têm atualmente utilizações variadas, desde o fornecimento de madeiras para postes e dormentes, até celulose e papel, indústria de detergentes e desinfetantes, perfumarias etc. (AMARAL; SILVA FILHO, 2010, p. 93).

Suas folhas e óleos são usadas na fitoterapia, os aborígenes australianos usavam as folhas para fazer compressas e também para tratar gripes e resfriados (CURTIS *et al.*, 2011). “Mascar suas folhas alivia a dor e inflamação da garganta” (CIRILO, 2007, p. 147). “O teor de eucaliptol varia conforme a espécie, sendo mais abundante no *E. citriodora*” (TORRES, 2005, p. 56).

“Por ser abundante no Sul do País, é uma planta acessível para o tratamento de todos em geral. Por suas propriedades antisséptica, anti-inflamatória, desinfetante, torna-se útil nos tratamentos que exijam banhos de assento, de tronco, locais, etc.” (BIAZZI, 1998, p. 81).

5.1.1.9 Carqueja – *Baccharis trimera* (Less.) DC. (Família Asteraceae = Compositae) (figura 16)

Planta muito comum em áreas abertas como campos, trata-se de:

Subarbusto perene, ereto, muito ramificado na base, de caules e ramos verdes com expansões trialadas, de 50-80 cm de altura, nativo do Sul e Sudeste do Brasil, principalmente nos campos de altitude. Folhas dispostas ao longo de caules e ramos como expansões aladas. Inflorescências do tipo capítulo, dispostas ao longo de ramos, de cor esbranquiçada. (LORENZI; MATOS, 2008, p. 122).

Segundo Franco (2003, p. 75) essa planta pode ser usada para “afecções gástricas, urinárias, intestinais, hepáticas e biliares, diabetes, verminoses – chá por infusão ou decocção”. Também pode ser utilizada no emagrecimento e para desintoxicar o organismo (DI STASI; HIRUMA-LIMA, 2002).

Figura 12 – Caule alado da Carqueja



Fonte: foto do autor.

Morais e Castanha (2011, p. 629) citam Verdi (2005) que fala sobre a diversidade desse gênero: “no Brasil estão descritas pelo menos 120 espécies de *Baccharis*, com a maior parte delas localizadas na região sudeste do país. Na Argentina, esse número é estimado em torno de 100 espécies, 28 no México e aproximadamente 40 na Colômbia”.

“O gênero foi descrito por Carl Linnaeus e inclui aproximadamente quatrocentas espécies tropicais americanas, com ampla distribuição na América do Sul. O nome do gênero foi dado em homenagem a Bacchus, o deus Baco do vinho” (DI STASI; HIRUMALIMA, 2002, 468).

É uma planta muito utilizada como medicinal, mas Morais (2009 apud MORAIS; CASTANHA, 2011, p. 631) nos alerta que “é importante salientar que a composição química das espécies medicinais sofre alteração devido à ação dos fatores ambientais, como a temperatura, pluviosidade, nutrição e o horário de coleta”.

“Existe uma espécie do mesmo gênero denominada *Baccharis articulata*, [...], à qual são atribuídas as mesmas propriedades, exceto a de abrir o apetite. A carqueja é considerada planta invasora de cultivos, sobretudo em áreas abandonadas” (TORRES, 2005, p. 42). “Não utilizar em gestantes e lactantes. O uso pode causar hipotensão. Evitar o uso concomitante com medicamentos para hipertensão e diabetes” (BRASIL, 2011, p. 23).

5.1.1.10 Malva – *Malva sylvestris* L., *Malva crispa* L. e *Malva parviflora* L. (Família Malvaceae) (figura 17)

Cerri (1991 apud SILVA JÚNIOR *et al.* 1994, p. 41) ensina que “na Grécia a planta é ingerida como hortaliça”. Ela é utilizada para tratar de afecções na garganta, intestinos, tosses, inflamações em geral, cortes e também catarros pulmonares (MICHALAK, 2002). Sobre o uso dessa planta também é essencial citar que:

Esta planta constitui-se de uma verdadeira panaceia, com a vantagem de não serem conhecidos possíveis efeitos tóxicos. É amplamente utilizada para prisão-de-ventre, afecções respiratórias. Usada em casos de inflamações, principalmente no combate às afecções dos rins, bexiga, aparelho genital feminino (leucorréia). (TORRES, 2005, p. 73).

A palavra panaceia significa “remédio para todos os males” (MICHAELIS, 2008, p. 636), onde *pan* = todos e *ákeia* = remédio.

Sobre a *Malva sylvestris* dizem que “antigamente, pensava-se que ela era capaz de curar toda espécie de males, daí seu nome, que significa ‘mal-va(i-te)’. Alguns relatos contam que os Gregos já utilizavam-na mais de mil anos antes de Cristo” (CORREIA, 2004, p. 68).

Figura 13 – Malva.



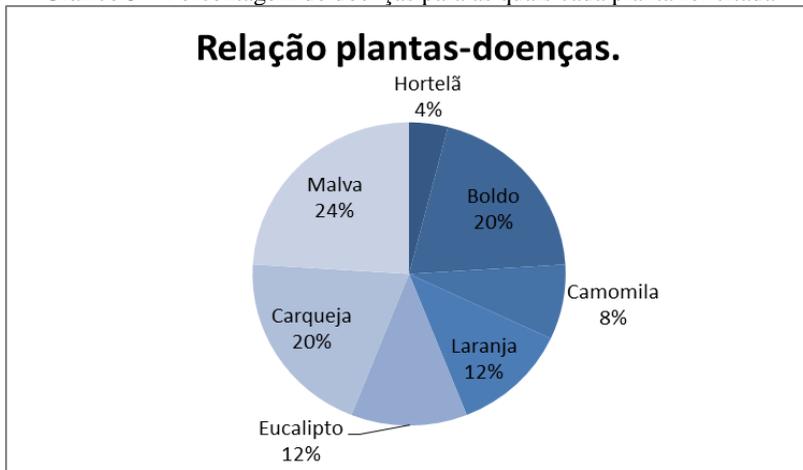
Fonte: Foto o autor.

5.1.2 As indicações de uso das plantas medicinais em major Vieira/SC

Com relação às indicações de uso, pesquisadas no segundo questionário (Apêndice B), dos 50 questionários distribuídos, 40 foram respondidos. Os dados obtidos foram analisados e comparados com os da literatura, tendo-se elaborado gráficos para demonstrar quais foram as plantas mais indicadas para os diversos males.

Como observado no Gráfico 01, a malva, o boldo e a carqueja foram citadas como as plantas que possuem maior utilidade, 24%, 20% e 20% respectivamente. Dos males citados a malva poderia ajudar em 6, e, o boldo e a carqueja, em 5. A erva-doce não foi citada como relevante para o tratamento de nenhum mal listado no segundo questionário.

Gráfico 5 – Porcentagem de doenças para as quais cada planta foi citada



Fonte: próprio autor.

A seguir são analisados os dados obtidos no segundo questionário, com relação às plantas indicadas para os diferentes males. A planta que obteve maior número de indicações para cada um dos males foi a escolhida para a comparação de uso indicado na literatura.

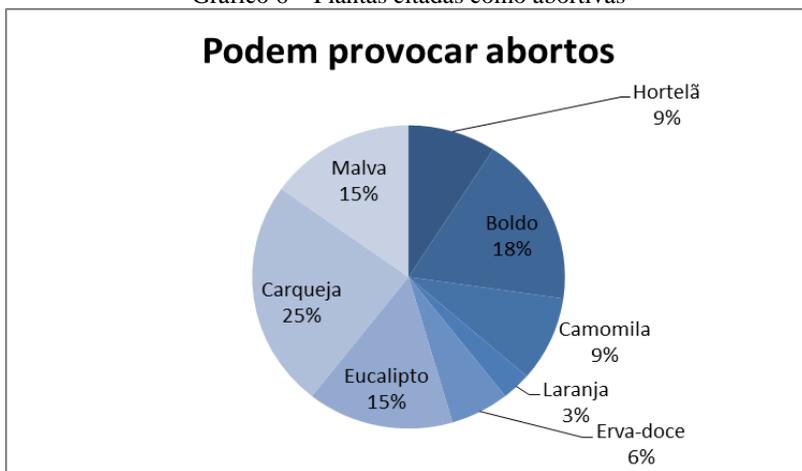
5.1.2.1 Planta medicinal que pode provocar abortos

A planta mais indicada como abortiva foi a carqueja, como pode ser visto no Gráfico 02. Na literatura consultada não foi encontrada nenhuma citação referente à carqueja ser abortiva.

Algumas plantas são indicadas como abortivas e grávidas devem tomar cuidado ao utilizá-las, mesmo que em pequena quantidade.

Abutua, artemísia, algodoeiro (sementes), açafraão, alecrim-do-jardim, arruda, babosa, buchinha-do-norte, aroeira, ananás (verde), cabacinha (fruto), café (folhas), caruru-de-cacho (sementes), cavalinha, corticeira (semente), cipó-mil-homens, mamoeiro-vermelho, manga (suco da fruta), ruibarbo, salsa (semente usada com frequência). (CIRILO, 2007, p. 25).

Gráfico 6 – Plantas citadas como abortivas



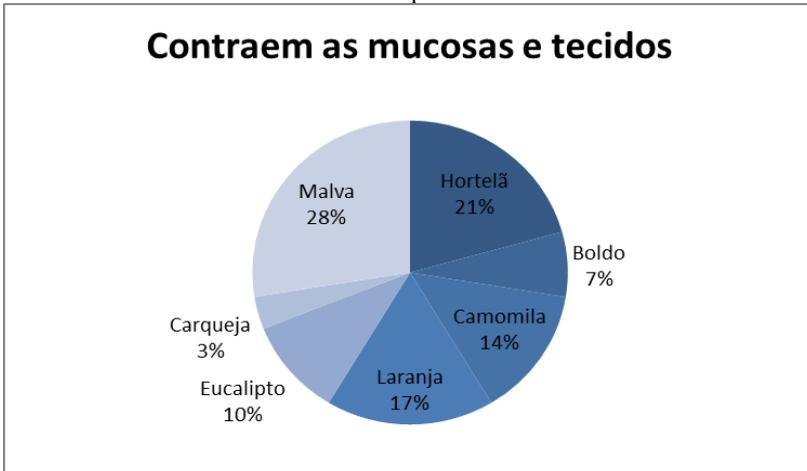
Fonte: próprio autor.

5.1.2.2 Planta medicinal que contrai as mucosas e tecidos

No Gráfico 03, pode-se observar que a malva foi a mais citada como planta capaz de contrair as mucosas e tecidos. Plantas que são capazes de contrair mucosas e tecidos são chamadas de plantas adstringentes. Costa (2013, p. 60) nos conta que a malva-cheirosa, *Pelargonium graveolens* L. teria a propriedade de ser adstringente, porém essa planta não pertence à família Malvaceae que é a família abordada nesse trabalho.

