

Plantas Medicinais

X

Medicamentos



Livreto de Informações

2024

UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO - UNIVASF

Reitor

Telio Nobre Leite

Vice-reitor

Lucia Marisy Souza Ribeiro de Oliveira

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EXTENSÃO RURAL - PPGExR

Coordenador

Vanderlei Souza Carvalho

Orientador

Isaac Farias Cansanção

Coorientador

Pedro Pereira Tenório

Mestranda

Leiliane Alves Marques



**Esta edição se refere ao Produto Final do Mestrado Profissional
em Extensão Rural**



2024



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO - UNIVASF
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EXTENSÃO RURAL - PPGExR**
Univasf – Espaço Plural
Endereço Rodovia BA-210 (Juazeiro/Sobradinho)
Nova Juazeiro – Juazeiro/BA – 48918-621
87 99134-6669 

PLANTAS MEDICINAIS

X

MEDICAMENTOS

Leiliane Alves Marques
Mestre em Extensão Rural (UNIVASF)
Isaac Farias Cansanção
Professor no Colegiado de Medicina de Paulo Afonso (UNIVASF)
Pedro Pereira Tenório
Professor no Colegiado de Medicina de Paulo Afonso (UNIVASF)

Juazeiro, BA
2024



*Que não nos falte fé, esperança,
força e determinação. Que nunca
nos falte vontade de lutar por
nossos sonhos.*

Agradecimento

À Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Bahia (FAPESB) pelo apoio e incentivo a mestrando (a), o que possibilitou trilhar e concluir o curso de mestrado em Extensão Rural através do PROJETO DE PESQUISA EM NÍVEL DE MESTRADO DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EXTENSÃO RURAL DA UNIVASF - EDITAL CAPES 018/2020.

Para além do curso de mestrado em Extensão Rural, o apoio da Fundação contribuiu de forma direta para realização da pesquisa intitulada “Determinante biológico e cultural da População Quilombola e Rural de São Tomé, Campo Formoso / BA”, aprovado pelo CEP IF SERTÃO-PE (CAAE: 67993022.2.0000.8052) e registrada no SISGEM, a qual levantou questões importantes sobre a população rural e quilombola, relacionadas a saúde e qualidade de vida das pessoas negras e campesinas.

Os “Agradecimentos” também se estendem ao IFSertão, instituto que desenvolveu um trabalho importante para realização da pesquisa, através do comitê de etica.

A toda a academia e as pessoas das comunidades que aceitaram participar da pesquisa, muitíssimo obrigada.

Sumário

Introdução.....	05
Territorio Quilombola São Tomé - Contexto	
Historico e Cultural	06
O que diz a ciência?.....	07
Plantas medicinais utilizadas nas comunidades.....	09
Informação sobre as plantas.....	10
Sugestões.....	16
Referências.....	17



Introdução

Este livreto tem o objetivo de informar a população quilombola e rural quanto ao uso seguro de plantas medicinais e medicamentos.

Plantas medicinais são utilizadas pela humanidade para o tratamento de doenças há milhares de anos, principalmente por povos originários a exemplo dos quilombolas e índigenas. Uma planta é considerada medicinal quando possui substâncias que, quando administradas ao ser humano, podem prevenir, curar ou tratar doenças.

Mas o uso das plantas medicinais deve ser feito com responsabilidade e conhecimento, pois se utilizadas de modo errado, podem apresentar efeitos negativos.

Quanto aos medicamentos trata-se do produto desenvolvido pela indústria farmacêutica, produzido nas normas legais e regulatórias da Anvisa, no caso do território nacional. Os quais devem ser utilizado ou consumido através de orientações médicas.

De acordo com a cartilha de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos elaborada pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA (Brasil, 2022), a utilização de plantas medicinais juntamente a medicamentos, sem acompanhamento médico, pode causar consequências clínicas indesejáveis, como efeitos adversos.

O material foi confeccionado como produto final do Mestrado em Extensão Rural da UNIVASF, o qual está vinculado à pesquisa denominada Determinantes Biológicos e Culturais da Comunidades Rurais e Quilombolas de São Tomé. A referida pesquisa foi realizada nas comunidades: Trinta Ocos, Olhos D'Água e São Tomé, onde foi investigado os tipos de plantas medicinais que culturalmente a população utiliza na prevenção, tratamento e cura de doenças. Isso ocorre desde a origem das comunidades e vem sendo transferido por gerações.

Ao confeccionar um livreto de orientações procura-se informar a população sobre o uso de plantas medicinais juntamente com medicamentos prescritos pelo médico, conforme chama atenção da ciência divulgada em trabalhos de pesquisas realizados com a temática e orientações da ANVISA.

Território Quilombola São Tomé

Contexto Histórico e Cultural



O território quilombola São Tomé está inserido no município de Campo Formoso, zona rural, no norte da Bahia. Região semiárido, com vegetação predominantemente da caatinga. Sendo Campo Formoso inserido do território do Piemonte Norte do Itapicuru, juntamente com Senhor do Bonfim, Jaguarari, Andorinha, Ponto Novo, Caldeirão Grande, Filadelfia, Antônio Gonçalves e Pindobaçu, no vale de São Francisco, sendo São Tomé localizado a margem do rio Salitre.

Dentro do município de Campo Formoso o Território São Tomé está constituído pelas comunidades: São Tomé, Alagadiço dos Cruzes, Almeida de Baixo, Barra do Delfino, Bate Bico, Bela, Trinta Ocos, Lagoa da Barra, Olho D'Água, Ponta D'Água e Riachão, como se define no mapa de descrição das regiões de Campo Formoso.

