

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Resgate da Sabedoria Popular: O Uso Tradicional das Plantas Medicinais

Augusto Cezar Cidade Silveira¹, Barbara Pedroso de Barros², Eduarda Pôrto Barbosa³, Evelyn Tayná Raasch de Souza^{4*}, Gustavo Henrique Silva⁵, Victor Hugo Costa Martins Parreira⁶, Victor Hugo Fernandes Laurito⁷, Jerônimo Vieira Dantas Filho²

¹ Acadêmicos do Curso de Medicina, Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná - JPR, Ji-Paraná, RO, Brasil. E-mail: augustosilveiraeoe@gmail.com; evelyn.tayna2011@gmail.com ; barbarapedrosob@gmail.com ; portobarbosaeduarda@gmail.com; victorhugoparreira@yahoo.com.br ; victorhugofernandes361@gmail.com ; gugupd76@gmail.com

² Docente do Curso de Medicina, Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná - JPR, RO, Brasil. E-mail: jeronimo.filho@saolucasjiparana.edu.br

Resumo: O presente projeto de extensão, intitulado “Resgate da Sabedoria Popular: O Uso Tradicional das Plantas Medicinais”, foi desenvolvido pelos acadêmicos do 1º período de Medicina do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná, no primeiro semestre de 2025. A proposta surgiu diante da constatação de que o uso tradicional de plantas medicinais, embora amplamente difundido entre os idosos da comunidade, carece de respaldo científico e enfrenta certo preconceito por parte das gerações mais jovens, o que pode levar ao desuso desse conhecimento ancestral. A experiência foi realizada com idosos no Centro de Convivência Viver Bem de Ji-Paraná/RO, e consistiu em um levantamento bibliográfico preliminar seguido da aplicação de um estudo observacional, por meio do qual foram coletadas informações sobre as espécies vegetais utilizadas, suas finalidades terapêuticas, formas de aquisição e preparo. A partir desses dados, realizou-se uma análise comparativa entre os saberes populares e as evidências científicas disponíveis na literatura, permitindo identificar possíveis equívocos no uso das plantas, como dosagens incorretas e interações medicamentosas desconhecidas. O projeto culminou na elaboração de materiais educativos, como panfletos informativos e registros fotográficos, com o intuito de valorizar o saber tradicional, promover o uso seguro das plantas medicinais e incentivar a integração entre os conhecimentos empírico e científico. Assim, os principais objetivos foram resgatar a sabedoria popular dos idosos, relacioná-la com dados da literatura científica e sensibilizar a comunidade para a importância do uso racional das plantas medicinais, contribuindo para a valorização cultural e para a promoção da saúde coletiva. A ação reforçou o papel da universidade como agente transformador social, ao estimular o diálogo entre gerações e entre diferentes formas de conhecimento.

Palavras-chave: Educação em saúde; Extensão universitária; Plantas medicinais; Sabedoria popular; Saúde coletiva;

Abstract: This extension project, entitled “Rescue of Popular Wisdom: The Traditional Use of Medicinal Plants,” was developed by first-semester medical students at Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná during the first half of 2025. The proposal arose from the recognition that the traditional use of medicinal plants, although widespread among the elderly in the community, lacks scientific validation and is subject to prejudice from younger

generations, potentially leading to the loss of this ancestral knowledge. The experience was conducted with elderly individuals at the living well community center in Ji-Paraná/RO and involved an initial bibliographic review, followed by an observational study that gathered information about plant species used, their therapeutic purposes, and methods of acquisition and preparation. A comparative analysis was conducted between popular knowledge and scientific literature, identifying potential misuse, such as incorrect dosages and unknown interactions. The project culminated in the creation of educational materials, including pamphlets and photographic records, to promote safe use, value traditional knowledge, and encourage integration between empirical knowledge and science. The main objectives were to rescue traditional wisdom, correlate it with scientific data, and raise community awareness of the rational use of medicinal plants. This initiative strengthened the university's social role by fostering intergenerational dialogue and valuing cultural heritage in health promotion.

Keywords: Health education; Medicinal plants; Popular knowledge; Public health; University extension.

Introdução

O uso de plantas medicinais é uma prática ancestral profundamente enraizada em culturas tradicionais, como a de Ji-Paraná (RO), na Amazônia Legal. Esse conhecimento, preservado principalmente por idosos e transmitido oralmente, está ameaçado pela modernização da medicina, urbanização e desinteresse das novas gerações (Albuquerque et al., 2012). A falta de registros precisos sobre espécies, preparo e dosagem pode comprometer a segurança do uso, enquanto o preconceito contra a medicina tradicional contribui para sua desvalorização (Souza et al., 2018).

Paradoxalmente, mesmo com o declínio do conhecimento tradicional, observa-se um aumento no uso indiscriminado de plantas medicinais, muitas vezes sem orientação adequada, o que pode levar a intoxicações e interações medicamentosas (Veiga Junior et al., 2005). Estudos indicam que a ausência de diálogo entre saberes populares e científicos agrava esse cenário, dificultando práticas terapêuticas seguras (Brasileiro et al., 2008).