Lorenzi e Matos (2008, p. 360) nos ensinam que a malva (*Malva sylvestris* L.) é “levemente adstringente, citada na literatura etnofarmacológica como medicação capaz de suavizar a irritação dos tecidos e reduzir inflamações”. Sendo assim o uso da malva como adstringente está de acordo com a literatura consultada.

Gráfico 7 – Plantas citadas como capazes de contrair mucosas e tecidos

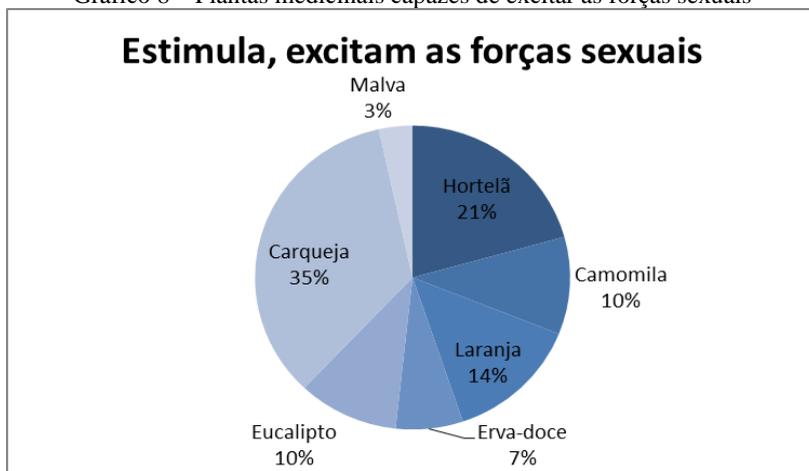


Fonte: próprio autor.

5.1.2.3 Planta medicinal que estimula, excita as forças sexuais

A carqueja foi a espécie mais referida como capaz de excitar as forças sexuais, como pode ser observado no Gráfico 04. No entanto, apenas uma breve referência é encontrada em Torres, segundo a qual “acredita-se que possa auxiliar na impotência masculina e esterilidade feminina e DST’s” (2005, p. 44).

Gráfico 8 – Plantas medicinais capazes de excitar as forças sexuais



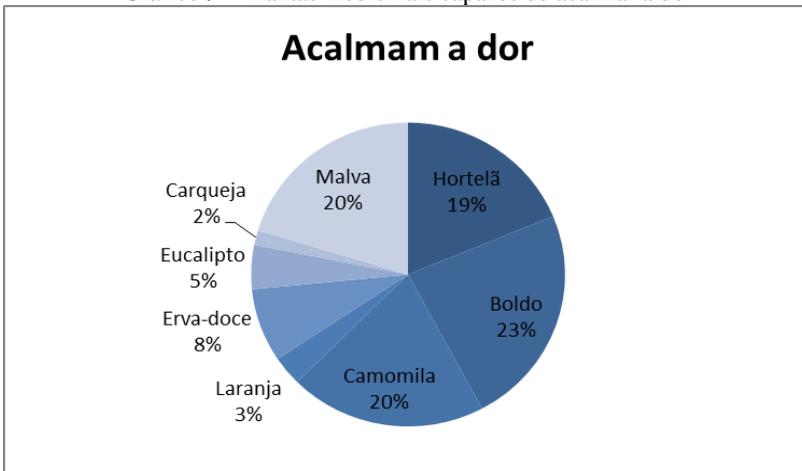
Fonte: próprio autor.

5.1.2.4 Planta medicinal que acalma a dor

O boldo foi a planta mais assinalada como capaz de acalmar a dor (Gráfico 05). “Popularmente é usado em forma de chá contra males do fígado, intestino e como calmante de dores” (CIRILO, 2007, p. 119) e também para “dores de estômago” (TORRES, 2005, p. 39). Portanto usar o boldo para acalmar dores está de acordo com a literatura consultada.

A camomila e a malva ficaram em segundo lugar. Sobre as flores da camomila pode-se dizer que é uma planta capaz de acalmar a dor tomando uma infusão de 20 a 30 gramas por litro, deixar descansar 15 minutos e tomar 2 ou 3 xícaras por dia (MAURY; RUDDER, 2002), CORREIA (2004, p. 66) também nos fala que “atua como calmante das dores menstruais”.

Gráfico 9 – Plantas medicinais capazes de acalmar a dor

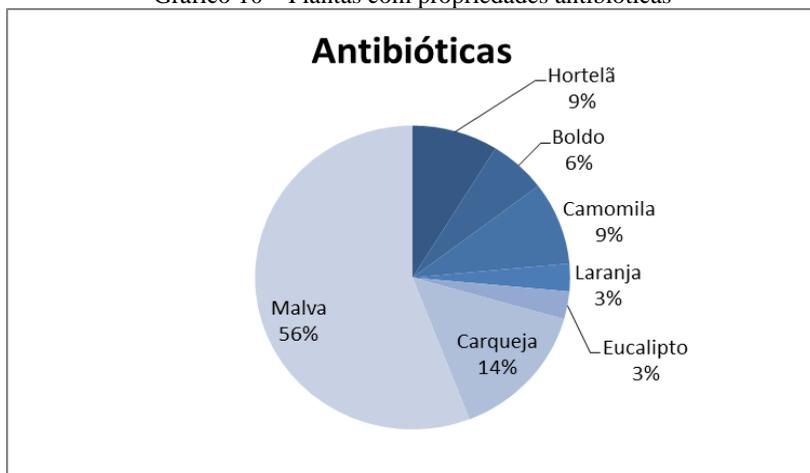


Fonte: próprio autor.

5.1.2.5 Planta medicinal com propriedades antibióticas

A malva seria uma planta com propriedades antibióticas, segundo as pessoas que responderam o questionário. Esses dados podem ser vistos no Gráfico 06. Na literatura consultada não se encontrou passagens onde se relata a propriedade antibiótica da malva, porém em Lorenzi e Matos (2008, p. 360) há a citação de que “como medicação capaz de suavizar a irritação dos tecidos e reduzir as inflamações”. Conclui-se que o uso da malva como antibiótica está em desacordo com a literatura.

Gráfico 10 – Plantas com propriedades antibióticas

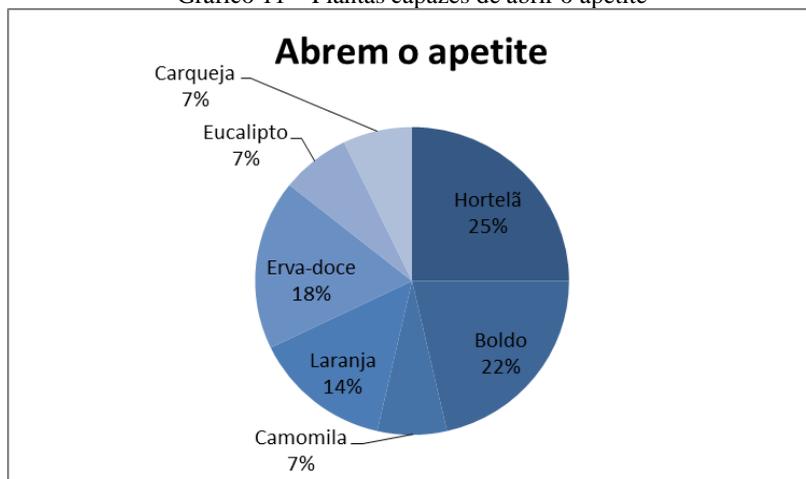


Fonte: próprio autor.

5.1.2.6 Planta medicinal capaz de abrir o apetite

A hortelã seria capaz de abrir o apetite, como observado no Gráfico 07. Segundo Morgan (2003, p. 111) a hortelã “em seu uso interno, atua como carminativa e estomáquica, ativando o apetite e facilitando a digestão”, portanto o seu uso está em conformidade com a literatura.

Gráfico 11 – Plantas capazes de abrir o apetite



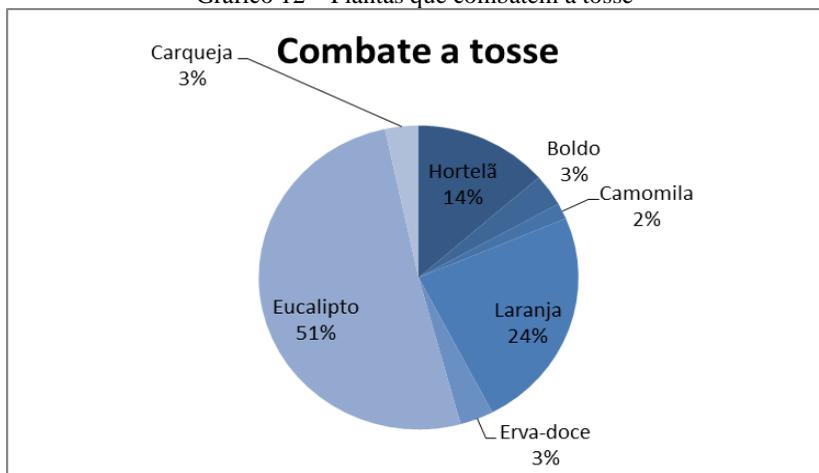
Fonte: próprio autor.

5.1.2.7 Planta medicinal que combate a tosse

“Geralmente a tosse é causada pela presença de matéria estranha nas vias respiratórias. Ocorre durante gripe, resfriados, crises de bronquite, pneumonia e coqueluche, doenças da garganta, tuberculose etc. Pode ser produzida também pela inalação de substâncias estranhas” (SPETHMANN, 2003, p. 367).

O eucalipto (Gráfico 08) seria uma planta capaz de combater a tosse, 51% das pessoas elegeram essa planta. Correia (2004, p. 50) nos ensina que o eucalipto “é indicado para o tratamento de doenças pulmonares, afecções brônquicas, constipação, catarro, rinite e tosse (frequentemente é utilizado em pastilhas)”. Franco (2003, p. 85) descreve como o eucalipto pode ser usado para combater a tosse, “óleo essencial das folhas – estados catarrais em geral, gripes, tosses e resfriados – sob forma de inalação, colocando gotas em água fervente e inalando”, sendo assim o uso do eucalipto para tratar tosse está de acordo com a literatura consultada.

Gráfico 12 – Plantas que combatem a tosse



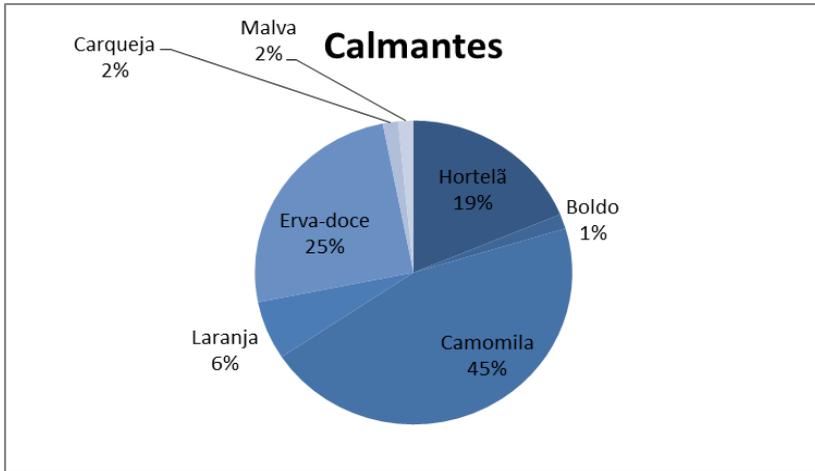
Fonte: próprio autor.