Os remanescentes de quilombos ou quilombolas são povos oriundos das comunidades que outrora se considerou quilombo ou povos derivados de negros que foram resistentes ao processo da escravidão no Brasil Colônia, e que contemporaneamente se consideram grupos étnico-raciais, segundo critérios de auto atribuição, com trajetória histórica própria, dotados de relações territoriais específicas, com presunção de ancestralidade negra relacionada com a resistência à opressão histórica sofrida - art. 2º do Decreto nº 4.887, de 20 de novembro de 2003 (Brasil, 2003).

Haja vista que a comunidade remanescente de quilombo traz consigo traços das suas origens culturais do povo negro que trazido de África foram escravizados no Brasil; a origem da comunidade se dá ainda no período da escravidão, segundo as falas dos moradores, principalmente dos mais velhos, os primeiros negros que habitaram no território foram fugitivos da região de Salvador, capital da Bahia.

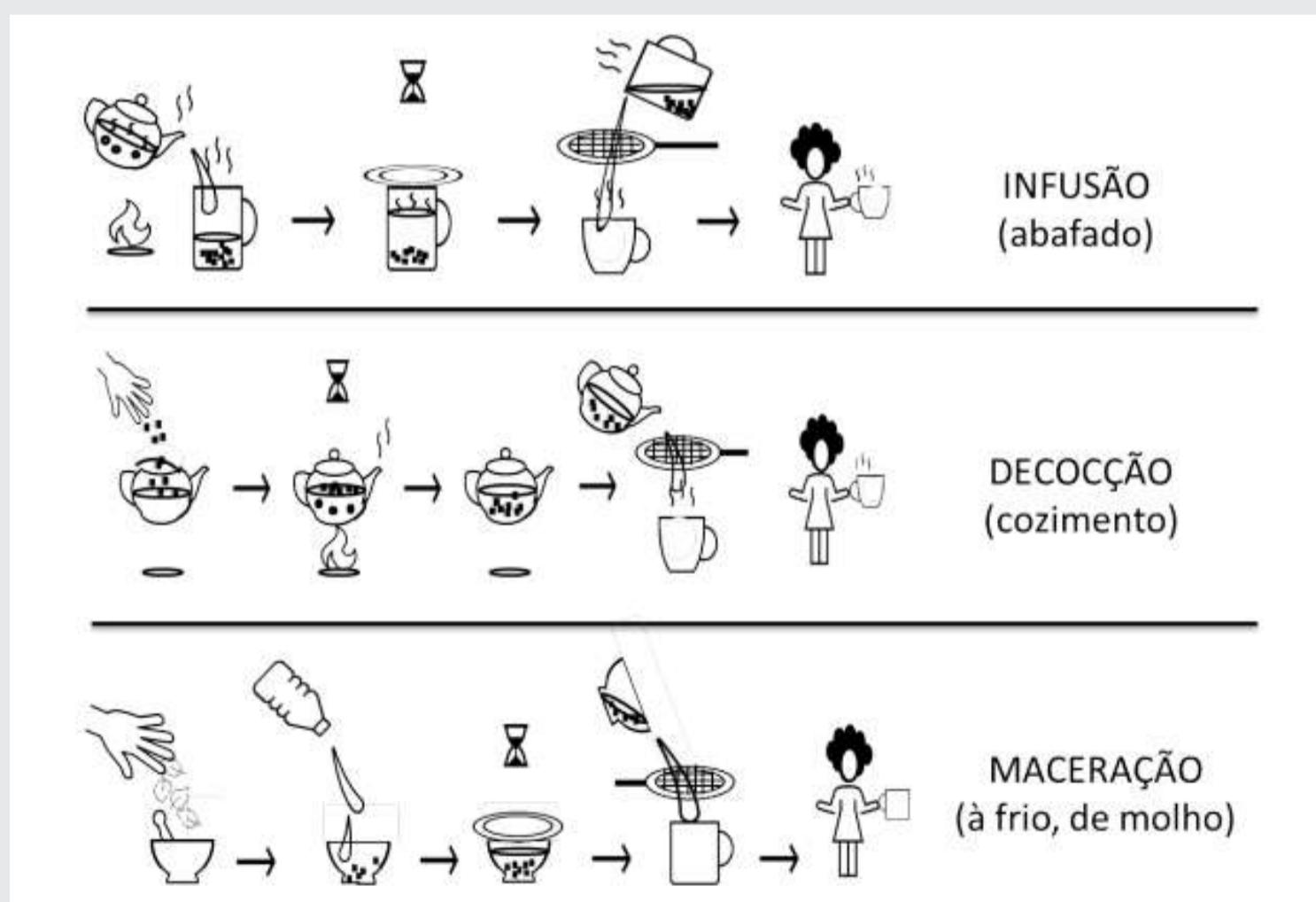
Os quais trouxeram consigo a cultura, os costumes e tradições, principalmente no processo de cura. Exemplo das parteiras, curandeiros (as), benzedor ou rezador. Homens e mulheres responsáveis em fazer os partos e curar as doenças na comunidade através das suas rezas e uso de plantas medicinais. Na comunidade São Tomé se destaca a senhora conhecida por Dona Cota e o senhor conhecido por Seu Peixe.

O que diz a ciência?

