

Pesquisa Multidisciplinar EM SAÚDE

EDIÇÃO XXII

Capítulo 40

AVALIAÇÃO DO USO DE PLANTAS MEDICINAIS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE NO CONTROLE DA ANSIEDADE EM JUPI-PE

ELIAS FLÁVIO QUINTINO DE ARAÚJO¹
IZABELLY AMARAL COSTA²
MARIA EDUARDA ALENCAR VALENÇA FARIAS²
RAYANNE VICTÓRIA BEZERRA SAMPAIO²
JOSÉ LEONARDO DE CASTRO ALVES²
JONATHAS GABRIEL GOMES²
WELLINGTON LEAL DOS SANTOS³

¹Mestre em Biociência Animal pela Universidade Federal do Agreste de Pernambuco (UFAPE).

²Discente do Curso de Medicina – Faculdades Integradas de Garanhuns (FACIGA/AESGA).

³Doutor em Biociência Animal pela Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE).

Palavras-chave: Plantas Medicinais; Ansiedade; Atenção Primária à Saúde.

DOI

10.59290/0330692158

EDITORIA
P PASTEUR

INTRODUÇÃO

A ansiedade é um dos transtornos mentais mais comuns no mundo, com o Brasil apresentando uma das maiores taxas de prevalência global (FIGUEREDO *et al.*, 2014). No contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), o manejo da ansiedade representa um desafio constante, exigindo abordagens terapêuticas diversificadas e acessíveis. O uso de plantas medicinais e fitoterápicos, prática milenar e profundamente enraizada na cultura brasileira, emerge como uma estratégia complementar de cuidado, alinhada à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) do SUS (MAO *et al.*, 2016).

A fitoterapia, que utiliza plantas medicinais em suas diversas formas para o tratamento e prevenção de doenças, tem ganhado reconhecimento científico por sua eficácia em diversas condições, incluindo a ansiedade (OLIVEIRA, 2017). Plantas como *Passiflora incarnata* (maracujá), *Matricaria recutita* (camomila) e *Melissa officinalis* (erva-cidreira) são amplamente estudadas por seus efeitos ansiolíticos, atribuídos a compostos bioativos que modulam o sistema nervoso central região (OLIVEIRA *et al.*, 2018).

Os conhecimentos sobre as plantas medicinais, assim como o seu uso em forma de medicamento, têm acompanhado a humanidade ao longo do tempo. Essa abordagem ganhou espaço no mercado nos últimos anos, que havia sido dominado por fármacos sintéticos (CALIXTO, 2019). Muitas espécies vegetais possuem propriedades terapêuticas e, portanto, o uso destas representa um fator essencial para a manutenção das condições de saúde das pessoas (SSENKU *et al.*, 2022).

O uso de produtos medicinais à base de plantas (fitoterápicos) é uma prática milenar que vem sendo utilizada por civilizações desde

o início da história para a prevenção, cura e/ou tratamento de diversas doenças. No século XXI, mesmo com uma grande diversidade de medicamentos alopáticos, a fitoterapia continua sendo utilizada amplamente em todo o mundo (YUAN *et al.*, 2016).

Nas últimas décadas, o interesse pelas plantas medicinais tem crescido significativamente, sendo cada vez mais empregado em serviços de saúde, bem como, em diversos setores industriais (NAJMI *et al.*, 2022). Além disso, nos últimos 100 anos, o progresso técnico-científico, especificamente na área da farmacognosia, permitiu a descoberta de um grande número de novas moléculas e seus mecanismos de ação associados a fitofármacos (PRAKOFJEW A *et al.*, 2022).

No município de Jupi, em Pernambuco, a tradição do uso de plantas medicinais é notória, conforme estudos que apontam para a alta utilização dessas práticas pela população local, muitas vezes como autocuidado para condições como a ansiedade e distúrbios do sono (BRASIL, 2006). Este cenário justifica a necessidade de investigar como essa prática popular se articula com os serviços de saúde oferecidos na APS.