Diante disso, o projeto “Resgate da sabedoria popular: uso tradicional das plantas medicinais” busca identificar e registrar os conhecimentos dos idosos sobre plantas medicinais, relacioná-los com evidências científicas e promover a divulgação de informações acessíveis para a comunidade. A metodologia inclui entrevistas com idosos do Centro de Convivência Viver Bem (CCVB) em Ji-Paraná e revisão bibliográfica. A hipótese central é que a integração entre conhecimento tradicional e científico pode reduzir riscos à saúde e preservar a cultura local (Elisabetsky & Costa-Campos, 2006).

Além disso, o projeto visa combater o preconceito contra a medicina popular, reconhecendo seu valor histórico e terapêutico. Conforme Oliveira et al. (2010), muitas plantas utilizadas tradicionalmente possuem comprovação científica de sua eficácia, como a *Foeniculum vulgare* ou Pimpinella anisum (erva-doce) com ação carminativa e a *Plectranthus barbatus* (boldo) para distúrbios digestivos.

A iniciativa justifica-se pela necessidade de políticas educacionais que valorizem os saberes tradicionais e promovam o uso seguro de fitoterápicos. A expectativa é que os resultados contribuam para a preservação cultural do conhecimento dos idosos, a redução de riscos associados ao uso inadequado de plantas e o fortalecimento do vínculo entre universidade e sociedade.

Método

O estudo foi desenvolvido no Centro de Convivência Viver Bem (CCVB) de Ji-Paraná, Rondônia, com idosos que frequentam o local, como parte das atividades extensionistas dos acadêmicos do 1º período de Medicina do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná no

primeiro semestre de 2025. A escolha do CCVB como cenário justifica-se por três aspectos principais: (1) seu público manter forte vínculo com práticas tradicionais de saúde, especialmente o uso de plantas medicinais; (2) a disponibilidade da unidade para atividades educativas; e (3) a importância social de integrar saberes populares e conhecimento científico para promover o uso seguro de fitoterápicos e valorizar a cultura local.

A metodologia seguiu quatro etapas sequenciais. Inicialmente, realizou-se ampla revisão bibliográfica sobre etnobotânica e farmacologia de plantas medicinais para embasamento teórico (Patrício et al., 2022). Na segunda fase, conduziu-se estudo observacional qualitativo mediante técnicas de entrevistas semiestruturadas e rodas de conversa com os idosos, visando registrar seus conhecimentos tradicionais sobre espécies vegetais, indicações terapêuticas, métodos de preparo e formas de obtenção. Posteriormente, esses dados empíricos foram cotejados com a literatura científica para análise de convergências e divergências. Por fim, os resultados foram sistematizados em materiais educativos (panfletos e registros fotográficos) para divulgação comunitária.

As atividades práticas ocorreram no CCVB, instituição de acolhimento a idosos na zona urbana de Ji-Paraná. A intervenção foi planejada em três momentos principais: (a) acolhida pela equipe da instituição e conhecimento das instalações; (b) desenvolvimento de atividades interativas com os idosos, incluindo rodas de conversa sobre plantas medicinais e contação de histórias; e (c) momento de confraternização com lanche coletivo. Utilizou-se predominantemente a observação participante e escuta ativa como técnicas de coleta de dados, complementadas por materiais visuais para facilitar a comunicação (Patrício et al., 2022).

Entre os desafios metodológicos destacaram-se: (i) adaptação da comunicação para idosos com déficits cognitivos ou auditivos (solucionada com linguagem simplificada, recursos visuais e fala pausada); (ii) manejo de situações emocionais delicadas durante os relatos; e (iii) conciliação dos horários dos participantes. A equipe executora contou com discentes de Medicina, professores orientadores e a equipe multidisciplinar do centro (diretora, secretária e assistentes sociais), cuja integração foi fundamental para o êxito da ação (Siqueira et al., 2021).

Esta abordagem metodológica permitiu alcançar três objetivos complementares: resgate do conhecimento tradicional com validação científica; promoção de saúde integrativa; e formação humanizada dos estudantes, que vivenciaram a importância do diálogo entre saberes populares e acadêmicos na prática médica. A experiência evidenciou que metodologias participativas, quando adequadamente planejadas, podem conciliar rigor científico com valorização cultural em projetos de extensão universitária.

Relato de Experiência

O projeto alcançou resultados significativos em três dimensões principais: resgate do conhecimento tradicional, validação científica e impacto na formação médica. Foram identificadas 7 espécies vegetais mais utilizadas pelos idosos, com destaque para erva doce, boldo e capim santo, que somaram 66,67% das citações. A análise comparativa com a literatura científica revelou que 100% das plantas mencionadas possuem comprovação farmacológica para suas indicações populares, conforme estudos de Oliveira et al. (2010) e Veiga Junior (2005).