Adiministração concomitante de fármacos e plantas medicinais pode alterar os níveis de resposta a esses receptores provocando ampliação ou redução do efeito famacológico esperado, devido ao sinergismo ou antagonismo, respectivamente (Fugh-Berman, 2000; Izzo & Ernst, 2001). Ou seja, algumas plantas medicinais podem potencializar ou inibir a ações de alguns medicamentos.

As plantas medicinais podem aliviar ou curar enfermidades o uso delas é comum na população, principalmente em comunidade rurais. Porém, para usar a planta, é preciso conhecê-la, saber onde pode ser colhida e como prepará-la (Brasil, 2016, 2022). Já os medicamentos são diferentes, por serem tecnicamente elaborados e constituídos de substâncias padronizadas e controladas, com segurança, eficácia e qualidade conhecidas (Brasil, 2016, 2022). Esses medicamentos precisam ter uso autorizado pela Anvisa e registro no Ministério da Saúde.

As plantas medicinais são colhida e preparadas para serem usadas de diversas formas, principalmente na forma de chás, esses podem ser preparados por infusão e decocção, e ainda por maceração. INFUSÃO: é um método normalmente utilizado para partes moles da planta, como folhas ou flores. Na infusão, deve-se aquecer a água e adicioná-la à planta, deixando em contato por um determinado tempo. DECOCÇÃO é o processo que normalmente se utiliza as partes mais duras da planta, como sementes ou caule. Neste processo, a parte da planta é fervida junto com a água. Ainda, a MACERAÇÃO, para plantas que possuam substâncias que se degradam com o calor. Neste caso, a parte da planta indicada é colocada em contato com a água à temperatura ambiente.



FONTE: ANVISA, 2022

As interações entre medicamentos e os componentes químicos presentes nas plantas medicinais e nos medicamentos fitoterápicos podem causar alterações nas concentrações plasmáticas dos fármacos e, consequentemente, mudanças nos seus perfis de eficácia e/ou segurança.

Essas interações podem ser classificadas em farmacocinéticas e farmacodinâmicas. No primeiro caso, os processos de absorção, distribuição, metabolismo e excreção do fármaco, podem ser afetados, resultando em ampliação ou redução dos efeitos esperados. A maioria dos fármacos tem seus efeitos terapêuticos explicados através da ligação a receptores específicos (Alexandre, at al, 2008).

A administração concomitante de fármacos e plantas medicinais e/ou medicamentos fitoterápicos pode alterar os níveis de resposta a esses receptores, provocando a ampliação ou redução do efeito farmacológico esperado, devido ao sinergismo ou antagonismo, respectivamente (Fugh-Berman, 2000; Izzo & Ernst, 2001; Alexandre, at al, 2008).

Contudo, as plantas medicinais quando não utilizadas com cautela podem causar alterações sérias e até modificar a ação de outros remédios. Existem algumas ervas que potencializam o efeito dos medicamentos sintéticos, já outras. atrapalham o sua ação no organismo (ASCOMHFS, 2015). Exemplo: Arnica e medicamentos para hipertensão, a arnica serve como cicatrizante de hematomas, tem a possibilidade de aumentar a pressão, sendo que o hipertenso ao usar tal substância pode inibir o efeito do rémedio para pressão (ASCOMHFS, 2015).

Este livreto procurou unir conhecimentos: o saber popular e o científico. Pois com a orientação científica e o conhecimento popular tradicional pode ser evitado alguns desconfortos, malefícios e até mesmo óbitos. E nesta situação a informação correta é a arma do negócio, na garantia de segurança e eficácia no uso de plantas medicinais e medicamentos.



Plantas medicinais utilizadas nas comunidades

NOME DA PALANTA - POPULAR E CIENTÍFICO		
Erva Cideira <i>Lippia alba</i>	Capim santo <i>Cymbopogon citratus</i>	Hortelã <i>Mentha sp.</i>
Alecrim <i>Rosmarinus officinalis</i>	Boldo <i>Plectranthus barbatus Andrews</i>	Babosa <i>Aloe vera (L.) Burm. f.</i>
Calendula <i>Calendula officinalis L.</i>	Malvão <i>Plectranthus amboinicus</i>	Mastruz <i>Chenopodium ambrosioides L.</i>
Arruda <i>Ruta graveolens L.</i>	Tanchagem <i>Plantago major L.</i>	Camomila <i>Matricaria chamomilla</i>
Alho <i>Allium sativum L</i>	Picão-preto <i>Bidens pilosa</i>	Canela <i>Cinnamomum verum J.Presl</i>
Erva- doce <i>Pimpinella anisum</i>	Maracujá <i>Passiflora sp.</i>	Gengibre <i>Zingiber officinale Roscoe</i>
Chuchu <i>Sechium edule(Jacq.) Sw</i>	Romã <i>Punica granatum L</i>	Melão de são caetano <i>Momordica charantia</i>
Aroeira <i>Myracrodruon urundeuva</i>	Quebra pedra <i>Phyllanthus niruri L.</i>	Barbatimão <i>Stryphnodendron barbatimum</i>



Informação sobre as plantas...