Diante desse contexto, o presente estudo propõe-se a avaliar o padrão de uso de plantas medicinais pela população adscrita à APS de Jupi-PE, com foco no controle da ansiedade, buscando fornecer subsídios para a implementação de ações de educação em saúde que promovam o uso seguro e racional da fitoterapia.

METODOLOGIA

O presente estudo foi desenvolvido na Unidade Básica de Saúde Miguel Pedro de Brito, localizada no município de Jupi, no estado de Pernambuco, a aproximadamente 210 km de distância da capital Recife. O município possui

cerca de 15.300 habitantes, concentrados predominantemente na zona urbana, apresentando características socioculturais marcadas pela valorização dos conhecimentos tradicionais relacionados ao uso de plantas medicinais.

Trata-se de uma pesquisa descritiva, com abordagem qualitativa, cujo objetivo consistiu em avaliar o uso de plantas medicinais na Atenção Primária à Saúde para o controle da ansiedade no município de Jupi-PE. A pesquisa buscou compreender as principais práticas adotadas pela população, bem como identificar as espécies vegetais mais utilizadas, as formas de preparo, as partes empregadas e as principais finalidades terapêuticas atribuídas às plantas medicinais.

Para a coleta de dados, foi elaborado um questionário semiestruturado composto por seis questões norteadoras, direcionadas à investigação do conhecimento popular sobre as plantas medicinais. O instrumento contemplou perguntas relacionadas ao nome das espécies utilizadas, às formas de preparo, às partes das plantas empregadas, às circunstâncias em que são utilizadas e às principais indicações terapêuticas. Além disso, foram coletadas informações sociodemográficas dos participantes, incluindo sexo, idade e os principais motivos que os levaram a procurar atendimento na Unidade Básica de Saúde.

O trabalho de campo foi realizado entre os meses de agosto e setembro de 2025, abrangendo a área de cobertura da UBS Miguel Pedro de Brito. O território é composto por cinco grandes áreas, sendo quatro localizadas na zona urbana e uma na zona rural, organizadas de acordo com a distribuição territorial dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS), totalizando aproximadamente 955 famílias cadastradas.

A amostra do estudo foi constituída por 53 famílias, previamente identificadas pelos Agentes Comunitários de Saúde e pela coordenação

da unidade, considerando-se como critérios de inclusão o uso frequente de plantas medicinais e a adequação aos objetivos propostos pela pesquisa. A escolha dos participantes ocorreu de forma intencional, buscando contemplar indivíduos com conhecimentos e experiências relacionados à utilização de recursos fitoterápicos no contexto da Atenção Primária à Saúde.

Com o intuito de facilitar a aplicação dos questionários e fortalecer a relação entre pesquisadores e participantes, a coleta de dados foi integrada às visitas domiciliares realizadas mensalmente pelos Agentes Comunitários de Saúde. Essa estratégia permitiu aproveitar o vínculo previamente estabelecido entre os profissionais e a comunidade, favorecendo a obtenção de informações mais detalhadas sobre os hábitos e práticas relacionadas ao uso de plantas medicinais.

Após a coleta, os dados obtidos foram organizados e analisados de forma descritiva, considerando as principais categorias relacionadas ao uso das plantas medicinais, às formas de preparo e às finalidades terapêuticas atribuídas pelos participantes, especialmente aquelas associadas ao controle da ansiedade e à promoção da saúde no âmbito da Atenção Primária. Os instrumentos de coleta e os procedimentos adotados são descritos no **Quadro 40.1**.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa realizada na Unidade Básica de Saúde (UBS) Miguel Pedro de Brito abordou o conhecimento popular sobre o uso de plantas medicinais entre as famílias daquele território. Foram entrevistadas 53 famílias, destacando-se a presença de famílias com integrantes com mais de 50 anos (46 famílias), o que indica uma predominância de um público mais envelhe-

cido. A grande maioria das famílias (52) recorrem à UBS, essencialmente para consultas médicas e aquisição de medicamentos alopáticos,

enquanto apenas uma das famílias entrevistadas procura serviços voltados à prevenção de doenças.