5.1.2.8 Planta medicinal com propriedades calmantes

No Gráfico 09, observa-se que a camomila foi a mais citada como calmante. Essa planta é considerada “sedativa e utilizada principalmente nos transtornos nervosos de mulheres e crianças” (MORGAN, 2003, p. 65). Segundo Silva Júnior *et al.* (1994, p. 17), “as flores, de intenso perfume, são tônicas, calmantes, antialérgicas, antiestressantes e são usadas para queimaduras de sol.” Curtis *et al.* (2011, p. 80) confirmam que a camomila seria “sedativa” e Franco (2003, p. 72) indica essa planta para “insônia de origem nervosa – chá por infusão”, dessa maneira o uso popular está de acordo com a literatura específica.

Uma receita de uso caseiro para o esgotamento nervoso seria ferver durante 2 minutos 3 folhas de sálvia e uma colher de flores de camomila, adoçar com mel ou açúcar mascavo, tomar antes de dormir (TORRES, 2005).

Gráfico 13 – Plantas utilizadas como calmante

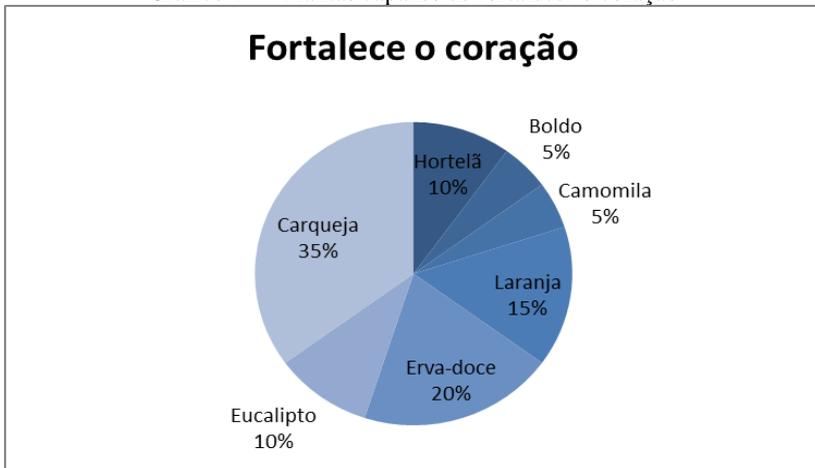


Fonte: próprio autor.

5.1.2.9 Planta medicinal que fortalece o coração

A carqueja, Gráfico 10, seria uma planta capaz de fortalecer o coração. Porém na literatura consultada não há nenhuma referência sobre a planta ser capaz de fortalecer o coração.

Gráfico 14 – Plantas capazes de fortalecer o coração



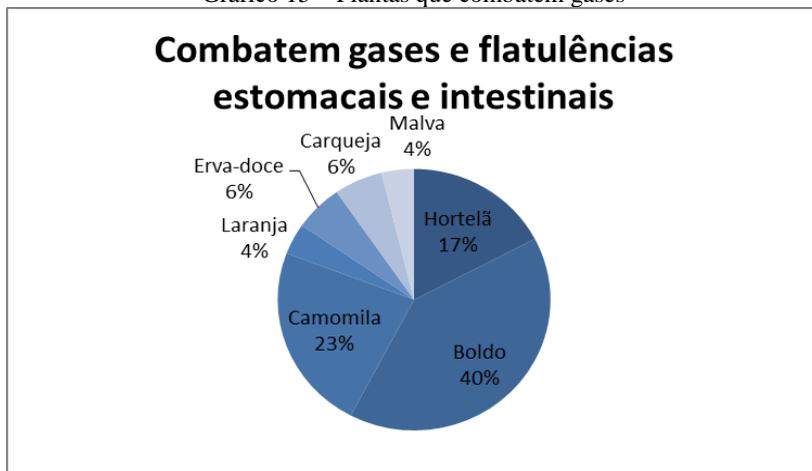
Fonte: próprio autor.

5.1.2.10 Planta medicinal que combate gases e flatulências estomacais e intestinais

O boldo seria capaz de combater gases, como visto no Gráfico 11. De acordo com Maury e Rudder (2002, p. 189) a flatulência seriam “gases abundantes no estômago e intestino com frequentes inchaços abdominais”. Esses mesmos autores indicam as seguintes plantas para tratar desse problema: angélica, anis-estrelado, centáurea e um chá, em partes iguais, feito com erva-doce, chicória, coriandro, cominho, funcho, erva-cidreira, menta, orégano e sassafrás (MAURY; RUDDER, 2002).

O boldo-do-chile seria apropriado para combater “gases intestinais” (CIRILO, 2007, p. 119), mas o boldo aqui abordado é o *Plectranthus barbatus*, planta bem comum no Brasil. Porém em Franco (2003, p. 70), encontramos a indicação desta espécie de boldo para combater “flatulências”. Dessa maneira, usar o boldo para combater gases está em concordância com a literatura consultada.

Gráfico 15 – Plantas que combatem gases



Fonte: próprio autor.

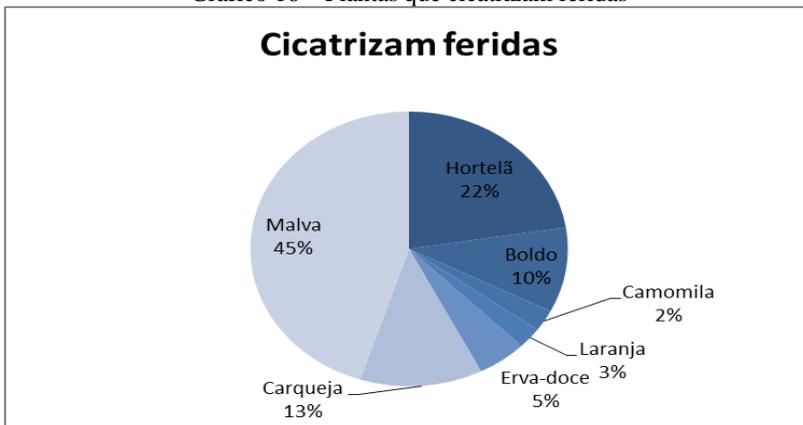
5.1.2.11 Planta medicinal que cicatriza feridas

A malva foi a planta mais citada como capaz de cicatrizar feridas, segundo as pessoas que responderam o segundo questionário, como

pode ser visto no Gráfico 12. “Algumas plantas medicinais possuem ação cicatrizante eficaz em feridas e ulcerações externas. Podem ser administradas na forma de cataplasma, banhos e até mesmo chás” (FRANCO, 2003, p. 31).

A malva seria boa para “dar banhos nos inchaços das pernas, desinfetante para feridas e úlceras [...]” (CIRILO, 2007, p. 165), porém não está explícito que esta planta seja capaz de cicatrizar feridas. Já Irmã Eva Michalak (2002, p. 42) fala que a malva seria boa para “cortes”. Correia (2004, p. 68) diz que “a água da fervura é usada tanto para a lavagem de feridas quanto para tratar inflamações cutâneas e irritações oculares”. Portanto usar a malva para cicatrizar feridas está em conformidade com a literatura consultada.

Gráfico 16 – Plantas que cicatrizam feridas



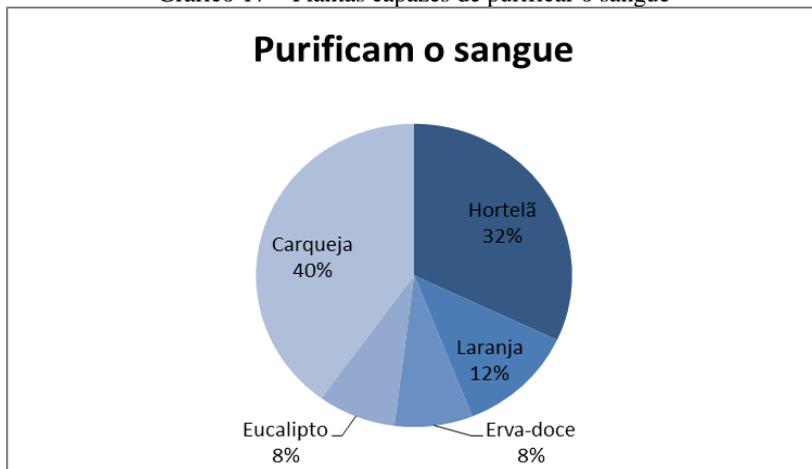
Fonte: próprio autor.

5.1.2.12 Planta medicinal que purifica o sangue

A planta capaz de purificar o sangue, mais citada foi a carqueja, segundo as respostas dadas ao segundo questionário. Essa informação pode ser vista no Gráfico 13. Costa (2013, p. 34) cita que a carqueja ajuda “na eliminação de toxinas do sangue, por isso, é conhecida como planta purificadora do sangue”. Lorenzi e Matos (2008, p. 123) falam ainda que “um estudo clínico conduzido em 1967 mostrou a habilidade do extrato desta planta na redução dos níveis de açúcar no sangue, validando assim seu efeito hipoglicêmico”.

Portanto o uso popular dessa planta para purificar o sangue está em conformidade com a literatura consultada.

Gráfico 17 – Plantas capazes de purificar o sangue

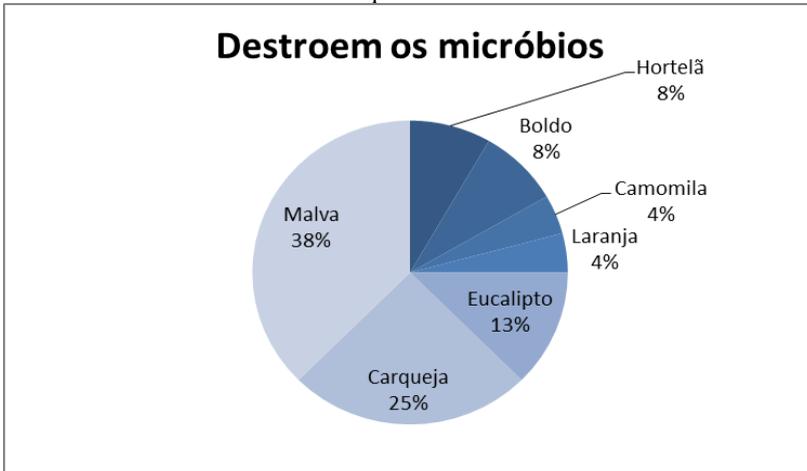


Fonte: próprio autor.

5.1.2.13 Planta medicinal que destrói micróbios

A planta capaz de destruir micróbios seria a malva, ver o Gráfico 14. Algumas plantas desinfetantes seriam “espinheira-santa, cancerosa, eucalipto, jequitibá” (CIRILO, 2007, p. 26). Não foi encontrada na literatura consultada nenhuma citação sobre a malva ter propriedades que destroem micróbios.