Nome Popular:

Erva Cideira

Nome Científico:

Lippia alba



Fonte: CORDEIRO (2020).
<https://www.unirio.br/ccbs/ibio/herbariohuni/lippia-alba-mill-n-e-br-ex-britton-p-wilson>

INDICAÇÕES: sobretudo, no tratamento de problemas como ansiedade, distúrbios do sono, gastrointestinais e respiratórios, mas possui dezenas de aplicações dentro da medicina popular. Abaixar pressão, dor de cabeça (8,12,13,14,16,20).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Potencializa medicamentos como depressores do sistema nervoso central (SNC), calmantes, sedativos, antidepressivos, estimulantes, analgésicos narcóticos, relaxantes musculares e anti-histamínicos, medicamentos como: Fluoxetina, Clonazepam, Amitriptilina e Bromazepam. Com também, medicamentos à base de outras plantas, como a Kava-Kava. E pode aumentar a toxicidade de paracetamol se usado concomitantemente (6,8,12,13,14).

Nome popular:

Capim santo

Nome científico:

Cymbopogon citratus



Fonte: CORDEIRO (2020).
<https://www.unirio.br/ccbs/ibio/herbariohuni/lippia-alba-mill-n-e-br-ex-britton-p-wilson>

INDICAÇÕES: Calmante, digestivo, crises de cólicas uterinas e intestinais, ajudar no tratamento da gastrite, promove a eliminação do excesso de líquido corporal, diminuindo o inchaço da barriga, com propriedades analgésicas, auxilia no controle da pressão arterial e ajuda a diminuir os níveis de colesterol "ruim", o LDL (9,12,13,16,20).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Pode potencializar o efeito de medicamentos sedativos. Interação com hormônios tiroideanos, como o Puran T4 regulador da tireóide. E interação na absorção do medicamento Enalapril, Anti-hipertensivo (6,9,12,13).

Nome popular:

Hortelã

Nome científico:

Mentha x piperita L



Fonte: <https://www.tuasaude.com/hortela/>

INDICAÇÕES: ajuda a aliviar as cólicas do trato digestivo, a má digestão, os gases, anti-inflamatórios e analgésicos, equilibra os hormônios nas mulheres, antibacteriano, alivia a tosse, acabar com o mau hálito e ajuda a relaxar (7,8).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: interage na absorção dos medicamentos Losartana e Enalapril, anti-hipertensivos, e na intensificação do efeito do medicamento, Sinvastatina, regulador do colesterol. Intensificação do medicamento e efeitos adversos de analgésico, Paracetamol (6,7).

Nome popular:

Alecrim

Nome científico:

Rosmarinus officinalis



Fonte: <https://www.tuasaude.com/alecrim/>

INDICAÇÕES: pode melhorar o funcionamento do sistema nervoso, proteger o fígado, atuar como antioxidante, aliviar a dor, melhorar a circulação sanguínea, favorecer a digestão dos alimentos e proteger o fígado, antimicrobiana, tosse, febre, alivia cólicas menstruais (1,9,11,13,15,20)

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: na absorção do medicamento Captopril, Anti-hipertensivo, Inibição da agregação plaquetária, Clopidogrel Antiplaquetário e na absorção do Enalapril (6,8,9,12).

Informação sobre as plantas...

Nome popular

Boldo

Nome científico

Plectranthus

barbatus Andrews



Fonte:<https://www.tuasaude.com/beneficios-do-cha-de-boldo/>

INDICAÇÕES: problemas do fígado e alterações digestivas, incluindo má digestão, gastrite e gases intestinais. Isso acontece porque o boldo é rico em boldina, ácido rosmariníco e forscolina, substâncias com propriedades medicinais digestivas, antiespasmódicas, estimulantes do fígado e calmantes(8,20).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Não usar junto com metronidazol ou dissulfiram,depressores do sistema nervoso central (SNC) e anti-hipertensivos, como: Hidroclorotiazida. Interação na absorção do medicamento Losartana. Aumenta anticoagulação associado a ácido acetil salicílico e anticoagulantes, aumenta o efeito da varfarina (6,8).

Nome popular:

Babosa

Nome científico

Aloe vera (L.) Burm. f



Fonte:<https://www.tuasaude.com/beneficios-do-aloe-vera/>

INDICAÇÕES: Devido à sua ação nefrotóxica em altas doses, não deve ser usada por via oral. Uso cutâneo para queimaduras, cicatrizante, tratamento de psoríase, mucosite por radiação (1,3,6,7,8,13,16,20).

INTERAÇÃO MENDICAMENTOSA: Pode causar hipocalêmia com depletores de potássio, diuréticos ou corticoides (Prednisona); aumentar a toxicidade do digoxina, digitoxina ou outros agentes antiarrítmicos. Inibir a agregação de plaquetas, sangramentos, Sevoflurano. Aumento da absorção hidrocortisona e do risco de hipoglicemia, com Bupropiona, clorpromazina, fluoxetina, propranolol, Insulina e hipoglicemiantes orais. Potencializa o efeito laxativo e diminui a absorção de Antirretrovirais (6,7,10,12,13).

Nome popular:

Calendula

Nome científico

Calendula officinalis



Fonte:<https://www.tuasaude.com/calendula/>

INDICAÇÕES: forte ação anti-inflamatória, calmante e cicatrizante, usada para diminuir inflamações na boca, como aftas ou gengivite, regula os níveis de açúcar no sangue, cicatrização da pele, de vários tipos de feridas, desde cortes até queimaduras. Protege o fígado, previne cáries e fortalece o sistema imune. Úlceras gástricas (1,3,20) .

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: pode estar ligada com sinergismo de efeito quando associada anticoagulantes dependentes da vitamina K1, ou seja, pode potencializar os anticoagulantes. E o uso da flor desta planta com antidiabéticos orais também pareceu aumentar a eficácia destes medicamentos (6).