Quadro 40.1 Caracterização metodológica da pesquisa

Aspecto	Descrição
Tipo de estudo	Pesquisa descritiva
Abordagem metodológica	Qualitativa
Local da pesquisa	Unidade Básica de Saúde Miguel Pedro de Brito, Jupi-PE
Período de realização	Agosto e setembro de 2025
População abrangida	Aproximadamente 955 famílias
Participantes	53 famílias
Critério de inclusão	Utilização de plantas medicinais
Instrumento de coleta	Questionário semiestruturado
Número de questões	Seis questões norteadoras
Dados coletados	Nome das plantas, forma de preparo, parte utilizada, finalidade terapêutica, sexo, idade e motivo da procura pela UBS
Área de abrangência	Cinco áreas territoriais (quatro urbanas e uma rural)
Responsáveis pela coleta	Agentes Comunitários de Saúde (ACS)
Estratégia de coleta	Visitas domiciliares mensais
Método de análise	Análise descritiva dos dados

No que diz respeito ao uso de plantas medicinais, 47 das 53 famílias afirmaram utilizar ervas para o tratamento de diversas condições de saúde. Foram mencionados 27 tipos diferentes de ervas, entre as ervas medicinais as mais utilizadas são: erva-cidreira, maracujá, hortelã, capim-santo, hortelã, erva-doce, eucalipto e a camomila. As motivações mais frequentemente citadas para o uso dessas plantas incluem suas propriedades calmante, ansiolítica, anti-inflamatória, diuréticas e seus efeitos no alívio de diversos sintomas relacionados a doenças respiratórias. Pode-se perceber que as principais indicações de uso estão relacionadas ao auxílio no tratamento de problemas de saúde mental, evidenciado ansiedade, depressão e distúrbios do sono. A utilização das ervas ocorre predominantemente por meio de infusões, ou seja, chás,

evidenciando uma tradição consolidada de preparo e uso de plantas nas formas mais simples.

A fitoterapia é um método de tratamento caracterizado pela utilização de plantas medicinais em suas diversas preparações, constituindo uma modalidade de terapia integrativa e complementar diante das necessidades de saúde (OLIVEIRA *et al.*, 2018).

Através dos dados coletados, nota-se que existe um elevado uso de plantas medicinais, o que indica que na comunidade da Unidade Básica de Saúde (UBS) o conhecimento tradicional sobre a utilização de ervas está fortemente enraizado. A presença predominante de plantas como erva-cidreira, hortelã, maracujá, eucalipto e camomila, que são amplamente reconhecidas por suas propriedades terapêuticas ansiolítica e calmante, evidencia um saber que passa de geração em geração e está em consonância

com pesquisas anteriores que ressaltam o uso dessas plantas na medicina popular brasileira.

Os resultados deste estudo evidenciam que o uso de plantas medicinais para o tratamento da ansiedade, distúrbios do sono e depressão é uma prática comum entre os participantes da comunidade investigada. As espécies mais frequentemente mencionadas foram erva-cidreira (*Melissa officinalis* L.), maracujá (*Passiflora incarnata* L.), camomila (*Matricaria chamomilla* L.), erva-doce (*Pimpinella anisum* L.), capim-santo (*Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf) e hortelã (*Mentha* spp.), geralmente utilizadas na forma de infusões (chás).

Apesar da ampla utilização dessas plantas, observou-se que os participantes não interromperam o uso dos medicamentos prescritos pelos profissionais do Programa de Saúde da Família (PSF). No entanto, muitos relataram utilizar as ervas com a intenção de reduzir gradativamente o consumo de medicamentos controlados, almejando, futuramente, substituí-los por terapias naturais.

Essa prática sugere uma busca por alternativas terapêuticas complementares, motivada possivelmente por preocupações com os efeitos colaterais dos fármacos sintéticos ou pela valorização do conhecimento tradicional e da medicina natural.

A pesquisa realizada na Unidade Básica de Saúde (UBS) evidenciou como principal ponto de discussão o uso de plantas medicinais no tratamento de transtornos de ansiedade, destacando seus benefícios percebidos e os resultados relatados pelos participantes. Os dados obtidos indicam que grande parte da população do município de Jupi-PE já possui acesso ou faz uso de plantas medicinais não apenas para o manejo da ansiedade, mas também para o tratamento de outras patologias.

