



RESUMO EXPANDIDO SUBMETIDO AO XXVI ENID - 2024 - UFPB ELABORAÇÃO DE BANNER COMO FACILITADOR DO APRENDIZADO SOBRE AS FORMAS DE PREPARAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS

Victor Costa de Albuquerque;
Ana Luiza Bezerra de Macêdo;
José Werber da Silva Soares;
Danielly Albuquerque da Costa;
Climério Avelino de Figueredo;
Maria do Socorro Sousa

Programa de Monitoria

CCS - Centro de Ciências da Saúde Campus I - João Pessoa

INTRODUÇÃO

A Fitoterapia é um recurso terapêutico caracterizado pelo uso de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas. No Brasil, a utilização de plantas medicinais tem como facilitadores a grande diversidade vegetal e o baixo custo associado à essa terapia, o que vem despertando a atenção dos programas de assistência à saúde e profissionais (SANTOS et al., 2011). Nesse sentido, o interesse popular e institucional vem crescendo no sentido de fortalecer a fitoterapia no Sistema Único de Saúde.

O processo de aprendizagem nas instituições acadêmicas é pautado pelo tripé universitário entre ensino, pesquisa e extensão, com o objetivo de promover o conhecimento amplo e integrado dos discentes, de modo que nas instituições de ensino superior a monitoria pode ser entendida como um serviço de apoio pedagógico, sendo portanto um instrumento para a melhoria do ensino de graduação, através do estabelecimento de novas práticas e experiências pedagógicas que visem fortalecer a articulação entre teoria e prática e a integração curricular em seus diferentes aspectos, e tem a finalidade de promover a cooperação mútua entre discente e docente e a vivência com o professor e com as suas atividades técnico-didáticas (LACERDA et al., 2013).

A propagação desses conteúdos no ambiente acadêmico é fundamental para a atuação dos discentes enquanto futuro profissional, visto que a utilização de plantas medicinais é recorrente no cotidiano da comunidade. O presente resumo objetiva apresentar uma das atividades de ensino desenvolvidas pelos monitores de Fitoterapia I.

METODOLOGIA

O presente trabalho tem caráter informativo referente a confecção de um banner sobre formas de preparação de plantas medicinais, desenvolvido com base no levantamento de artigos científicos e livros de Fitoterapia, e com a utilização de imagens da preparação de chás produzidos no laboratório de Fitoterapia. O banner foi escolhido como recurso didático por servir como material de apoio para facilitar o aprendizado dos discentes da disciplina Fitoterapia I. A escolha de tal recurso se justifica pelo caráter sintético e visual que ele proporciona, servindo como uma fonte rápida, objetiva e acessível de

conhecimento e revisão sobre o tema. Além disso, esse material didático poderá ser utilizado para ações de extensão desenvolvidas dentro e/ou fora do ambiente acadêmico.

Nesse sentido, o emprego de métodos como o escolhido se coaduna com o objetivo primordial da monitoria de ser uma ferramenta facilitadora do ensino-aprendizagem de monitores e discentes. Além dessa, outras ações foram desenvolvidas pelos monitores durante a vigência 2023.2 e 2024.1, a exemplo da elaboração de flashcards, divulgação de material no Instagram da Monitoria de Fitoterapia, preparação de exercícios, atualizações de slides, revitalização de placas do horto, plantões presenciais na sala dos monitores para elucidação de dúvidas e troca de informações e materiais de apoio no grupo de WhatsApp.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

As plantas medicinais fazem parte do itinerário terapêutico de muitas famílias brasileiras, tendo como base, principalmente, a disseminação do conhecimento popular sobre suas indicações para determinadas enfermidades. Todavia, as plantas possuem em sua constituição química diversos tipos diferentes de compostos, os chamados princípios ativos, sendo assim necessário um uso racional com a correta identificação da espécie, conservação, modo de preparo e informações pertinentes sobre possíveis efeitos colaterais e eventual toxicidade. Dessa forma, pode-se aproveitar melhor os benefícios dos princípios ativos que cada planta contém (PEDROSO et al., 2021).

Contudo, verifica-se empiricamente o fato de muitas pessoas não se atentarem para o modo de preparo correto da planta, desconhecendo o melhor método de acordo com a parte utilizada ou objetivo terapêutico, podendo, assim, perder a ação eficaz dos princípios ativos. Por conta disso, a monitoria de Fitoterapia I se propôs a elaborar um banner com informações objetivas sobre formas de preparo de plantas medicinais, pois é uma ferramenta eficaz de fácil consulta, tanto para leigos, quanto para estudantes e profissionais, podendo estar disponível em salas de aula, ambulatórios, laboratórios e demais locais pertinentes. Isto posto, tal estratégia configura-se como uma excelente forma de promoção de saúde e fortalece o papel da monitoria como facilitadora do conhecimento (Ver Imagem 1).

