

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ- POLO PATO BRANCO

HORTA MEDICINAL

PATO BRANCO

2014

Jaquelina Colli

## HORTA MEDICINAL

Monografia apresentada como requisito parcial para a obtenção da certificação do curso de Especialização em Educação do Campo. Pólo Pato Branco da Universidade Federal da Paraná.

Orientador: Prof. Fabio Messa

Pato Branco

2014

## SUMÁRIO

<b>RESUMO.....</b>	<b>4</b>
<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>5</b>
<b>DESENVOLVIMENTO .....</b>	<b>6</b>
<b>FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....</b>	<b>9</b>
<b>METODOLOGIA .....</b>	<b>11</b>
<b>RESULTADO .....</b>	<b>11</b>
<b>CONCLUSÃO .....</b>	<b>11</b>
<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>13</b>

TITULO: HORTA MEDICINAL

AUTORA: Jaquelina Colli

Universidade Federal do paraná

### **RESUMO**

Este texto tem como objetivo resgatar o conhecimento popular das ervas medicinais, estimulando o uso adequado desse medicamento pelas famílias. O homem vive cercado de remédios naturais e não sabe. A natureza riquíssima de plantas medicinais sempre proporcionou ao ser humano oportunidade para fazer suas experiências, e estas se perpetuar.

O estudo evidenciou o conhecimento das ervas medicinais por parte da populao, porém não se faz o uso adequado.

**PALAVRAS CHAVES:** ervas medicinais, natureza, ser humano

## **INTRODUÇÃO**

O homem senhor de um planeta e audaz protagonista de tantas façanhas, vê-se rodeado de temores a todas as horas. Um deles o inquieta sobremodo e o persegue como uma sombra por toda sua existência: O temor da dor e da doença.

Sócrates já dizia “conhece-te a ti mesmo”. O cumprimento de tão sábio preceito pelo homem no que diz respeito ao conhecimento do seu corpo. Apesar do interesse do homem por tudo o que se relacione com a saúde, quando se trata de medicina natural, muitos ainda duvidam do poder curativo das ervas medicinais.

O homem vive cercado de remédios naturais e não sabe. A natureza riquíssima das plantas medicinais sempre proporcionou ao ser humano oportunidade para fazer suas experiências, e estas se perpetuam.

Neste estudo queremos que não só os adultos mas também as crianças aprendam a utilizar esse riquíssimo recurso natural que a natureza nos oferece de graça, basta apenas conhecermos o seu modo de aplicação.

## DESENVOLVIMENTO

A fitoterapia, como é chamado o emprego das plantas na cura das doenças, é uma prática milenar, fato conhecido pelo estudo das tradições populares

Esses saberes populares têm sido transmitidos de geração a geração. As qualidades demonstradas por inúmeras espécies de plantas foram adquiridas, possivelmente nas experiências baseada na tentativa de erro e acerto. É evidente a necessidade de se resgatar o conhecimento popular a respeito da utilização das plantas medicinais para cura de inúmeras doenças, já que essa prática representa um dos principais recursos terapêuticos de muitas comunidades e grupos étnicos.

Iniciamos o trabalho com uma turma de 5º ano com 21 alunos, pesquisando muito no laboratório de informática, sobre plantas medicinais. Tipos de plantas que poderíamos cultivar em nossa região.

Encontramos as seguintes ervas que poderiam ser cultivadas em nossa escola:

PLANTA	INDICAÇÕES	PARTES USADAS	FORMAS DE USO
arruda	Pode ser utilizada no tratamento de: conjuntivite, combate verme, cólico sarna e piolho	Folhas, galhos com flor	Chã, banhos, repelentes
Boldo-do-reino	Problemas estomacais, fígado vesícula insônia	Folhas frescas	Chá quente ou frio
camomila	Sedativa suave, antiinflamatória, antiespasmódica	Flores frescas ou secas	Infusão, compressa
cavalinha	Inflamações, bronquites e anemias, enfermidades dos rins e da bexiga	Hastes e brotos verdes sem os esporângios	Chá
Erva cidreira brasileira	Calmante para nervosismo, dor de cabeça, enjôos, fadiga	Folhas frescas ou secas	infusão
funcho	Má digestão, icterícia, enjôos, tosse, bronquite, diarréia aumenta o leite da lactente	frutos	infusão
hortelã	Digestiva, estimulante do apetite, vermífugo	Folhas frescas ou secas	infusão
marcela	Indicado para indigestão, males do estômago anti-inflamatório	Flores frescas ou secas	infusão

malva	Calmente dos nervos e dores em geral combate inflamações em geral	Folhas frescas ou secas	Decocto,compressa
manjerona	Tratamento de queimaduras, resfriado,insônia e cólicas	Folhas e flores	Infusão e decocção
Sálvia	Vômitos, resfriado inflamação da garganta, condimento	Folhas frescas ou secas	Infusão, gargarejo
Tanchagem -maior	Combate inflamação dos ouvidos, olhos, gengivas garganta estômago, intestinos dos rins, bexiga	Planta toda	Infusão,decocção, gargarejo
Capim-limão	Sedativo, tosses, digestivo, histeria	Folhas secas ou frescas	infusão
carqueja	Anemia, diarréia, doenças da bexiga fígado e rins.	Folhas secas ou frescas	infusão
Catinga de mulata	Indicado para uso externo com problemas de articulação dolorido e inflamações	folhas	cataplasma
guaco	Reumatismo, febres, bronquite, calmante em geral	Folhas secas ou frescas	Chá, xarope, infusão
melissa	Distúrbios nervosos, câibras, dor de cabeça, resfriados e pressão alta	Folhas frescas ou secas	Chá,banho,cataplasma, infusão

No segundo momento passamos a verificar qual seria o melhor lugar para fazermos a horta medicinal, estudando o terreno da Escola Municipal União, percebemos que não havia lugar ideal para que pudéssemos desenvolver nosso projeto. Conversando com os alunos e buscando outras opções. Na internet, os alunos descobriram que poderiam fazer a horta com material reciclável, nesse caso garrafas pet.

Depois da decisão que iríamos fazer uma horta vertical,ou seja, decidimos que iríamos pendurar as garrafas pet na parede da escola no sentido vertical amarradas por arame liso, os alunos passaram então a trazer as garrafas pet na escola.

No terceiro momento buscamos informações com agrônomos voluntários que nos ajudaram a escolher o melhor lugar para pendurar as garrafas, o melhor adubo e a melhor terra para o cultivo.

O plantio foi realizado pelos alunos da referida escola e com o auxílio de alguns funcionários.

Observou-se uma interação positiva entre pais e alunos no momento da adubagem, preparo da terra e plantio das mudas. Fazendo com que cada grupo se

preocupasse com a forma adequada de fazer o trabalho para que nada se perdesse, adubo, terra ou mudas.

Aproveitamos esse momento para conversar com alguns pais que ali estavam sobre o conhecimento deles dos chás.

Segundo D. Hilda Paludo que é avó de uma das crianças, disse que sempre usou hortelã, quando seus filhos eram pequenos, para curar de ataques de bicha (lombrigas) torrava a hortelã e fazia o chá e logo dava resultado.

Clair Corazza, nos informou que usa até hoje a flor da marcela pra fazer chá para dor de barriga. Também segundo ela usou a manjerona para fazer chá quando seus filhos eram recém nascidos e tinham cólicas ensinou para sua noras que também fizeram uso.

Já D. Terezinha nos contou que seus filhos freqüentam a creche desde 1 ano de idade, e sempre teve problemas com piolhos.”teve uma vez que cheguei a colocar até querosene na cabeça deles porque não sabia mais o que fazer, aí uma comadre minha me ensinou a ferver a arruda e lavar a cabeça, agora não gasto mais dinheiro em remédio pra piolho”.

