

USOS E CRENÇAS DE CHÁS, SABERES DE IDOSOS PARTICIPANTES DO NAI-UFPE

**Janaína Carla Barbosa Machado
Isabel Cristina Alves de Carvalho
Profa. Alda Verônica Souza Livera**

A longevidade da população é um fenômeno mundial que determina importantes repercussões nos campos social e econômico. A busca pela saúde é uma constante e nos idosos ela tem a vertente de uso de plantas medicinais, geralmente na forma de chás. A relevância dessa prática se traduz por trazer consigo a tradição passada pelos familiares. O uso de plantas medicinais é consolidado pela transferência de conhecimentos entre os familiares (com informações do uso, modo de preparo e qualquer informação necessária para o devido uso e a facilidade de obtenção da matéria prima para confecção dos chás). Nesse contexto, propõe-se aprofundar conhecimentos a respeito do uso e crenças de chás, na perspectiva dos saberes de idosos. O público alvo focado da ação foram idosos usuários do NAI (Núcleo de Atenção ao Idoso), do Programa PROIDOSO/PROEXT. Também teve como atores, com participação efetiva, na condição de multiplicadores do conhecimento, alunos de Graduação em Nutrição e Farmácia da UFPE como incentivo de prevenção, manutenção e/ou melhora da saúde. Tendo como premissa a implementação de processos educativos preconizada na Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, foram realizadas atividades com metodologia participativa e dialogada, por meio da troca e apreensão de saberes entre docentes, discentes e grupo de idosos. Dentre estas atividades realizadas estão incluídas rodas de conversas, oficinas de chás, criações e apresentações artísticas sobre o tema. A sua avaliação ocorreu por meio de instrumento construído ao longo de sua realização pelo conjunto dos interessados, ou seja, o próprio público, docentes e discentes. Ao longo do trabalho, foram desenvolvidos encontros do grupo de estudos acerca do assunto, com os conhecimentos adquiridos foi produzido um livreto informativo, intitulado Vamos tomar um chá? Abordando informações sobre a importância do chá, modo de preparo, plantio de plantas medicinais entre outros. Afim de informar a população idosa participante do NAI sobre a prática e uso dos chás, porém respeitando suas crenças, tendo em vista que o conhecimento popular é a chave para a medicina contemporânea. Como resultados foram obtidas informações que possibilitaram construção do livreto com respectivos conceitos da preparação e uso dos chás, bem como suas indicações, a partir das informações repassadas pelos idosos participantes. Como também consolidação de conhecimentos acerca da área de chás terapêuticos para os estudantes, respeitando os saberes populares. Foi observada a participação dos envolvidos que possibilitou a difusão do conhecimento e estruturação do projeto. Entre as plantas mais citadas por eles estavam as utilizadas para dormir e diuréticas, demonstrando a necessidade destes por hábitos complementares para uma melhor qualidade de vida. Desta forma, os idosos foram esclarecidos sobre o uso de plantas e seus possíveis efeitos adversos, bem como interação com medicamentos usados por eles, uma abordagem essencial uma vez que deve ter atenção especial devido ao uso de muitos medicamentos por este grupo. Sendo necessário mais iniciativas como esta afim de esclarecer sobre a prática de uso de plantas medicinais e possíveis interações, bem como a transmissão para os demais idosos que não conheciam o uso e indicações das

plantas.

Palavras-chave: Chá; Idoso; Saúde; Saber Popular.

Referências:

- Badke, Budó, Silva, Ressel. Plantas medicinais: o saber sustentado na prática do cotidiano popular. Escola Anna Nery. 2011; 15(1):132-39.
- FREIRE, Paulo. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.
- Lima SCS, Arruda GO, Renovato RD, Alvarenga MRM. Representações e usos de plantas medicinais por homens idosos. Rev Latino-Am Enfermagem. 2012 jul/ago; 20(4).
- Matos FJA. Farmácias vivas - Sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades. 4^a ed. Fortaleza: EUFC; 2002. 267p.
- Ministério da Saúde. Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos; 2007. 60 p.
- Oliveira, CJ de, Araújo, TL de. Plantas medicinais: usos e crenças de idosos portadores de hipertensão arterial. Revista Eletrônica de Enfermagem, v. 09, n. 01, p. 93 - 105, 2007. Disponível em <http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n1/v9n1a07.htm>.
- Pinto, Amorozo, Furlan. Conhecimento popular sobre plantas medicinais em comunidades rurais de mata atlântica ó Itacaré, BA, Brasil. Acta Bot. Bras. 2006. 20(4): 751-762.
- Singi, Damasceno, DªAndréa, Silva. Efeitos agudos dos extratos hidroalcoólicos do alho (*Allium sativum* L.) e do capim-limão (*Cymbopogon citratus* (DC) Stapf) sobre a pressão arterial média de ratos anestesiados. Rev Bras Farmacogn. 2005. 15(2): 94-97.
- Tomazzoni, Negrelle, Centa. Fitoterapia popular: a busca instrumental enquanto prática terapêutica. Texto Contexto Enferm. 2006. 15(1): 115-21.
- Tôrres, Oliveira, Diniz, Araújo. Estudo sobre o uso de plantas medicinais em crianças hospitalizadas da cidade de João Pessoa: riscos e benefícios. Ver Bras Farmacogn. 2005. 15(4): 373-80.