Entretanto, observou-se que esse uso, em muitos casos, ocorre de forma empírica e sem

orientação profissional adequada, o que pode gerar riscos associados à utilização incorreta das espécies vegetais. Ainda assim, é notável que uma parcela significativa dos participantes recorra a essas plantas especificamente para aliviar sintomas de ansiedade, reforçando a importância de ações educativas e da integração segura entre a medicina tradicional e o sistema de saúde formal.

CONCLUSÃO

O presente projeto permitiu verificar que na UBS Miguel Pedro de Brito, localizada na cidade de Jupi, ocorre a utilização de uma relativa diversidade de táxons empregadas para o tratamento empírico de diversas doenças, principalmente as relacionadas à saúde mental, sugerindo que esta população mantém a tradição cultural e o conhecimento das propriedades terapêuticas das plantas medicinais repassadas por seus antepassados.

O uso racional e o preparo correto de plantas medicinais fortalecem as proposições da Organização Mundial de Saúde (OMS), a qual tem incentivado a valorização das terapias tradicionais, sendo estas reconhecidas como recurso terapêutico bastante útil nos programas de Atenção Primária à Saúde para prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis e consequentemente para a redução do uso irracional de medicamentos alopáticos. Entretanto, o uso de maior relevância das ervas medicinais é para ansiedade e problemas relacionados à saúde mental e distúrbios do sono.

O estudo permitiu constatar que o uso de plantas medicinais é uma prática amplamente difundida entre os usuários da Unidade Básica de Saúde investigada, especialmente para o tratamento de transtornos de ansiedade, distúrbios do sono e depressão. As espécies mais citadas foram erva-cidreira, maracujá, camomila, erva-

doce, capim-santo e hortelã, geralmente utilizadas na forma de chás.

Observou-se que, embora os participantes façam uso dessas plantas, a maioria mantém o tratamento medicamentoso prescrito pelos profissionais de saúde, utilizando as ervas como terapia complementar. Esse comportamento demonstra uma busca por alternativas naturais, com o objetivo de reduzir gradualmente o consumo de medicamentos controlados e promover o bem-estar de forma mais equilibrada.

Dessa forma, destaca-se a importância de ações educativas que orientem a população quanto ao uso seguro e eficaz das plantas medicinais, bem como da integração entre o saber popular e o conhecimento científico no âmbito do Sistema Único de Saúde. Tais iniciativas podem contribuir para o fortalecimento das práticas integrativas e complementares em saúde, promovendo uma atenção mais humanizada e culturalmente sensível.

É relevante destacar que as atividades curativas atribuídas pela população, na maioria das vezes, não possuem estudos científicos comprobatórios de sua eficácia, podendo representar um risco para a saúde do usuário causado pelo seu uso indevido e exagerado. Muitos afirmam que “o natural não faz mal” e essa afirmação alerta para os riscos de efeitos tóxicos e indesejáveis que podem ocorrer devido a essa creditação popular.