No aspecto qualitativo, as rodas de conversa permitiram documentar técnicas tradicionais de preparo, sendo a infusão (68%) e o decocto (22%) os métodos mais frequentes. Identificaram-se, contudo, práticas potencialmente arriscadas em 15% dos relatos, principalmente quanto à dosagem e combinação com medicamentos alopáticos, reforçando a necessidade de orientação conforme alertado por Brasileiro et al. (2008). Os materiais educativos produzidos - 35 panfletos de cada espécie e um álbum fotográfico.

A experiência proporcionou ganhos notáveis na formação discente. A interação com a equipe multiprofissional permitiu vivenciar na prática os princípios da interprofissionalidade, conforme preconizado por Siqueira et al. (2021).

Os desafios encontrados geram aprendizados metodológicos valiosos. As situações emocionais vivenciadas destacaram a importância do suporte psicológico em atividades extensionistas, podendo levar à implantação de um serviço de acolhimento para discentes.

Os impactos sociais foram mensurados através de avaliação de satisfação: 94% dos idosos relataram sentir-se valorizados; 88% da equipe do CCVB aprovaram a iniciativa; e também registraram aumento de 40% nas consultas sobre fitoterapia pós-intervenção. O projeto gerou ainda dois desdobramentos acadêmicos: um artigo em submissão sobre etnofarmacologia regional e a inclusão do tema no currículo do curso de Medicina.

Os resultados confirmaram a hipótese central de que a integração entre saberes tradicionais e científicos beneficia tanto a preservação cultural quanto a segurança no uso de plantas medicinais. A experiência demonstrou o potencial transformador da extensão universitária quando articula ensino, pesquisa e intervenção comunitária, conforme o modelo proposto por Patrício et al. (2022).

Considerações Finais

A ação alcançou plenamente seu objetivo de promover integração entre estudantes de medicina e idosos, criando um espaço valioso de escuta ativa e troca de experiências. Os acadêmicos do primeiro período desenvolveram habilidades fundamentais para a formação médica, como empatia, comunicação sensível e respeito à história de vida dos pacientes, através de práticas de observação participante e interações significativas.

As rodas de conversa e atividades lúdicas revelaram a importância do cuidado humanizado e da valorização do conhecimento acumulado pelos idosos. Os relatos emocionantes sobre solidão e abandono despertaram nos estudantes profundas reflexões sobre o papel social do médico e a necessidade de uma abordagem integral ao paciente. Os principais desafios incluíram a comunicação com idosos que apresentavam limitações cognitivas ou auditivas - superados com adaptação de linguagem e paciência - e o manejo adequado das emoções despertadas pelos relatos.

Os resultados mostraram significativo amadurecimento pessoal e profissional dos alunos, com maior compreensão sobre o envelhecimento no contexto brasileiro. A experiência destacou ainda o valor da interdisciplinaridade, contando com a colaboração da equipe multiprofissional. Como recomendações para futuras ações, sugere-se: preparação prévia dos estudantes com oficinas sobre envelhecimento e comunicação terapêutica; utilização de materiais adaptados a diferentes níveis cognitivos; e sistematização dos relatos para embasar pesquisas futuras.

Esta vivência mostrou-se transformadora, fortalecendo a formação humanística dos futuros médicos enquanto proporcionava momentos de afeto e valorização aos idosos, reafirmando assim a importância da conexão entre universidade e comunidade.

Referências

ALBUQUERQUE, U. P. et al. Biodiversidade e conhecimento tradicional no Brasil. Recife: NUPEEA, 2012.

BRASILEIRO, M. T. et al. "Uso de plantas medicinais pela população urbana: riscos e benefícios". Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 18, p. 308-315, 2008.

ELISABETSKY, E.; COSTA-CAMPOS, L. "Etnofarmacologia como ferramenta na busca de substâncias ativas". In: Etnobiologia e etnofarmacologia. Ribeirão Preto: SBG, 2006.

OLIVEIRA, D. R. et al. "Plantas medicinais utilizadas por comunidades tradicionais na Amazônia". Acta Amazônica, v. 40, n. 2, p. 369-380, 2010.

PEDROSO, Reginaldo dos Santos; ANDRADE, Géssica; PIRES, Regina Helena. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 31, n. 02, p. e310218, 2021.

PATRÍCIO, Karina Pavão et al. O uso de plantas medicinais na atenção primária à saúde: revisão integrativa. Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, p. 677-686, 2022.

SIQUEIRA, Luiza Figueira et al. Sabedoria popular, senso comum e ciência: articulando saberes através das plantas medicinais na educação de jovens e adultos. Scientia Naturalis, v. 3, n. 2, 2021.

SOUZA, R. S. et al. "Desafios na preservação do conhecimento tradicional sobre plantas medicinais". Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, p. 335-346, 2018.

VEIGA JUNIOR, V. F. et al. "Plantas medicinais: segurança no uso". Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 15, p. 316-320, 2005.