Gráfico 18 – Planta que destrói micróbios: malva

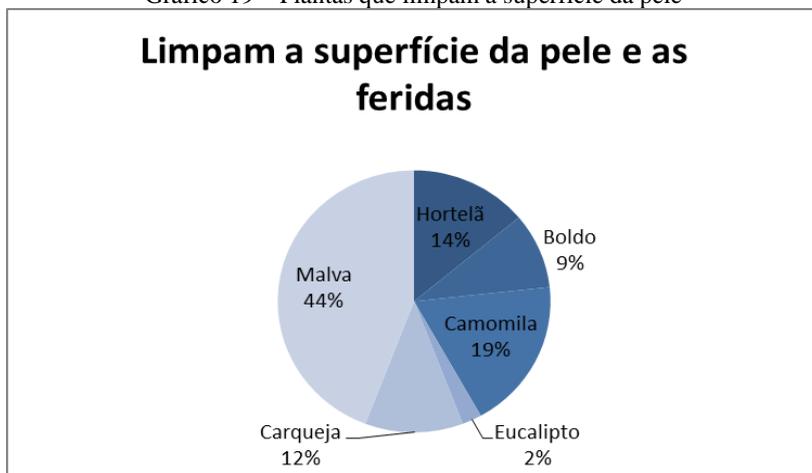


Fonte: próprio autor.

5.1.2.14 Planta medicinal que limpa a superfície da pele e as feridas

Segundo as pessoas que responderam o questionário a malva seria a planta mais indicada para limpar a superfície da pele e as feridas (Gráfico 15). Lorenzi e Matos (2008, p. 360), citam que a *Malva sylvestris* “externamente, na forma de banho localizado, é empregada contra afecções da pele, contusões, furúnculos, abscessos e mordidas de insetos [...]”. Correia (2004, p. 68) ensina que “a água da fervura é usada tanto para lavagens de feridas quanto para tratar inflamações cutâneas e irritações oculares”. Sendo assim usar a malva para limpar as superfícies da pele e as feridas está de acordo com a literatura.

Gráfico 19 – Plantas que limpam a superfície da pele



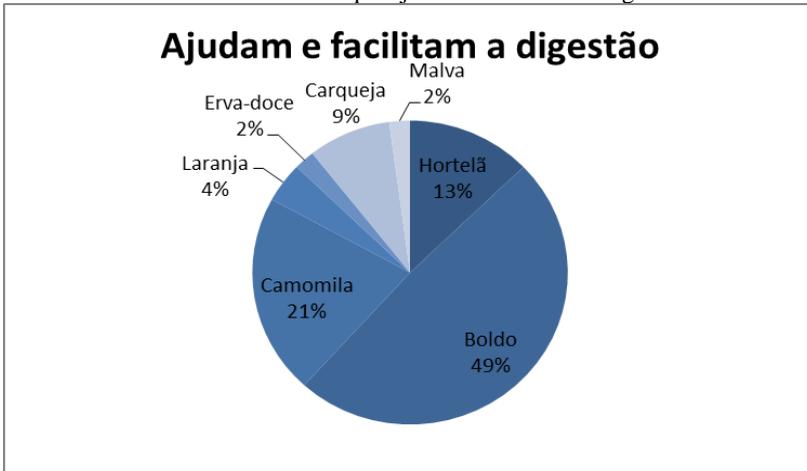
Fonte: próprio autor.

5.1.2.15 Planta medicinal que ajuda e facilita a digestão

O boldo seria a planta que teria propriedades capazes de ajudar e facilitar a digestão, segundo as pessoas que responderam o segundo questionário, como visto no Gráfico 16. Para a evacuação normal e regular Maury e Rudder (2002, p. 187) indicam as folhas de boldo, “infusão de 10g por litro; deixar descansar 3 minutos; tomar 2 xícaras ao dia, após as refeições”. Mas, é importante saber, que, devido a sua toxidez, “recomendamos precauções no uso frequente, tanto para adultos e mais ainda para crianças” (CIRILO, 2007, p. 119). Lorenzi e Matos (2008, p. 328) citam que o boldo seria “amargo, estimulante da digestão e do apetite” bem como Torres (2005, p. 39) fala que é “digestivo, indicado na prisão-de-ventre”.

Sendo assim, usar o boldo para ajudar e facilitar a digestão está em acordo com a literatura consultada.

Gráfico 20 – Plantas que ajudam e facilitam a digestão



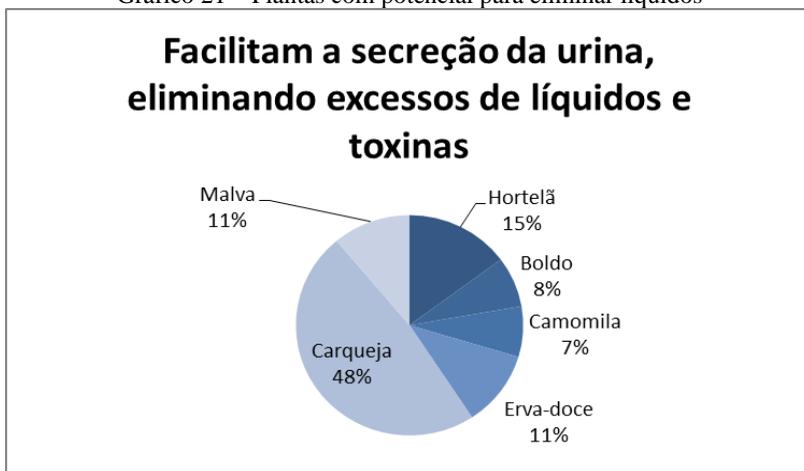
Fonte: próprio autor.

5.1.2.16 Planta medicinal que facilita a secreção da urina

A carqueja, mais uma vez, foi citada como planta medicinal importante e dessa vez suas propriedades seriam benéficas para facilitar a secreção da urina, eliminando excessos de líquidos e toxinas (Gráfico 17). Cirilo (2007, p. 128) traz a única indicação de que a carqueja “cura inflamações das vias urinárias”, pois nos demais livros consultados não foi encontrada nenhuma informação sobre a carqueja ajudar na secreção da urina, dessa maneira o seu uso popular está em desacordo com os citados na literatura.

Irmã Eva Michalak (2002, p. 92) nos traz uma lista de plantas diuréticas: “cardo-santo, chuchu, erva-de-bugre, erva-tostão, cordão-de-frade, quebra-pedra, anil, losna, carobinha, sete-sangrias, tansagem, tarumã, taiuiá, raiz de alfafa, trapoeraba, urtiga, baga de cipreste, bolsa-de-pastor, damiana, chorão, algodoeiro, erva-de-passarinho, mil-em-rama”.

Gráfico 21 – Plantas com potencial para eliminar líquidos

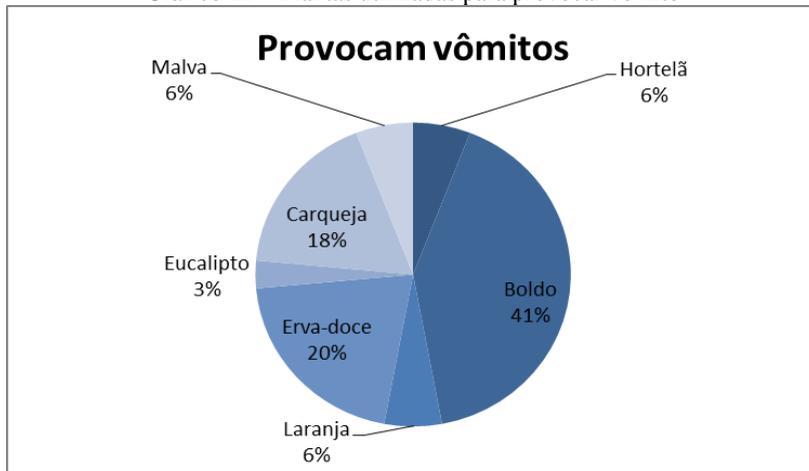


Fonte: próprio autor.

5.1.2.17 Planta medicinal que provoca vômito

A planta mais citada como capaz de provocar vômito é o boldo (Gráfico 18). Não foi encontrada, na literatura consultada, citação referente ao boldo ter propriedade emética, portanto o uso dessa planta para provocar vômitos está em desacordo com a literatura.

Gráfico 22 – Plantas utilizadas para provocar vômito



Fonte: próprio autor.

5.1.2.18 Planta medicinal que repõe vitamina C no organismo

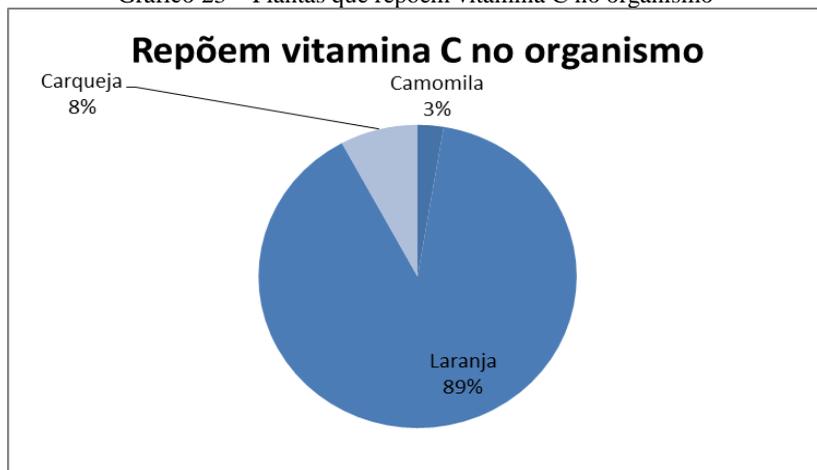
Quando se pensa em vitamina C é inevitável não pensar em laranja, o que é comprovado no resultado dessa pesquisa (Gráfico 19). “O termo vitamina é empregado para substâncias orgânicas necessárias em pequenas quantidades para as atividades metabólicas de um organismo e que, como regra geral, não são sintetizadas por ele” (LOPES; ROSSO, 2005, p. 40-41).

O ácido ascórbico ou vitamina C participa de muitos processos importantes no organismo, como a formação do colágeno e o fortalecimento do sistema imunológico. A sua deficiência pode causar escorbuto e está relacionada a uma maior suscetibilidade a gripes e resfriados. (FRANCO, 2003, p. 117).

É muito boa contra escorbuto e anemias (CIRILO, 2007). Alguns sintomas do escorbuto seriam lesões na mucosa intestinal, com hemorragias, sangramento das gengivas e fraqueza (LOPES; ROSSO, 2005). “Além disso, devido ao elevado teor em vitamina C, é recomendada para casos de constipação ou gripe” (CORREIA, 2004, p.

60). Portanto o uso da laranja para repor vitamina C no organismo está de acordo com a literatura.

Gráfico 23 – Plantas que repõem vitamina C no organismo



Fonte: próprio autor.