D. Jossefa Dallavale “Se eu ler uma revista ou um jornal que tem uma receita de chá, Aí eu copio no meu caderno de receita e quando minha família precisa eu uso essa receita caseira”.

Quando o plantio terminou foram escalados grupos que semanalmente ficaram encarregados de cuidar e de realizar a manutenção e os cuidados necessários com as mudas.

Pretendemos, depois que as plantas estiverem desenvolvidas ao ponto de se fazer a coleta de folhas, raízes, flores ou sementes, chamar alguém da área fitoterápica para nos ensinar como fazer a coleta o armazenamento, e o uso adequado e também o preparo de cada “remédio”.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) muitos são os casos de pessoas que recorrem à utilização de ervas medicinais ou a seus subprodutos para a solução de problemas simples de saúde. Porém por falta de conhecimento, muitas dessas plantas utilizadas são tóxicas ou de efeitos diferentes daquele buscado.

Muitas vezes a mesma erva medicinal é utilizada para várias patologias, percebe-se então a falta de conhecimento e a tentativa da busca de um recurso acessível para curar qualquer doença.

Historicamente em todo o mundo, usa-se plantas medicinais para cura de muitos males.

Os egípcios, já faziam uso de plantas medicinais, fato este comprovado por inscrições encontradas em tumbas e pirâmides. Os mortos eram embalsamados com ervas medicinais.

Acredita-se que o registro mais antigo seja na Medicina Chinesa realizado pelo imperador Shen Nong (2000 a.C.), que investigou o potencial medicinal de diversas plantas e outros produtos naturais, registrados no “Livro da Medicina Interna do Imperador Amarelo”, onde constavam registros de 365 drogas vegetais.

No Japão, desde 1950 o Ministério da Saúde Japonês reconhece 148 destas fórmulas como de utilidade pública (LOBOSCO, 2005).

Na Europa os curandeiros da idade média mantinham segredos de formulas e poções curativas, feitas a base de plantas medicinais.

No Brasil, os índios já usavam ervas medicinais para se curarem de doenças. Os Jesuítas trouxeram as boticas portáteis para tratar os colonos e nativos acometidos por doenças como tuberculose, varíola e sarampo. Entretanto, foram obrigados a assimilar as plantas nativas, utilizadas pelos índios para suprir as deficiências de Portugal. Foi assim que a ipeca, a quina, a jurubeba e a copaíba passaram a fazer parte das boticas dos Jesuítas (DUNIAU, 2003). Em 1808, a Família Real Portuguesa mudou-se para o Brasil e instalou a sede do governo no Rio de Janeiro. Nesta época, D. João criou o Jardim Botânico, na época chamado

Jardim de Aclimação, com a finalidade de adaptar as espécies vindas das Índias Orientais (JARDIM BOTÂNICO, 2006).

Muitos desses conhecimentos devemos às informações e ao saber que esses povos passaram de geração a geração.

As ervas curativas podem ser aplicadas de diversas maneiras, e é muito importante que toda pessoa que pretenda adotar este sistema de cura conheça bem seus vários modos de aplicação.

A planta medicinal pode ser uma terapia complementar, para o cuidado da saúde da população

Existem diferentes definições e considerações sobre os saberes populares. Para Marconi e Lakatos (2005, p. 75), o conhecimento vulgar ou popular é “geralmente típico de camponês, transmitido de geração para geração por meio da educação informal e baseado em imitação e experiência pessoal”. Dickmann e Dickmann (2008, p. 70) afirmam que “o saber popular é entendido como aquele adquirido nas lutas, que não está escrito nos livros, aquele que é fruto das várias experiências vividas e convidadas em tempos e espaços diversos na história do povo”.