Nome popular:

Malvão

Nome científico:

Plectranthus amboinicus



INDICAÇÕES: possui propriedades digestiva, antisséptica, cicatrizante, analgésica, anti-inflamatória, antigripal, enérgica, entre outras funções. propriedade antimicrobiana, descongestionante, antioxidante e analgésica, podendo ser usada para auxiliar no tratamento de problemas de estômago, dor e inflamação dos músculos, dor de cabeça e enjoo(15,20).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Pode apresentar atividade sinérgica com antifúngicos, e apresenta potencial para interferir no efeito de algumas tetraciclinas, sendo esse efeito evidenciado na associação da Oxitretaciclina e Doxiciclina (12,15).

Informação sobre as plantas...

Nome popular:

Mastruz

Nome científico:

Chenopodium ambrosioides L.



Fonte:<https://www.tuasaude.com/mastruz/>

INDICAÇÕES: Combater infecções bacterianas, virais e fúngicas muito utilizada na medicina tradicional para tratar vermes intestinais, má digestão e para fortalecer o sistema imunológico, evitar a osteoporose, pois evitar a perda de densidade óssea. Reduzir a pressão arterial e diminuir inflamações (6,12,13,15).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Causa efeito sinérgico com pentamidina no tratamento de Leishmaniose amazonensis, e interfere na atuação de medicamentos anti-hipertensivos e diuréticos (8,15).

Nome popular:

Arruda

Nome científico:

Ruta graveolens L.



Fonte:<https://www.tuasaude.com/arruda/>

INDICAÇÕES: Usada para colícias menstruais e regular a menstruação, possui propriedades anti-inflamatórias, vermífugas e analgésicas, que ajuda no tratamento de varizes, verminoses, conjuntivite, dor de dente e dor de cabeça (8,12,13).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Em associação com anticoagulantes orais, agentes trombolíticos, antiagregantes plaquetários e anti-inflamatórios não-esteroidais pode promover o aborto e hemorragia (6,8,13).

Nome Popular:

Tanchagem

Nome científico

Plantago major L.



Fonte:<https://www.tuasaude.com/tanchagem/>

INDICAÇÕES: folhas e as sementes da tanchagem ajudam a prevenir a formação de úlceras gástricas, facilitar a cicatrização de feridas, controlar o açúcar no sangue, combater a diarréia e infecção, efeitos protetores bactérias como o *Streptococcus pneumoniae*, contra vírus, incluindo o adenovírus, no tratamento da gripe e tosse. Diurética, Inflamação, corrimento vaginal, cólica (1,12,20).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Absorção de outros fármacos (glicosídeos cardíacos, derivados cumarínicos, vitamina B12, carbamazepina, sais de lítio, cálcio, cobre, magnésio e zinco. Pode causar hipotensão arterial e obstrução intestinal (6,12)

Nome popular:

Camomila

Nome científico:

Matricaria chamomilla



Fonte:<https://www.tuasaude.com/camomila/>

INDICAÇÕES: tratar ansiedade, insônia, má digestão e cólica menstrual, cicatrizantes, cólicas intestinais, dor reumática, gota, dor de cabeça, hemorroidas, feridas, úlceras, queimaduras ou irritação na pele, resfriados ou sinusite. Antiinflamatória (1,3,9,13,16).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Intensifica ou prolonga os efeitos de drogas com ação no sistema nervoso central, como a associação com a Fluoxetina, Clonazepam e Amitriptilina (3,5,6,8,9,10,11,13)

Informação sobre as plantas...

Nome popular:

Alho

Nome científico

Allium sativum L



Fonte:<https://www.tuasaude.com/alho/>

INDICAÇÕES: vários problemas de saúde, como infecções por fungos ou pressão alta, prevenir o câncer de cólon, proteger a saúde do coração, ação anti-inflamatória e evita doenças respiratórias, expectorante e gripe (1, 3,13,16,18).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Efeito antiagregante plaquetar, se cirurgiado (a) terá de parar de tomar duas semanas antes; quem tomam anticoagulantes orais têm que ter cuidado ao tomar concomitante com suplementos de alho e medicamentos como a varfarina. Com hipoglicemiantes, como a insulina e glipizida, pode causar uma diminuição excessiva de glicose no sangue levando a hipoglicemia. Associado com droga do tratamento do HIV, o saquinavir, o alho diminui os níveis plasmáticos dessa droga, diminuindo seu efeito (5,6,13,18).

Nome popular:

Picão-preto

Nome científico:

Bidens pilosa L.



Fonte:<https://www.tuasaude.com/picao-preto/>

INDICAÇÕES: tratamento de infecção urinária, reumatismo, diabetes, hipertensão, malária, dor no estômago, auxiliar no tratamento de alterações gastrointestinais, herpes, ajudar na prevenção do câncer e aliviar os sintomas de alergia

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Devido ao efeito hipoglicemiante a combinação de altas doses com a insulina pode reduzir excessivamente os níveis de açúcar no sangue (5)

Nome popular:

Canela

Nome científico:

Cinnamomum verum J.Presl



Fonte:<https://www.tuasaude.com/canela/>

INDICAÇÕES: Ajuda na prevenção de doenças cardiovasculares, câncer e diabetes, também ajuda a melhorar a disposição física e mental, além de estimular a queima de gordura corporal, facilitando o emagrecimento. Antiespasmódica, vomito (1,12,13).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Associação com Glibenclamida potencializa hipoglicemia; com Ácido Acetilsalicílico aumenta anticoagulação; com Metformina potencial hipoglicemia; com Diclofenaco aumenta anticoagulação (10,12)