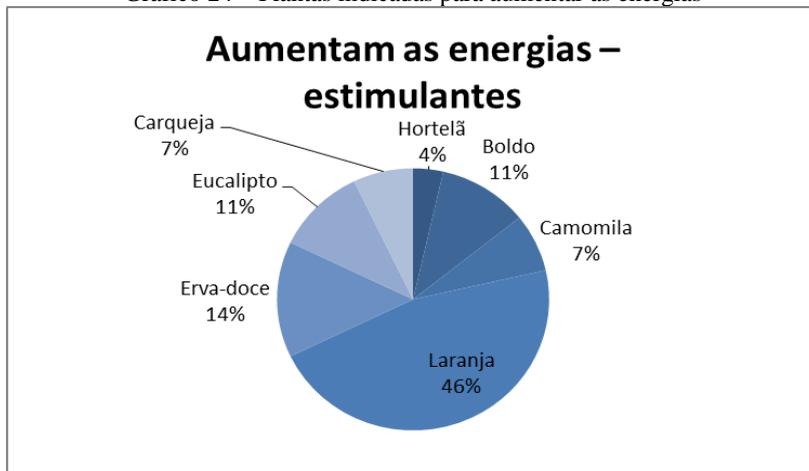
5.1.2.19 Planta medicinal estimulante

A laranja foi a mais citada como planta capaz de estimular/aumentar as energias, como visto no Gráfico 20. Correia (2004, p. 60) fala que “o suco da laranja aumenta a energia física e é aconselhável às pessoas que sofrem de asma, doenças infecciosas e prisão de ventre”. Popularmente, “as flores e as cascas do tronco são estimulantes, tônicas” (CIRILO, 2007, p. 161).

O epicarpo da laranja *Citrus aurantium* seria estimulante (COIMBRA, 1994). Por epicarpo ou exocarpo entende-se que seria o revestimento mais externo do fruto, ou seja, a sua casca (PAULINO, 2005). Dessa forma, utilizar as flores e a casca da laranja como estimulante está de acordo com a literatura.

No Livro de Receitas das Ervas Mediciniais, Curtis *et al.* (2011, p. 156) nos ensinam sobre a borragem, uma planta “estimulante das adrenais. Daí vem a frase ‘borragem para a coragem’. Use em casos de estresses, depressão e esgotamento, mas apenas por curtos períodos de tempo e com a orientação de um fitoterapeuta”.

Gráfico 24 – Plantas indicadas para aumentar as energias

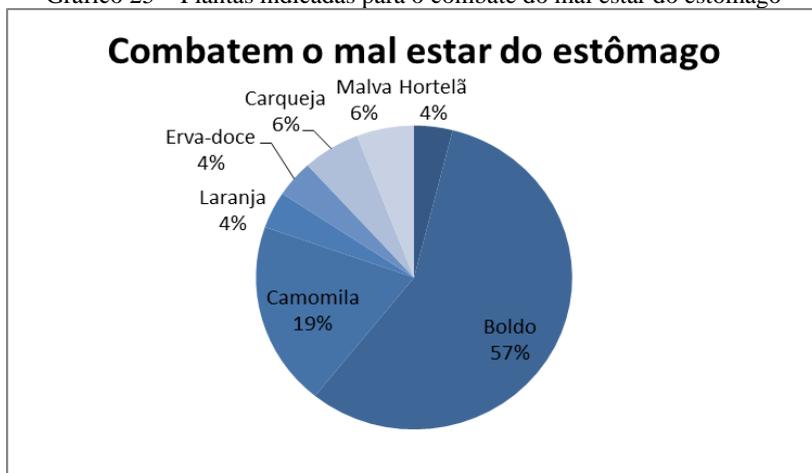


Fonte: próprio autor.

5.1.2.20 Planta medicinal que combate o mal estar do estômago

O boldo (Gráfico 21) foi a planta com maior indicação de uso para males do estômago. Essa planta “pode, portanto, ser usada no tratamento para controle da gastrite, na dispepsia, azia, mal-estar gástrico (estômago embrulhado), ressaca e como amargo estimulante da digestão e do apetite” (LORENZI; MATOS, 2008, p. 328), sendo assim, usar o boldo para combater o mal do estômago está de acordo com a literatura consultada.

Gráfico 25 – Plantas indicadas para o combate do mal estar do estômago



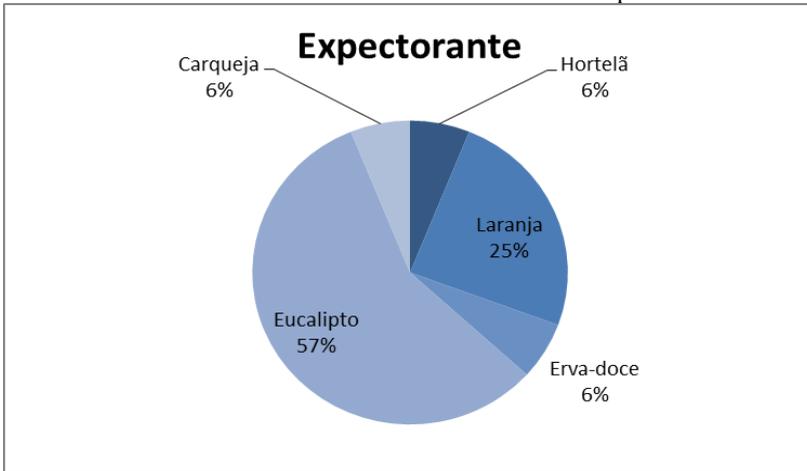
Fonte: próprio autor.

5.1.2.21 Planta medicinal expectorante

O eucalipto foi a planta mais citada como expectorante (Gráfico 22). Plantas expectorantes agem sobre as vias respiratórias (CIRILO, 2007). Curtis *et al.* (2011, p. 150) nos ensinam como utilizar essa planta para tratar problemas respiratórios: “coloque as folhas ou o óleo essencial em uma bacia com água fervente e faça inalação em casos de bronquite, asma, gripe, resfriado, excesso de secreção, tosse, sinusite e infecções da garganta”. Irmã Eva Michalak (2002, p. 34) deixa claro em seu livro que o eucalipto é “indicado para bronquite, coqueluche, catarros, coriza [...]”. Segundo Maury e Rudder (2002, p. 330) a coriza “é o resfriado comum, com corrimento nasal, espirros, lacrimejamento dos olhos e pouca febre”.

“Balsâmicas e sudoríficas, as folhas de eucalipto são anticatarrais e muito úteis contra as inflamações das vias respiratórias e contra os catarros gastrintestinais.” (MORGAN, 2003, p. 95). Correia (2004, p. 50) diz que “o óleo essencial é mucolítico, isto é, fluidifica as secreções pulmonares e favorece a sua expulsão”. Sendo assim, não faltam indicações na literatura sobre o eucalipto agir sobre as vias respiratórias, concluindo que o uso popular confere com o que está descrito na literatura.

Gráfico 26 – Plantas medicinais utilizadas como expectorante

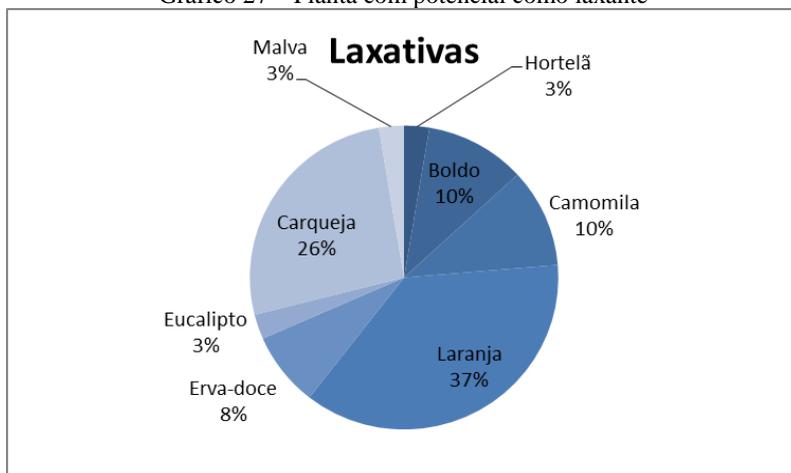


Fonte: próprio autor.

5.1.2.22 Planta medicinal laxativa

A laranja foi mais uma vez citada como a planta mais utilizada como laxativa (Gráfico 23). De acordo com Correia (2004, p. 60) “o suco da laranja aumenta a energia física e é aconselhado às pessoas que sofrem de asma, doenças infecciosas e prisão de ventre”, o bagaço de duas laranjas por dia é ótimo para os que sofrem desse mal (CIRILO, 2007). Lorenzi e Matos (2008, p. 468) citam a laranja como “digestiva”. Conclui-se que a laranja é laxativa, podendo auxiliar no processo de digestão.

Gráfico 27 – Planta com potencial como laxante



Fonte: próprio autor.

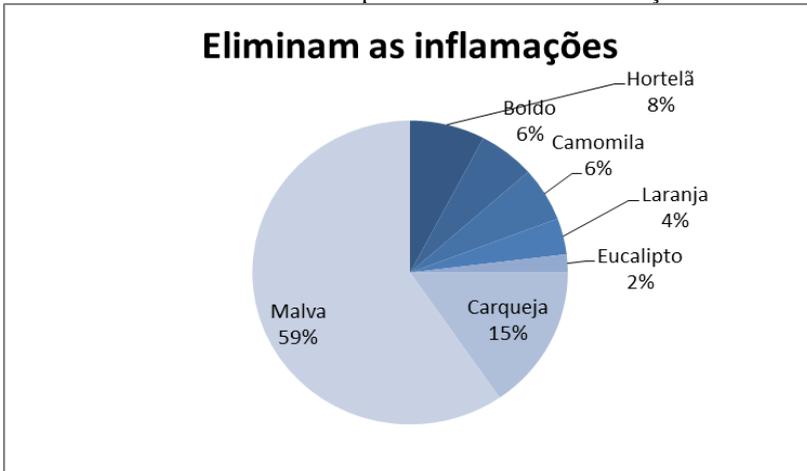
5.1.2.23 Planta medicinal capaz de eliminar as inflamações

Novamente a malva (Gráfico 24) é a planta mais citada no combate a inflamações. Lorenzi e Matos (2008, p. 260) dizem que a malva seria indicada para “reduzir inflamações”. Coimbra (1994, p. 187) nos ensina que “externamente, o decocto é usado nas inflamações da boca e da garganta em bochechos e gargarejos; em lavagens intestinais nas diarreias, para atenuar a inflamação das mucosas; em cataplasma com goma de amilo, é empregado em tumores, contusões inflamadas etc”.

A malva seria ótima para tratar “inflamações do estômago, da vista, dor de dente, da boca, das gengivas, da garganta, dos intestinos [...]” (CIRILO, 2007, p. 165), além de “combater inflamações dos ouvidos e das pálpebras”. Michalak (2002, p. 42) também cita a malva como boa para “inflamações”. Correia (2004, p. 68) diz que ela serve para “tratar as inflamações do aparelho respiratório”.

Torres (2005, p. 73) nos exemplifica o uso da malva quando diz que esta é “usada em casos de inflamações, principalmente no combate às afecções dos rins, bexiga, aparelho genital feminino (leucorréia)”. Dessa maneira, o uso da malva para tratar inflamações está de acordo com a literatura conferindo com o uso popular.