Diante dessa pesquisa, foi possível identificar as práticas caseiras de medicina popular mais utilizadas por meio do reconhecimento de plantas medicinais mais comumente empregadas, com qual finalidade terapêutica e como os conhecimentos foram adquiridos pela população. Todavia, novas pesquisas com uma maior amplitude de cobertura territorial e de investigação devem ser realizadas na Unidade Básica de Saúde no intuito de caracterizar mais fielmente a população daquele território quanto ao uso de plantas medicinais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ATANASOV, A. *et al.* Natural products in drug discovery: advances and opportunities. *Nature Reviews Drug Discovery*, v. 20, p. 200, 2021. doi: 10.1038/s41573-020-00114-z.
- BRASIL. Ministério da Saúde. A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisa de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- CALIXTO, J. The role of natural products in modern drug discovery. *Anais da Academia Brasileira de Ciências*, v. 91, 2019. doi: 10.1590/0001-3765201920190105.
- CARVALHO NETTO, E. Medo e ansiedade: aspectos comportamentais e neuroanatômicos. *Arquivos Médicos dos Hospitais e da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo*, v. 54, 2009.
- EKOR, M. The growing use of herbal medicines: issues relating to adverse reactions and challenges in monitoring safety. *Frontiers in Pharmacology*, v. 4, p. 177, 2014. doi: 10.3389/fphar.2013.00177.
- FALCÃO, L.T. *et al.* *Endopleura uchi*: um breve resumo sobre suas propriedades farmacológicas e a importância das plantas medicinais para a sociedade contemporânea. *Revista Científica Multidisciplinar*, v. 3, e3112142, 2022.
- FIGUEREDO, C.A. *et al.* A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 24, p. 381, 2014. doi: 10.1590/S0103-73312014000200004.
- MACEDO, W.L.R. Uso da fitoterapia no tratamento de doenças crônicas não transmissíveis: revisão integrativa. *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde*, 2019.
- MAO, J.J. *et al.* Long-term chamomile use for generalized anxiety disorder: a randomized controlled trial. *Phytomedicine*, v. 23, np. 1735, 2016. doi: 10.1016/j.phymed.2016.10.012.
- MENSAH, M.L. *et al.* Toxicity and safety implications of herbal medicines used in Africa. *Herbal Medicine*, v. 63, p. 1992, 2019. doi: 10.5772/intechopen.72437.
- NAJMI, A. *et al.* Modern approaches in the discovery and development of plant-based natural products and their analogues as potential therapeutic agents. *Molecules*, v. 27, p. 349, 2022. doi: 10.3390/molecules27020349.
- OLIVEIRA, A.C.F. Evidências científicas da implantação da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos na Atenção Primária à Saúde nos últimos 10 anos: uma revisão sistemática [trabalho de conclusão de curso]. São Cristóvão: Universidade Federal de Sergipe, 2017.
- OLIVEIRA, V.B. *et al.* Conhecimento e uso de plantas medicinais por usuários de unidades básicas de saúde na região de Colombo, PR. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, v. 22, p. 57, 2018. doi: 10.4034/RBCS.2018.22.01.08.
- PALHARES, R. *et al.* Medicinal plants and herbal products from Brazil: how can we improve quality? *Frontiers in Pharmacology*, v. 11, p. 606623, 2021. doi: 10.3389/fphar.2020.606623.
- PRAKOFJEW, J. *et al.* Diverse in local, overlapping in official medical botany: critical analysis of medicinal plant records from the historic regions of Livonia and Courland in northeast Europe, 1829–1895. *Plants*, v. 11, p. 1065, 2022. doi: 10.3390/plants11081065.
- PRASATHKUMAR, M. *et al.* Therapeutic and pharmacological efficacy of selective Indian medicinal plants – a review. *Phytomedicine Plus*, v. 1, p. 100029, 2021.
- SCHÖNHOFEN, F.L. *et al.* Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 69, p. 179, 2020. doi: 10.1590/0047-2085000000277.
- SILVA, M.S.C. & GUEDES, J.P.M. Safety in the use of medicinal and phytotherapy plants during pregnancy. *Research, Society and Development*, v. 11, e4611729431, 2022. doi: 10.33448/rsd-v11i7.29431.
- STEFANELLO, S. *et al.* Levantamento do uso de plantas medicinais na Universidade Federal do Paraná, Palotina–PR, Brasil. *Extensão em Foco*, v. 1, 2018. doi: 10.5380/ef.v1i15.52776.
- WANG, Y. *et al.* Chemical constituents and pharmacological activities of medicinal plants from *Rosa* genus. *Chinese Herbal Medicines*, v. 14, p. 187, 2022. doi: 10.1016/j.chmed.2022.01.005.
- YUAN, H. *et al.* The traditional medicine and modern medicine from natural products. *Molecules*, v. 21, p. 559, 2016. doi: 10.3390/molecules21050559.
- ZANUSSO, C. Fitoterapia e essências florais no controle da ansiedade entre docentes do curso de graduação em enfermagem [tese]. São José do Rio Preto: Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, 2019.