Nome popular:

Erva doce

Nome científico:

Pimpinella anisum



Fonte:<https://www.tuasaude.com/erva-doce/>

INDICAÇÕES: com propriedades digestivas, laxativas, carminativas e espasmolíticas, sendo, por isso, indicada para aliviar gases, prisão de ventre, cólicas e má digestão, usada para aliviar dor de cabeça devido às suas propriedades analgésicas e anti-inflamatórias. Expectorante (1,12,13,16).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Contraindicado seu uso para pessoas com úlcera péptica, colite, doença hepática, cálculo biliar, hipertensão arterial ou concomitante com anticoagulantes. Causa prolongamento do efeito de drogas hipnóticas. Associado com ibuprofeno, aumenta anticoagulação; com Naproxeno, aumenta anticoagulação; com Amitriptilina, aumento da depressão do SNC (10,12,13).

Informação sobre as plantas...

Nome popular:
Maracujá

Nome científico:
Passiflora sp.



Fonte:<https://www.tuasaude.com/maracuja/>

INDICAÇÕES: ansiedade, estresse, insônia, pressão alta, contém bastante cálcio e potássio que ajudam a regular a pressão arterial e a melhorar a circulação sanguínea, possui propriedades antioxidantes, sedativas e ansiolíticas, e ajuda a regular os níveis de açúcar no sangue. Sedativo (1,3,13).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Associação com Cinarizina aumenta Depressão do Sistema Nervoso Central. Intensifica a ação de hipnóticos e ansiolíticos. O seu uso com álcool aumenta a intensidade de sonolência. Pode ocorrer sangramento se for administrado com anticoagulantes, e anti-inflamatórios (3,6,10,13).

Nome popular:
Gengibre

Nome científico:
Zingiber officinale
Roscoe



Fonte:<https://www.tuasaude.com/beneficios-do-gengibre/>

INDICAÇÕES: ajudar a emagrecer, tratar má digestão, azia, enjoos, gastrite, resfriados, colesterol alto, pressão alta e problemas de circulação sanguínea. Evitar a diabetes e prevenir o câncer. Carminativo, inflamação da garganta, tosse (1,3,12,13,20)

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Evitar o uso em pacientes que estejam usando anticoagulantes, causa desordens de coagulação, ou com cálculos biliares; irritação gástrica e hipertensão, especialmente em doses altas. Pode prejudicar a ação de medicamentos que diminuem a contração cardíaca, como os betabloqueadores (3, 5,6,10,12,13).

Nome popular:
chuchu

Nome científico
***Sechium edule*(Jacq.)**
Sw



Fonte:<https://www.tuasaude.com/beneficios-do-chuchu/>

INDICAÇÕES: prolongar a saciedade, promovendo o emagrecimento, previne envelhecimento precoce, combate prisão de ventre, diminui triglicerídeos e colesterol “ruim”, LDL, evita diabete, controla e prevenir a pressão alta. Rico em ácido fólico, ou vitamina B9, pode ajudar na formação e desenvolvimento do cérebro e da medula espinhal do bebê durante a gestação.

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Pode interagir com fármacos hipotensores, diuréticos, sedativos, calmantes e anti-histamínicos

Nome popular:
Romã

Nome científico:
Punica granatum L.



Fonte:<https://www.tuasaude.com/roma/>

INDICAÇÕES: Prevenir o Alzheimer e alguns tipos de câncer, e a controlar a pressão alta, além de ter efeito anti-inflamatório e antisséptico, prevene e melhorar infecções na garganta, gengivites e periodontites, combater a diarreia. Fortalecer o sistema imunológico, mantem a pele saudável, evita doenças do coração e diabetes (12,13,15,16).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Existe interação entre os extratos de *Punica granatum*L. e *Plantago major*L., e dos extratos com a Amoxicilina (*in vitro*), podendo ocorrer com outros antibióticos como tetraciclina e potencializa o efeito de anti-hipertensivos inibidores da ECA (6,13,15).

Informação sobre as plantas...

Nome popular:
Melão de são caetano
Nome científico
Momordica charantia



Fonte:<https://www.tuasaude.com/melao-de-sao-caetano/>

INDICAÇÕES: cicatrizantes e antimicrobianas, tratamento de alguns problemas de pele, picada de inseto, feridas ou eczema, desintoxicante, ajudando a eliminar toxinas do organismo pela urina, fezes ou suor. Regula o açúcar no sangue, ajudando no tratamento da diabetes, doenças cardíacas e da prisão de ventre, constipação, malária, icterícia, e sarna (15).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Evitar nos casos de hiperandrogenismo e hiperestrogenismo, pode interferir e até ampliar a ação de medicamentos hipoglicimiantes, hipolipemiantes e insulina (15).

Nome popular
Aroeira
Nome científico
Myracrodruon urundeuva



Fonte:<https://www.tuasaude.com/aroeira/>

INDICAÇÕES: anti-inflamatórias, tónicas, diuréticas, cicatrizantes e antimicrobianas. Indicada para febre, reumatismo ou infecções urinárias em mulheres, infecções vaginais, azia, gastrite, úlceras, reumatismo, bronquite, tosse, diarreia, artrite e distensão dos tendões (21).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Aumento da ação de hipotensores e apresenta sinergia ou antagonismo associado a antibioticos como ampicilina, cefalexina e amoxilina.