Gráfico 28 – Plantas capazes de eliminar as inflamações

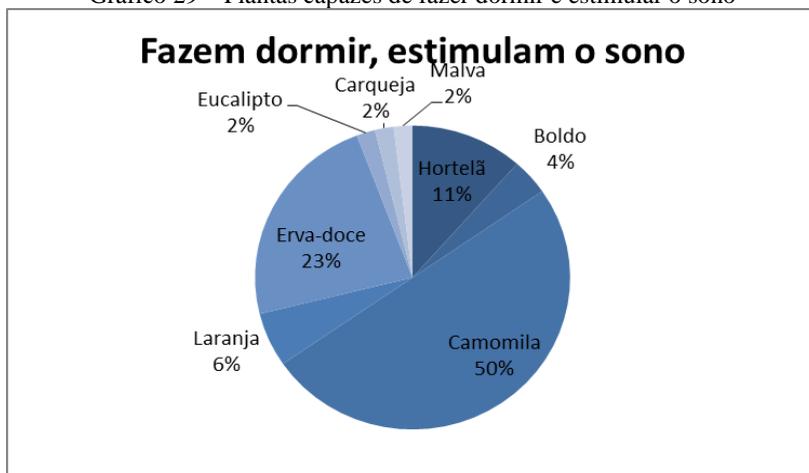


Fonte: próprio autor.

5.1.2.24 Planta medicinal capaz de fazer dormir e estimular o sono

A camomila (Gráfico 25) foi a planta com o maior número de referências para facilitar o sono. De acordo Maury e Rudder (2002, p. 411), os sintomas da insônia seriam “a dificuldade em conciliar o sono, quando não é devida a uma doença infecciosa ou dolorosa, é frequentemente resultante de estafa, tanto física quanto mental, ou de abuso de excitantes”. Costa (2013, p. 29) escreve que a camomila possui propriedades que ajudam no combate de “reumatismo, insônia, gases intestinais”. Spethmann (2003, p. 279) ensina que a camomila, em “chá das folhas (20 g para 1 litro de água), tomar 4 xícaras ao dia” seria boa para tratar a insônia. Portanto usar a camomila para fazer dormir e estimular o sono está de acordo com a literatura.

Gráfico 29 – Plantas capazes de fazer dormir e estimular o sono

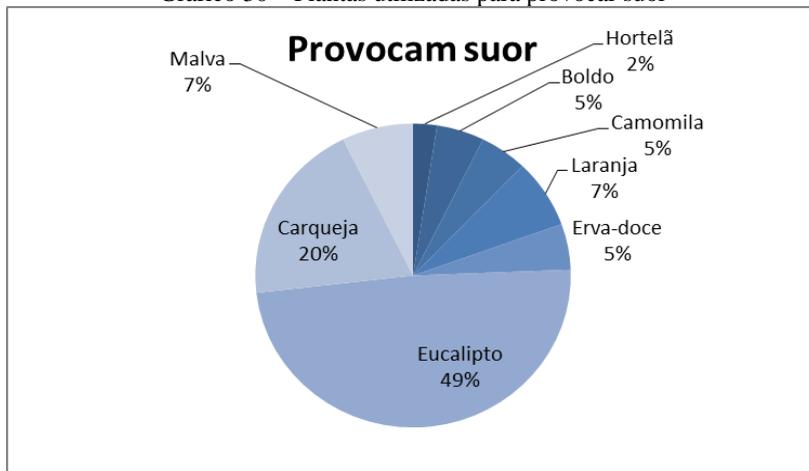


Fonte: próprio autor.

5.1.2.25 Planta medicinal capaz de provocar suor

Na pesquisa, o eucalipto (Gráfico 26) foi planta mais citada como sudorífica. Na literatura consultada encontra-se citações sobre o eucalipto provocar suor. “Balsâmicas e sudoríficas” (MORGAN, 2003, p. 95). Portanto o seu uso está de acordo com a literatura específica.

Gráfico 30 – Plantas utilizadas para provocar suor



Fonte: próprio autor.

5.1.3 Quadro comparativo

Com as informações do segundo questionário (Apêndice B) pôde-se elaborar um quadro comparativo para verificar se as utilizações das plantas medicinais estão em acordo ou desacordo com a literatura.

Quadro 1 – Uso das plantas para tratar problemas de saúde, analisando se os mesmos conferem com a literatura específica (continua)

Doença ou mal que pode ser tratado com as plantas medicinais	Confere com a literatura	Não confere com a literatura
Planta medicinal que pode provocar abortos.		X
Planta medicinal que contrai as mucosas e tecidos.	X	
Planta medicinal que estimula, excita as forças sexuais.		X
Planta medicinal que acalma a dor.	X	
Planta medicinal com propriedades antibióticas.		X

Quadro 1 – Uso das plantas para tratar problemas de saúde, analisando se os mesmos conferem com a literatura específica (continuação)

Planta medicinal capaz de abrir o apetite.	X	
Planta medicinal que combate a tosse.	X	
Planta medicinal com propriedades calmantes.	X	
Planta medicinal que fortalece o coração.		X
Planta medicinal que combate gases e flatulências estomacais e intestinais.	X	
Planta medicinal que cicatriza feridas.	X	
Planta medicinal que purifica o sangue.	X	
Planta medicinal que destrói micróbios.		X
Planta medicinal que limpa a superfície da pele e as feridas.	X	
Planta medicinal que ajuda e facilita a digestão.	X	
Planta medicinal que facilita a secreção da urina.		X
Planta medicinal que provoca vômito.		X
Planta medicinal que repõe vitamina C no organismo.	X	
Planta medicinal estimulante.	X	
Planta medicinal que combate o mal estar do estômago.	X	

Quadro 1 – Uso das plantas para tratar problemas de saúde, analisando se os mesmos conferem com a literatura específica (conclusão)

Planta medicinal expectorante.	X	
Planta medicinal laxativa.	X	
Planta medicinal capaz de eliminar as inflamações.	X	
Planta medicinal capaz de fazer dormir e estimular o sono.	X	
Planta medicinal capaz de provocar suor.	X	

Fonte: próprio autor.

5.1.4 Capim-limão e erva-cidreira

No questionário 2 (Apêndice B, página 2), foi solicitado às pessoas a identificação das plantas com nome popular erva-cidreira e capim-limão e para isso, no mesmo questionário, havia fotos dessas plantas que deveriam ser identificadas e nomeadas. Dos 40 questionários respondidos 38 deles elegeram a primeira planta como sendo o capim-limão e a segunda planta como sendo a erva-cidreira. Dessa maneira concluiu-se que o *Cymbopogon citratus* é chamado popularmente de capim-limão e a *Melissa officinalis* é chamada de erva-cidreira no município de Major Vieira/SC. A segunda pergunta (Apêndice B) não foi respondida em dois questionários.

5.2 MODO DE PREPARO DAS PLANTAS MEDICINAIS

As plantas medicinais podem ser utilizadas de diversas maneiras: chás, maceração, em banhos, cataplasma ou emplasto, compressas, gargarejos, inalação, em forma de pó, óleos, tinturas, suco ou sumo, garrafadas, unguentos ou pomadas, em vinhos, xaropes, entre outros. E as próprias plantas podem ser consumidas *in natura* em forma de saladas, acrescentadas em sopas e guisados. A salada “é sem dúvida a forma mais natural possível de se empregar uma erva” (BIAZZI, 1998, p. 21).

No dia-a-dia comem-se vários alimentos que possuem propriedades medicinais e não nos damos conta. O alho, que é usado

como condimento, é “estimulante cardíaco, regulador da tensão arterial, o alho ativa a circulação do sangue, beneficia a digestão” (MAURY; RUDDER, 2002, p. 81). Os vegetais também ajudam na saúde das pessoas, como exemplos tem-se: agrião, cenoura e dente-de-leão. O primeiro é rico em ferro, o segundo é ótimo para as vistas e bexiga, e esse último, é bom para o colesterol e celulite.

Cada planta possui diferentes formas de manipulação e utilização, e as partes vegetais usadas são específicas para cada forma de preparo. A forma mais comum e mais usada é o chá, com formas diferentes de preparo (JORGE, 2008). A seguir encontram-se descritas algumas maneiras de se manipular as plantas.

Uma das formas mais comuns é preparar o chá por infusão, “é a maneira mais fácil de consumir os nutrientes das plantas” (CURTIS *et al.*, 2011, p. 342).

Nesse processo as ervas frescas ou secas (folhas, flores, frutos e outras partes da planta) são introduzidas na água em ebulição. Depois, tampase e deixa-se repousar, durante 10 minutos. Obtém-se assim uma solução perfumada e rica, que pode ser utilizada para diversas finalidades terapêuticas. (CORREIA, 2004, p. 141).

“O tempo de contato entre a planta e a água influi sobremaneira na cor, no sabor e na atividade do infuso. Geralmente deve ser consumido logo após sua preparação, em casos especiais, pode ser conservado em lugar fresco ou geladeira, por um período máximo de 24 horas” (JORGE, 2008, p. 56).

Uma outra forma de preparar o chá é em forma de decocção. É um pouco diferente da infusão e, geralmente, é usada utilizando partes mais “duras” das plantas.

Deitam-se as ervas numa vasilha e verte-se água fria em cima. A duração do cozimento pode variar entre 5 a 30 minutos, dependendo da qualidade das ervas empregadas. Flores, folhas e partes tenras basta cozer 5 a 10 minutos. Partes duras, como sejam: raízes, cascas, talos, picam-se em pedacinhos e cozinham-se 15 a 30 minutos. Tira-se a vasilha do fogo e conserva-se tapada durante alguns minutos mais; depois coa-se. Esta forma é

mais recomendável para cascas, raízes e talos (BALBACH, 1967, p. 57-58).

Em se tratando de decocção, Jorge (2008, p. 56) ensina que “pode ocorrer dupla extração onde o primeiro cozimento é reservado, após acrescenta-se mais água e realiza-se nova decocção, para extrair o máximo de princípios ativos”.

Outra técnica de manipulação das ervas é a maceração. Não deve ser esquecido que deve-se coar a mistura em tecido antes de usá-la, espremendo bem antes de se desfazer dos resíduos (COSTA, 2013).

Este método de extração dos princípios ativos das plantas é especialmente utilizado com as espécies que podem perder algumas propriedades quando submetidas a aquecimento. Nesta técnica, as ervas são esmagadas e cobertas com água, óleo ou álcool puro durante um período que pode variar entre 24 horas e diversas semanas (conforme a planta macerada e o grau e concentração e propriedades que se pretende obter). Para se obter os melhores resultados, o recipiente deve ser mantido fechado durante o período de maceração. (CORREIA, 2004, p. 141).

Pode-se secar as plantas e triturá-las até obter um pó. Os pós “são uma boa e prática maneira de guardar as plantas e suas propriedades curativas por um tempo maior” (BIAZZI, 1998, p. 28). Este pode ser usado tanto internamente quanto externamente. Um exemplo desse pó medicinal é citado por Cirilo (2007, p. 161) quando este fala sobre o licopódio. “Para uso medicinal seca-se o licopódio e se reduz a pó, aplica externamente contra doenças de pele, assaduras causadas pelo suor, falta de higiene das crianças, eczemas, herpes, é bom **misturar o pó com um pouco de talco**”, grifo do autor.