Desses vários conceitos podemos entender que a valorização dos conhecimentos tradicionais e populares de um determinado grupo é muito importante, pois, além de resgatarem os saberes quase esquecidos no tempo, proporcionam também o fortalecimento e a difusão destes conhecimentos para a sociedade. Trabalhar com a temática plantas medicinais na escola, é necessário primeiro estabelecer a associação entre os diferentes saberes que fazem parte deste conteúdo. Pois acreditamos que é por meio do diálogo entre as diferentes formas de conhecimento que se pode chegar a uma aprendizagem significativa do tema. Por outro lado, com isto não estamos dizendo “que o conhecimento científico deva ser substituído pelo conhecimento popular, mas utilizar desse conhecimento como uma ferramenta de mobilização cognitiva e afetiva do aluno para a percepção do novo conhecimento que se lhe apresenta: o científico.” (COSTA, 2008, p. 165).

"As plantas medicinais brasileiras não curam apenas, fazem milagres". Com esta célebre frase, VonMartius definiu bem a capacidade de nossas ervas medicinais. É bem provável que das cerca de 200.000 espécies vegetais que possam existir no Brasil, na opinião de alguns autores, pelo menos a metade pode

ter alguma propriedade terapêutica útil à população, mas nem 1% dessas espécies com potencial foi motivo de estudos adequados.

## **METODOLOGIA**

Pesquisa descritiva que analisará os dados do Projeto Horta Medicinal.

O estudo será realizado na Escola Municipal União, juntamente com as famílias das crianças que estudam na escola.

Faremos palestras especializadas em fitoterapia, neste dia faremos a coleta de algumas folhas para que possamos ensinar as famílias como usá-las como remédio.

## **RESULTADO**

Neste projeto foram plantadas 17 tipos de ervas medicinais, as quais eram as mais conhecidas pela comunidade escolar.

Até agora, após o plantio as mudas se desenvolveram normalmente e, já coletamos algumas folhas, para fazer o uso dos mesmos em algum mal estar dos alunos da escola ou seus familiares, sempre com orientação de uma pessoa formada na área fitoterápica.

## **CONCLUSÃO**

A proposta do Projeto será produzir, cultivar, manipular e usar mudas de plantas medicinais e estimular o uso de chás, xaropes resgatando uma prática milenar do uso de remédios naturais.

A medida que as famílias participantes do projeto vão se apropriando dos benefícios concretos da Horta medicinal, observa-se a transformação dos conceitos, focando no bem estar de suas famílias.

O presente trabalho torna-se de grande relevância para as famílias, pois as informações contribuíram para o uso correto das ervas medicinais proporcionando uma qualidade de vida melhor.

## **BIBLIOGRAFIA**

ALBUQUERQUE, José Maria de. **Plantas medicinais de uso popular**. Brasília: ABEAS, 1989.

Casiraghi,V.Viola,R. **Plantas Medicinai**s.Pato Branco:2002

CORRÊA JÚNIOR, Cirino; MING, Lin Chau; SCHEFFER, Marianne Christina. **Cultivo de plantas medicinais, condimentares e aromáticas**. 2. ed. Jaboticabal: FUNEP, 1994.

HAEFFNER, Rafael. et al. **Plantas medicinais utilizadas para o alívio da dor pelos agricultores ecológicos do sul do Brasil**. Revista Eletrônica de Enfermagem, 14, 3, 569-602, jul/set 2012.

JANICE, Martins. **Reflexões sobre a produção de uma horta comunitária medicinal como projeto de arte coletiva**. In: CICLO DE INVESTIGAÇÃO, 4º, 2009, Florianópolis. Anais... Florianópolis, UDESC/CEART/PPGAV, 2009, p. 9-11.

POSSE, Juliana Costa. **Plantas medicinais utilizadas pelos usuários do SUS nos bairros de Paquetá e Santa Teresa: Uma abordagem etnobotânica**. Rio de Janeiro. 2007. 116 f. Dissertação de Mestrado (Programa de pós-graduação em Ciências Farmacêuticas) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2007

SPETHMANN,C.N. **Medicina Alternativa de A a Z** 6ª Ed.Uberlândia, MG.