Nome popular:
Quebra pedra
Nome científico:
Phyllanthus niruri L.



Fonte:<https://www.tuasaude.com/quebra-pedra/>

INDICAÇÕES: prevenir a formação de pedras nos rins ou na vesícula, proteger o fígado ou melhorar a prisão de ventre (13,16).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Devido à possível atividade hipoglicemiante, em portadores de diabetes tipo I -insulino-dependentes -podem ocorrer episódios de hipoglicemia devido ao efeito combinado entre a insulina e a planta; potencializa os efeitos dos diuréticos

Nome popular
Barbatimão
Nome científico
Stryphnodendro barbatimam



Fonte:<https://www.tuasaude.com/barbatimao/>

INDICAÇÕES: antibacterianas, anti-inflamatórias e antissépticas. Pode servir para tratar feridas, hemorragias, queimaduras, dor de garganta, inchaço ou hematomas na pele, reduzir a retenção de líquidos e combater problemas gastrointestinais (3,5,12,15,16).

INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA: Pode apresentar sinergia ou antagonismo associado a antibioticos como ampicilina, cefalexina e amoxilina. Devido à presença de taninos na composição do fitoterápico, deve ser evitado o uso concomitante com sais de prata, bases proteicas e princípios ativos vasodilatadores (3,5,6).

Sugestões

Este material foi confeccionado para levar informação à população rural e quilombola, sobre o efeito de algumas plantas medicinais que foram apontadas no território Quilombola São Tomé, porém as informações aqui são pertinentes a todos e todas que fazem uso da medicina alternativa, tradicional, com plantas medicinais e remédios fitoterápicos (Brasil, 2016).

O que se sugere primordialmente, na garantia de uso seguro de plantas medicinais e medicamentos, antes de fazer qualquer uso de planta informe ao seu médico, pois como visto o uso de algumas plantas com outros remédios, medicamentos, pode intensificar ou inibir o fármaco presente na medicação (Brasil, 2016,2022).

Outro ponto pertinente é o efeito toxicológico das plantas. Pesquise e consulte direito como fazer o uso das plantas medicinais, inclusive, algumas plantas podem ser veneno, que não podem ser ingeridas, ou uma dosagem inadequada por causar danos ao organismo (Brasil, 2022).

Existe a crença popular de que “um produto natural, se bem não fizer, mal não faz”, mas essa afirmação não é verdadeira, e preocupante, pois para além das Toxinas naturais que podem ser nocivas, a planta pode estar contaminada com microrganismos, substâncias tóxicas ou mesmo com substâncias sintéticas, como agrotóxicos. Por isso a ANVISA desperta para alguns cuidados que se deve ter com a planta usada como medicamento:

- Certifique-se de que a planta medicinal utilizada seja a correta. Plantas diferentes podem ser identificadas com o mesmo nome popular, o que pode levar a intoxicações e/ou ausência do efeito terapêutico;
- É preciso conhecer a parte correta da planta a ser utilizada (folhas, flores, frutos, sementes, partes que crescem embaixo da terra, cascas), pois diferentes partes podem ter substâncias distintas e apresentar outros efeitos terapêuticos e tóxicos, mesmo sendo da mesma planta;
- Use apenas plantas provenientes de terrenos limpos (longe de esgoto a céu aberto, fossas ou de beira de estradas), que tenham sido regadas com água potável, sem utilização de agrotóxicos e armazenadas em ambientes limpos, arejados e livres de pragas, como insetos e roedores;
- Deve-se conhecer a forma correta de preparação. Alguns usando água quente, outras apenas água em temperatura ambiente. O alho, por exemplo, contém substâncias que se degradam com o calor, não podendo ser usada água quente na sua preparação para evitar a perda de suas propriedades terapêuticas, etc.

Fica as sugestões cuidar-se com cuidado e atenção é questão de saúde e bem estar.