Há também a possibilidade de usar o pó internamente, adicionando-o ao leite, sucos, alimentos e também na infusão e decocção (JORGE, 2008). Esse método também pode ser chamado de pulverização, pois “trata-se de moer, esmagar ou desfazer as fibras e sementes das plantas, normalmente em um pilão” (CORREIA, 2008, p. 141).

Os unguentos “consiste em extrair as propriedades das plantas em óleo. Pode servir para uso interno, se bem que essa forma seja mais usada externamente” (BIAZZI, 1998, p. 30).

Trituram-se várias plantas de interesse em um pilão, moedor de carne ou liquidificador. Ao suco obtido adiciona-se, gordura vegetal de cocô, amendoim ou manteiga. Leva-se ao fogo e aquece-se até derreter. Pode-se acrescentar cera de abelha para formar um unguento mais espesso. Para a confecção de pomada deve ser acrescentado cânfora para conservar. (CIRILO, 2007, p. 15).

As tinturas são a conservação do chá em meio alcoólico. “O período de validade do preparo corresponde à validade do veículo (ex. álcool, álcool de cereais). Durante o período de conservação, ocorre lenta e gradual maceração química” (TORRES, 2005, p. 94).

Como formas de utilização externa das plantas tem-se, por exemplo, a cataplasma e a compressa.

Um procedimento geral para se preparar uma cataplasma seria o seguinte, “preparar a decocção da erva e acrescentar farinha enquanto quente, fazendo uma papa. Colocar sobre um pano limpo o suficiente para cobrir a área machucada ou ferida” (FRANCO, 2003, p. 121). “Elas produzem um fluxo local de sangue, descongestionando as zonas inflamadas ou purulentas. Aplicadas quentes, as cataplasmas amolecem a pele, dilatando os poros que absorvem os princípios ativos incorporados” (MAURY; RUDDER, 2002, p. 76). “Se o espessante for farinha de linhaça, você terá também o efeito do óleo e das propriedades da linhaça que favorecem o resultado da aplicação” (BIAZZI, 1998, p. 39).

Já “as compressas são embebidas numa infusão ou decocção, fria ou quente, e aplicam-se sobre as zonas a serem tratadas. Podem ser feitas com pedaços de panos, algodão ou gaze” (CORREIA, 2004, p. 162).

Outro modo interessante de se utilizar as plantas medicinais é através da defumação.

É uma espécie de inalação reservada aos compartimentos da casa. Realiza-se o saneamento do ar ambiente graças às propriedades

antissépticas das essências ou das tinturas. Basta esquentar um recipiente esmaltado cheio de água ao qual se acrescenta a essência ou a tintura desejada, e mantê-lo próximo a uma fonte de calor (MAURY; RUDDER, 2002, p. 76).

6 CONCLUSÃO

O resultado da pesquisa mostra que as plantas medicinais estão presentes na vida das pessoas do município de Major Vieira/SC, mesmo com uso crescente de medicamentos sintéticos. Na maioria das vezes o conhecimento sobre as plantas é transmitido de forma oral, sem que haja uma comprovação científica sobre os princípios ativos presentes nas diversas plantas. Como revela a pergunta 5 do questionário 1 (Apêndice A).

Pode-se perceber, pelos resultados dos questionários (Apêndices A e B), que a planta mais assinalada, a hortelã, que foi citada 40 vezes no primeiro questionário (Apêndice A), teve relevância para apenas um problema de saúde: para abrir o apetite. Sendo que esta indicação está em conformidade com a literatura específica.

Foi possível verificar que uma planta medicinal pode auxiliar em mais de um mal. Mas o ponto mais importante a ser destacado é o fato de que o uso das plantas medicinais, para determinados problemas de saúde, nem sempre confere com a literatura específica e que isso pode acarretar outros problemas de saúde.

De acordo com o segundo questionário (Apêndice B) a malva seria a planta mais útil. Ela seria indicada para contrair as mucosas e tecidos, como planta antibiótica, para cicatrizar feridas, para destruir micróbios, para limpar superfície da pele e feridas, seria capaz, também, de eliminar as inflamações. Dentre as finalidades terapêuticas da malva, duas estariam em desacordo com a literatura: a ação antibiótica e a propriedade de destruir micróbios. Essa planta pode não surtir efeito se usada incorretamente.

Dentre os vários males expostos no questionário dois (Apêndice B) pode-se verificar, no quadro 1, que sete deles não conferem com a literatura específica. Dessa maneira, usar plantas medicinais para tratar ou melhorar um estado de saúde ruim pode piorar ou gerar outras complicações para o usuário que não tenha conhecimento sobre as plantas.

Conclui-se que a planta *Melissa officinalis* é chamada popularmente de erva-cidreira no município de Major Vieira /SC, bem como *Cymbopogon citratus* é chamado popularmente de capim-limão. Porém, as fotos escolhidas para serem colocadas no questionário 2 (Apêndice B) pode ter induzido as respostas, pois o *Cymbopogon citratus* possui certas características próprias que o identifica como

sendo um capim. Dessa maneira essa metodologia não se mostrou ser a mais adequada.

A partir desse trabalho pretende-se em uma etapa posterior criar um Banco de dados que venha ampliar o conhecimento contido neste trabalho, bem como complementar as informações contidas nas fichas do herbário.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, José Maria de. **Plantas medicinais de uso popular**. Brasília: ABEAS/MEC, 1989.

ALOISIO, Sandro (Org.). **O poder curativo Erva & Plantas**. São Paulo: Editora Escala, [ca. 2012].

AMARAL, Leila da Graça; SILVA FILHO, Francisco Antonio. **Sistemática vegetal II**. Florianópolis: Biologia/EaD/UFSC, 2010.

ANVISA. **Portaria nº 6/MS/SNVS, de 31 de janeiro de 1995**. Disponível em: < http://www.anvisa.gov.br/legis/portarias/6_95.htm>. Acesso em: 15 de jan 2013.

ANVISA. **Resolução nº 104, de 14 de maio de 1999**. Disponível em <http://www.anvisa.gov.br/legis/resol/104_99.htm>. Acesso em :09 fev. 2013.

BALBACH, A. **As plantas curam**. 23. ed. São Paulo: Editora M.V.P, 1967.

BIAZZI, Eliza S. **Saúde pelas plantas**. São Paulo: Casa Publicadora Brasileira, 1998.

BÍBLIA SAGRADA. 58ª imp. São Paulo: Paulus, 2006.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira**. Brasília: Anvisa, 2011.

CARVALHO, Luciana Marques de; COSTA, Jennifer Anne Martins da; CARNELOSSI, Marcelo Augusto Gutierrez. **Qualidade em plantas medicinais**. Aracaju: Embrapa, Tabuleiros Costeiros, 2010.

CIRILO, Irmão. **Plantas Medicinais**. 62ª ed. Francisco Beltrão: Grafimel, 2007.

COIMBRA, Raul. **Manual de fitoterapia**. 2. ed. Belém: CEJUP, 1994.

CORREIA, CÂNDIDA (Org.). **Guia prático**: ervas aromáticas e plantas medicinais. São Paulo: Impala, 2004.

COSTA, Valter (Org.). **Guia ervas e plantas que curam**. São Paulo: Editora Escala, [ca. 2013].

CURTIS, Susan *et al.* **O livro de receitas das ervas medicinais**. São Paulo: Publifolha, 2011.

DI STASI, Luiz Claudio; HIRUMA-LIMA, Clélia Akiko. **Plantas medicinais na Amazônia e na Mata Atlântica**. 2. ed. rev. e ampl. São Paulo: Editora UNESP, 2002 .

FRANCO, Lelington Lobo. **Doenças tratadas com plantas medicinais**. Petrópolis: Vozes, 2003.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA.

Banco de dados 2010. Disponível em: <

<http://www.ibge.gov.br/home/>>. Acesso em: 24 de maio. 2012.

JORGE, Schirlei da Silva Alves. **Plantas medicinais**: coletânea de saberes. 2008. Disponível em:

<<http://pt.scribd.com/doc/54795452/PLANTAS-MEDICINAIS>> Acesso em: 19 jun. 2012.

LANINI, Juliana; DUARTE-ALMEIDA, Joaquim M.; NAPPO, Solange e CARLINI, Elisaldo A.. "**O que vêm da terra não faz mal**": relatos de problemas relacionados ao uso de plantas medicinais por raizeiros de Diadema/SP. Rev. bras. farmacogn. [online]. 2009, vol.19, n.1a, pp. 121-129. ISSN 0102-695X.

LEMONS, Tadeu; LIMA, Thereza Christina Monteiro. **Farmacologia para biologia**. Florianópolis: BIOLOGIA/EAD/UFSC, 2009.

LOPES, Sônia; ROSSO, Sergio. **Biologia** – volume único. São Paulo: Saraiva, 2005.

LORENZI, Harri; MATOS, Francisco José de Abreu. **Plantas medicinais no Brasil**: nativas e exóticas. 2. ed. Nova Odessa: Instituto Lauriano, 2008.

MAURY, E. A; RUDDER, Chantal de. **Guia das plantas medicinais**. São Paulo: Rideel, 2002.

MICHAELIS. **Dicionário escolar língua portuguesa**. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2008.

MICHALAK, Irmã Eva. **Apontamentos fitoterápicos da Irmã Eva Michalak**. Florianópolis: EPAGRI, 2002.

MORAIS, L.A.S. and CASTANHA, R.F.. **Composição química do óleo essencial de duas amostras de carqueja (*Baccharis* sp.) coletadas em Paty do Alferes - Rio de Janeiro**. Rev. bras. plantas med. [online]. 2011, vol.13, n.spe, pp. 628-632. ISSN 1516-0572.

MORGAN, René. **Enciclopédia das ervas e plantas medicinais: doenças, aplicações, descrição e propriedades**. 9. ed. Brasil: Hemus, 2003.

PAULINO, Wilson Roberto. **Biologia, volume 2**. São Paulo: Ática, 2005.

ROSENFELD, Isadore. **O guia da medicina alternativa: o que funciona, o que não funciona e o que é melhor para você**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1999.

SANTI, Roni. **Gaia, pequena história de um grande mundo**. São Paulo: Scortecci, 2012.

SILVA JÚNIOR, Antônio Amaury *et al.* **Plantas medicinais, caracterização e cultivo**. Florianópolis: EPAGRI, 1994.

SILVA JÚNIOR, César da. **Biologia – volume 2**. 8. ed. São Paulo: Saraiva, 2005.

SOUZA, Cynthia Domingues de; FELFILI, Jeanine Maria. **Uso de plantas medicinais na região de Alto Paraíso de Goiás, GO, Brasil**. *Acta Bot. Bras.* [online]. 2006, vol.20, n.1, pp. 135-142. ISSN 0102-3306. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/abb/v20n1/13.pdf>>. Acesso em: 24 set. 2012.

