Anais do XXVII Encontro de Iniciação à Docência
Pró-reitoria de graduação - ENID - 2025

https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/enid/index

RESUMO SUBMETIDO AO XXVII ENID - 2025 - UFPB
PLANTAS MEDICINAIS E QUALIDADE DE VIDA: PERFIL DE USO E PERCEPÇÃO ENTRE USUÁRIOS DO CAMPUS BANANEIRAS-PB

Alice de Lima da Silva;
Gilvaneide Alves de Azeredo;
Maria Alexsandra dos Santos Fernandes;
Thatiana Maria Borges Silva;
Marcos Barros de Medeiros.

Programa de Monitoria
Campus III

RESUMO: Este estudo transversal, descritivo e exploratório, com abordagem quanti-qualitativa, foi realizado no segundo semestre de 2025 no Campus III da Universidade Federal da Paraíba – Bananeiras, com o objetivo de analisar o perfil de uso, as motivações e a percepção sobre qualidade de vida entre universitários e membros da comunidade local que utilizam plantas medicinais. A pesquisa foi conduzida por meio de questionário online com 29 questões, aplicado a 24 participantes com idades entre 18 e 59 anos, abrangendo dados sociodemográficos, hábitos de saúde, uso de plantas medicinais e percepção de bem-estar. Os resultados revelaram que 82,6% dos entrevistados utilizam ou já utilizaram plantas medicinais, sendo as principais finalidades o tratamento de sintomas leves (66,7%), relaxamento e bem-estar (45,8%) e prevenção de doenças (41,7%). As espécies mais utilizadas foram gengibre (87,5%), limão (79%), hortelã (66,7%) e camomila (56,3%), destacando-se por serem de fácil acesso e culturalmente difundidas. As condições de saúde mais tratadas com plantas medicinais foram problemas digestivos (66,7%), gripes e resfriados (54,2%) e insônia ou ansiedade (45,8%). A maioria dos participantes (87,5%) recorre ao uso por conta própria ou por indicação de familiares, evidenciando a força dos saberes tradicionais e comunitários. As formas de preparo mais comuns foram chá por infusão (58,3%) e decocção (41,7%), seguidas por inalações, xaropes e tinturas. Quanto à percepção de benefícios, 91,7% acreditam que o uso de plantas medicinais melhora a qualidade de vida, e 58,3% relataram melhora significativa em sua condição de saúde. As motivações para o uso estão ligadas principalmente à influência cultural familiar (70,8%), recomendação de conhecidos (54,2%) e à percepção de que se trata de um recurso natural e mais saudável (37,5%). O estudo também identificou que a prática é transversal às gerações, com participantes de diferentes faixas etárias, o que reforça o valor cultural e terapêutico das plantas medicinais na comunidade. Apesar da valorização da prática, a alta taxa de automedicação observada (87,5%) aponta para a necessidade de ações educativas e de extensão que promovam o uso seguro e consciente das plantas, alinhando-se às Diretrizes Nacionais de Práticas Integrativas e Complementares. A monitoria universitária mostrou-se uma ferramenta eficaz para fomentar o diálogo entre saberes populares e científicos, contribuindo para a formação crítica dos discentes e o fortalecimento do vínculo entre universidade e comunidade. Conclui-se que o uso de plantas medicinais no Campus Bananeiras é uma prática consolidada, culturalmente significativa e associada a uma percepção positiva de saúde e bem-estar, sendo recomendada a ampliação de pesquisas e atividades extensionistas que valorizem a fitoterapia no contexto regional. A experiência reforça a importância da monitoria como espaço de construção coletiva do conhecimento e de valorização da saúde integral, promovendo a articulação entre ensino, pesquisa e extensão no âmbito universitário.