Referências

1. ARGENTA, Scheila Crestanello; ARGENTA, Leila Crestanello; GIACOMELLI, Sandro Rogério; CEZAROTTO, Verciane Schneider. PLANTAS MEDICINAIS: CULTURA POPULAR VERSUS CIÊNCIA. *Vivências*. Vol.7, N.12: p.51-60, Maio/2011
2. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. CARTILHA DE ORIENTAÇÕES SOBRE O USO DE FITOTERÁPICOS E PLANTAS MEDICINAIS, 2022. Disponível em:orientacoes-sobre-o-uso-de-fitoterapicos-e-plantas-medicinais.pdf
3. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: Ruta graveolens L. (Arruda) [recurso eletrônico]. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. – Brasília : Ministério da Saúde, p. 76, 2021.
5. CAVALCANTE, Ana Lúcia Furtado, PLANTAS MEDICINAIS E SAÚDE BUCAL: ESTUDO ETNOBOTÂNICO, ATIVIDADE ANTIMICROBIANA E POTENCIAL PARA INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA. Dissertação - UFPE. João Pessoa, p.210, 2010.
6. GONÇALVES, Rodrigo Noll; GONÇALVES, Jéssica Rodrigues da Silva Noll; BUFFON, Marilene da Cruz Magalhães; NEGRELE, Raquel Rejane Bonato; RATTMAN, Yanna Dantas. Plantas medicinais na Atenção Primária à Saúde: riscos, toxicidade e potencial para interação medicamentosa. *Rev. APS*. p. 25(1): jan-mar - 2022.
7. KIRCHNER, Giovanna de Albuquerque; PELAQUIN, Matheus Maschio; MAGALHÃES, Milena; GOUVEIA, Neire Moura de. POSSÍVEIS INTERAÇÕES MEDICAMENTOSAS DE FITOTERÁPICOS E PLANTAS MEDICINAIS INCLUÍDAS NA RELAÇÃO NACIONAL DE MEDICAMENTOS ESSENCIAIS DO SUS: REVISÃO SISTEMÁTICA. *Revista Fitos*. Rio de Janeiro. 2022; 16(1): 93-119 | e-ISSN: 2446-4775 | www.revistafitos.far.fiocruz.br |
8. LIMA, A. V. B. S; BUFFON, M. C. M; ANJOS, R. V. S. USO DE PLANTAS MEDICINAIS E POTENCIAIS RISCOS DE SUAS INTERAÇÕES COM MEDICAMENTOS ALOPÁTICOS EM USUÁRIOS ADSCRITOS A UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DE COLOMBO-PR. Visão Acadêmica, Curitiba, v.16, n.2, Abr. - Jun./2015
9. LUZ FR, BUFFON, MCM. Avaliação do risco de interações de plantas medicinais com medicamentos na atenção primária à saúde. Curitiba. Universidade Federal do Paraná; 2018.
10. NICÁCIO, Raquel Aparecida Rodrigues; PINTO, Grazielle Ferreira; OLIVEIRA, Fernanda Rocha Anjos de; SANTOS, Débora Aparecida da Silva; MATTOS, Magda de; GOULART, Letícia Silveira. Potenciais interações entre medicamentos alopáticos e fitoterápicos plantas medicinais no Município de Rondonópolis – MT. *Rev. Ciênc. Méd. Biol.*, Salvador, v. 19, n. 3, p. 417-422, set./dez., 2020.
11. OLIVEIRA, Vinícius Bednarczuk. Possíveis interações medicamentosas entre varfarina, camomila (*Matricaria chamomilla*) e guaco (*Mikania glomerata*). *Scientific Electronic Archives* Issue ID: Sci. Elec. Arch. Vol. 16 (9) Set,2023.
12. PAIXÃO et al. LEVANTAMENTO BIBLIOGRÁFICO DE PLANTAS MEDICINAIS COMERCIALIZADAS EM FEIRAS DA BAHIA E SUAS INTERAÇÕES MEDICAMENTOSAS. *Eletronic Journal of Pharmacy*, vol. XIII, n. 2, p. 71-81, 2016
13. SANTOS, Lucinéia do; FUZARO, Carolina Correia; FRACASSO, Júlia Amanda Rodrigues; BITENCOURT, Mariana; PARRON, Mariana Conti; RODRIGUES, Marielise Mundin Abrão. Plantas Medicinais: suas associações e usos. Disponivel em: <https://www.academia.edu/download/92360870/210303929.pdf>. Acessado em: 01/02/2024.
14. SILVA, Maria Jacielma da; GOMES, Maria Letícia Bezerra; SIQUEIRA, Lidiany da Paixão. Tratamento alternativo para ansiedade à base da planta medicinal *Melissa Officinalis* (erva-cidreira) – uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 14, e532101422349, 2021
15. SOARES, Luiz Alberto Lira; FERREIRA, Mágda Rhayanny Assunção; TENÓRIO, Camylla Janiele Lucas; SOUZA, Eloiza Marcelle da Costa. História e produção de mementos fitoterápicos: uma experiência de extensão universitária. Pró-Reitoria de Extensão e Cultura/UFPE; Editora UFPE. 2022.
16. ROCHA, Naiara da Silva; ALVES, Léia Alexandre. Prevalência do uso de Plantas Medicinais em uma Unidade de Saúde da Família no Município de Caetanos-BA. *Rev. Mult. Psic.* V.14, N. 51p. 237-249, Julho/2020-ISSN 1981-1179Edição eletrônica em <http://idonline.emnuvens.com.br/idos>
17. RODRIGO, F. Alexandre; BAGATINI, Fabíola; SIMÕES, Cláudia M. O. Interações entre fármacos e medicamentos fitoterápicos à base de ginkgo ou ginseng. *Rev. bras. farmacogn.* Ed.18 (1). Mar 2008.
18. VIEIRA, Maria João de Meireles Padez de Castro. Tratamento de dislipidemias: benefícios, riscos e interações. Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra-FFUC- Teses de Mestrado. Set-2015.
19. _____ ASCOMHFS, Assessoria de Comunicação do Hospital Flávio Santos. Remédios naturais podem gerar danos à saúde, 02/03/2015. Disponivel em:<http://www.hospitalflaviosantos.com.br/novo/remedios-naturais-podem-gerar-danos-a-saude/>
20. _____ Prefeitura Municipal de Campinas Farmácia de Manipulação Municipal Botica da Família - SMS/PMC. Cartilha - Plantas Medicinais. 1ª edição - Outubro/2018. Tiragem: 2ª reimpressão - Julho/2019
21. MACHADO, A.C; OLIVEIRA, R.C. Medicamentos Fitoterápicos na odontologia: evidências e perspectivas sobre o uso da aroeira-do-sertão (*Myracrodruon urundeuva* Allemão. *Rev. Bras. Pl. Med.*, Campinas, v.16, n.2, p.283-289, 2014.