Neste sentido, as atividades desenvolvidas pelos monitores não apenas contribuíram para a formação dos discentes, mas também se configuram como uma importante estratégia de integração entre o saber científico e o popular, reconhecendo o caráter complementar entre ambos, não antagônico. Além disso, através do auxílio nas aulas práticas no laboratório, plantões presenciais semanais na sala dos monitores, a criação de uma página no Instagram e demais estratégias utilizadas, a monitoria de Fitoterapia tem se mostrado uma ferramenta essencial no processo de ensino-aprendizagem, permitindo a integração de conhecimentos teóricos e práticos relacionados ao uso de plantas medicinais.

IMAGEM 1 - Banner sobre as principais formas de preparação de chás



Universidade Federal da Paraíba
Centro de Ciências da Saúde
Departamento de Fisiologia e Patologia
Núcleo de Estudos e Pesquisas Homeopáticas e Fitoterápicas



PRINCIPAIS FORMAS DE PREPARAÇÃO DE CHÁS

FORMAS DE PREPARAÇÃO DE CHÁS

A utilização de plantas medicinais para auxiliar no tratamento de doenças é bastante frequente na população e proporciona muitos benefícios à saúde.

Uma das formas de uso dessas plantas ocorre por meio do consumo de chás, que possuem três principais formas de preparação simples: **infusão**, **decoção** e **maceração**.

METODOLOGIA

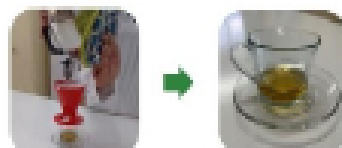
A recomendação para a concentração dos diferentes tipos de chás é sempre de 3 a 5%. Exemplo: para cada 5g da droga vegetal, utiliza-se 100mL de água.

INFUSÃO

- 1 Lavar e colocar em um recipiente as partes das plantas utilizadas (folhas, flores ou frutos), utilizando a proporção de 3g a 5g da planta para cada 100mL de água. Colocar a água para ferver.



- 2 Desligar o fogo e colocar a planta na água fervida. Tampar e deixar em repouso por 15 minutos.



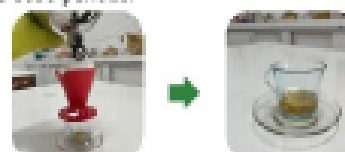
• O produto final da infusão se chama **infuso**.

DECOÇÃO

- 1 Lavar e cortar as partes das plantas utilizadas (**raízes, caules e sementes**), utilizando a proporção de 3g a 5g da planta para cada 100mL de água. Colocar a parte da planta medicinal seccionada para ferver junto com a água.



- 2 Deixar as partes utilizadas em fervura baixa tampada, pelo tempo de até 12 minutos. Filtrar após esse período.



• O produto final da decoção se chama **decocto**.

MACERAÇÃO

- 1 Lavar e cortar as partes das plantas utilizadas;



- 2 Colocar em um recipiente com água potável, à temperatura ambiente, por um período de 12 a 24 horas, dependendo da consistência das partes utilizadas e coar.



• O produto final da maceração se chama **macerado**.

DICA!!

- Chás usados para o tratamento de resfriado, gripe, bronquite e febre devem ser adoçados e tomados ainda quente;
- Chás usados para os males do aparelho digestivo devem ser tomados frios ou gelados, sem açúcar;
- Os chás devem ser tomados até 3x/dia, intercalados de 8/8h. Todos os tipos de chás devem ser tomados preferencialmente após o preparo e, no máximo, em 24h.

Fonte: Autoria própria

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A elaboração de materiais didáticos como banners e flashcards, aliada ao suporte contínuo por meio de plantões e atualizações, potencializa a assimilação de conteúdos pelos discentes, contribuindo para o desenvolvimento de suas competências acadêmicas e profissionais.

O uso racional de plantas medicinais é fundamental para garantir a eficácia terapêutica e a segurança dos usuários. A produção de materiais informativos, como o banner sobre métodos de preparo, desempenha um papel na disseminação de informações confiáveis tanto no ambiente acadêmico quanto na comunidade. Essa abordagem didática fortalece o compromisso da monitoria com a educação em saúde e promove o uso consciente das práticas integrativas, reforçando o papel da Fitoterapia na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS).

REFERÊNCIAS

LACERDA, J. R. C. et al. Conhecimento popular sobre plantas medicinais e sua aplicabilidade em três segmentos da sociedade no município de Pombal-PB. *Revista Agropecuária Científica no Semiárido*, v. 9, n. 1, p. 14-23, 2013.

PEDROSO, R. S. et al. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 31, n. 2, 2021.

SANTOS, R. L.; GUIMARÃES, G. P.; NOBRE, M. S. C.; PORTELA, A. S. Análise sobre a fitoterapia como prática integrativa no Sistema Único de Saúde. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais, Botucatu*, v. 13, n. 4, p. 486-491, 2011.