SPETHMANN, Carlos Nascimento. **Medicina alternativa de A a Z**. 6. ed. Minas Gerais: Editora Natureza, 2003.

TOKARSKI, Fernando; MOREIRA, Luciane. **Major Vieira 50 anos**. Prefeitura de Major Vieira, 2010.

TOLKIEN, John Ronald Reuel. **O Senhor dos Anéis**: primeira parte: A Sociedade do Anel. 2ª. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

TORRES, Patrícia Garcia Vilar. **Plantas medicinais, aromática & condimentares**: uma abordagem prática para o dia-a-dia. Porto Alegre: Editora Rígel, 2005.

TUROLLA, Monica Silva dos Reis; NASCIMENTO, Elizabeth de Souza. **Informações toxicológicas de alguns fitoterápicos utilizados no Brasil**. Rev. Bras. Cienc. Farm. [online]. 2006, vol.42, n.2, pp. 289-306. ISSN 1516-9332. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rbcf/v42n2/a15v42n2.pdf>>. Acesso em : 25 set 2012.

APÊNDICES

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO SOBRE PLANTAS MEDICINAIS
EM MAJOR VIEIRA/SC

LEIA COM ATENÇÃO, RESPONDA E COLOQUE A PESQUISA
NO ENVELOPE.

ALUNO: RONI SANTI SJABELSKI – CURSO DE LICENCIATURA
EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA – PÓLO
CANOINHAS

NÃO É NECESSÁRIO SE IDENTIFICAR!

ENDEREÇO –

RUA: _____ LOCALIDADE: _____

IDADE: _____

DATA: ___/___/2012

**1. NO ANO, COM QUE FREQUÊNCIA VOCÊ UTILIZA AS
PLANTAS MEDICINAIS?**

- TODO DIA
- UMA VEZ POR SEMANA
- DUAS OU MAIS VEZES POR SEMANA
- RARAMENTE
- NÃO USO

**2. QUAIS DESSAS PLANTAS VOCÊ JÁ UTILIZOU COMO
“REMÉDIO”? MARQUE UM X.**

- ALCACHOFRA
- ALECRIM
- ALFAVACA
- ALFAZEMA
- ALHO
- AMORA
- ANIS-ESTRELADO
- ARNICA
- ARRUDA
- ARTEMÍSIA
- ASPARGO
- ASSA-PEIXE OU ARÇA-PEIXE
- BARDANA OU BADANA
- BERINJELA

- () BOLDO
- () BUCHINHA-DO-NORTE
- () CABELO DE MILHO
- () CALÊNDULA
- () CAMOMILA
- () CAPIM-LIMÃO
- () CARQUEJA
- () CÂSCARA-SAGRADA OU CASCA-SAGRADA
- () CASTANHA-DA-ÍNDIA
- () CATUABA
- () CAVALINHA
- () CHAPÉU-DE-COURO
- () COENTRO
- () COMINHO
- () CONFREI
- () DENTE-DE-LEÃO
- () ENDRO
- () ERVA-CIDREIRA
- () ERVA-DE-BICHO
- () ERVA-DE-SÃO-JOÃO
- () ERVA-DOCE
- () ESPINHEIRA-SANTA
- () EUCALIPTO
- () FOLHA-GORDA
- () FUNCHO
- () FUNCHO
- () GENGIBRE
- () GINKGO-BILOBA
- () GUACO
- () HORTELÃ
- () IPÊ-ROXO
- () LARANJA
- () LEVANTE
- () LOSMA
- () LOURO
- () MALVA
- () MANJERICÃO
- () MANJERONA
- () MARCELA
- () MELISSA

- () MENTA
- () MENTRUZ
- () MIL-FOLHAS
- () MIL-HOMENS
- () PALMA-FEDIDA
- () PATA-DE-VACA
- () PAU-AMARGO
- () PICÃO
- () POEJO
- () QUEBRA-PEDRA
- () SALAPARILHA
- () Salsa
- () SÁLVIA
- () TANSAGEM OU TANCHAGEM
- () UNHA-DE-GATO
- () URTIGA

3. VOCÊ UTILIZOU ALGUMA OUTRA PLANTA QUE NÃO CONSTA NA LISTA ACIMA? QUAL OU QUAIS? SABERIA DIZER EXATAMENTE A SUA INDICAÇÃO?

- () SIM
- () NÃO

NOME: _____ INDICAÇÃO _____

NOME: _____

INDICAÇÃO _____

NOME: _____

INDICAÇÃO _____

4. VOCÊ CULTIVA PLANTAS MEDICINAIS EM CASA? SE NÃO, DE ONDE VÊM ESSAS PLANTAS:

- () SIM () NÃO

- () VIZINHOS
- () FARMÁCIA
- () FLORESTAS

- () MERCADO
- () PARENTES
- () OUTROS: _____

5. COMO VOCÊ FICOU OU FICA SABENDO SOBRE A UTILIZAÇÃO E BENEFÍCIOS DAS PLANTAS MEDICINAIS? PODE ASSINALAR MAIS DE UMA OPÇÃO.

- TELEVISÃO
- PAIS
- AVÓS
- VIZINHOS
- LIVROS
- REVISTA
- ATRAVÉS DE AMIGOS
- JORNAL
- INTERNET
- CURSOS
- OUTRO: _____

OBRIGADO POR PARTICIPAR!

APÊNDICE B – SEGUNDO QUESTIONÁRIO

QUESTIONÁRIO SOBRE A INDICAÇÃO DAS PLANTAS MEDICINAIS.

Esta pesquisa é anônima e os resultados serão usados no trabalho de conclusão de curso: Plantas Medicinais no Município de Major Vieira – SC, do aluno Roni Santi Sjabelski.

Responda o questionário e coloque no envelope, obrigado.

Instruções: primeiramente leia atentamente todo o questionário. Observe que para cada planta medicinal há também um número, abaixo da lista das plantas há uma série de problemas de saúde que podem ser tratados com elas. Você deve colocar o número da planta nos “problemas de saúde” que você acha que pode tratar utilizando essas plantas. Observação: uma planta pode “curar” e ajudar em mais de um problema, pode numerar mais de uma opção!

- 1 - HORTELÃ
- 2 - BOLDO
- 3 - CAMOMILA
- 4 - LARANJA
- 5 - ERVA-DOCE
- 6 - EUCALIPTO
- 7 - CARQUEJA
- 8 - MALVA

- () () () () () Podem provocar abortos.
- () () () () () Contraem as mucosas e tecidos.
- () () () () () Estimulam, excitam as forças sexuais.
- () () () () () Acalmam a dor.
- () () () () () Antibióticas.
- () () () () () Abrem o apetite.
- () () () () () Combatem a tosse.
- () () () () () Calmantes.
- () () () () () Fortalecem o coração.
- () () () () () Combatem gases e flatulências estomacais e intestinais.
- () () () () () Cicatrizam feridas.
- () () () () () Purificam o sangue.

- Destroem os micróbios.
- Limpam a superfície da pele e as feridas.
- Ajudam e facilitam a digestão.
- Facilitam a secreção da urina, eliminando excessos de líquidos e toxinas.
- Provocam vômitos.
- Repõem vitamina C no organismo.
- Aumentam as energias – estimulantes.
- Combatem o mal estar do estômago.
- Expectorante.
- Laxativas.
- Eliminam as inflamações.
- Fazem dormir, estimulam o sono.
- Provocam suor.

Observe as imagens abaixo e responda qual é a planta conhecida como **CAPIM-LIMÃO** e qual é a **ERVA-CIDREIRA**:



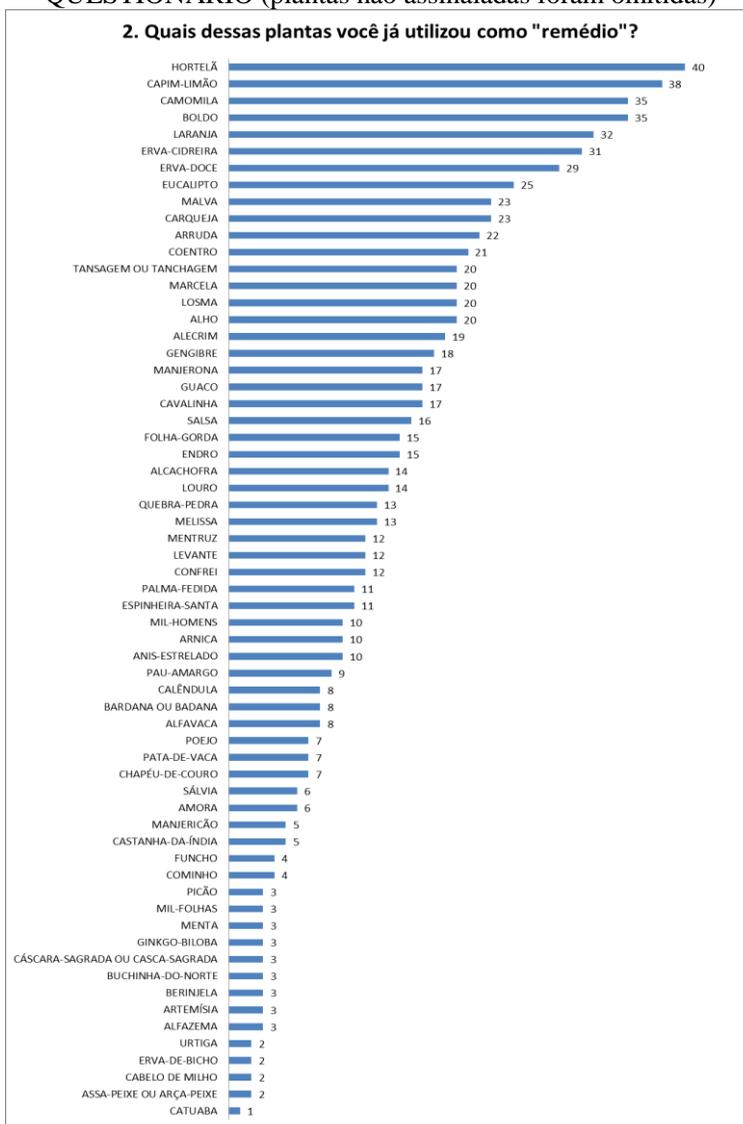


Fontes das imagens:

http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/b/bd/YosriNov04Pokok_Serai.JPG/220px-YosriNov04Pokok_Serai.JPG

<http://www.asplantasmedicinais.com/wp-content/uploads/2011/11/>

APÊNDICE C – PLANTAS ASSINALADAS NO PRIMEIRO QUESTIONÁRIO (plantas não assinaladas foram omitidas)



APÊNDICE D – Ficha de Coleta

FICHA DE COLETA Plantas Medicinais no Município de Major Vieira– SC Herbário: Dente-de-leão Escola de Ensino Fundamental Frei André Malinski		
Nome científico:	Nº da planta:	
Família:		
Nome popular:		
Características da planta:		
Observações após a herborização:		
Coletado por:		
Data da coleta:		
Local da coleta:		
Características do local:		
Determinador:		
Uso medicinal:		
Bibliografia consultada:		