



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO CURSO DE GRADUAÇÃO UNIFAMETRO
EM FARMÁCIA**

AGNES CAROLINE FERREIRA AGUIAR

**AVALIAÇÃO DO USO DO CAPIM-SANTO (*Cymbopogon citratus*) E
HORTELÃ-PIMENTA (*Mentha x piperita* L.) POR UMA COMUNIDADE DO
INTERIOR DO CEARÁ.**

FORTALEZA 2021

**AVALIAÇÃO DO USO DO CAPIM-SANTO (*Cymbopogon citratus*) E
HORTELÃ-PIMENTA (*Mentha x piperita* L.) POR UMA COMUNIDADE DO
INTERIOR DO CEARÁ.**

AGNES CAROLINE FERREIRA AGUIAR

A pesquisa apresentada à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, do curso de Farmácia do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO – como requisito aprovação na disciplina, sob a orientação da Profa. Dra. Aline Holanda Silva.

Orientador Profa. Dra. Aline Holanda Silva.

FORTALEZA 2021

**AVALIAÇÃO DO USO DO CAPIM-SANTO (*Cymbopogon citratus*) E
HORTELÃ-PIMENTA (*Mentha x piperita* L.) POR UMA COMUNIDADE DO
INTERIOR DO CEARÁ.**

AGNES CAROLINE FERREIRA AGUIAR

A pesquisa apresentada à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, do curso de Farmácia do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO – como requisito aprovação na disciplina, sob a orientação da Profa. Dra. Aline Holanda Silva.

BANCA EXAMINADORA

Profª Dra. Aline Holanda Silva
Orientador – Centro Universitário Fametro

Profª Dra. Julia Aparecida Lourenço de Souza
Membro - Centro Universitário Fametro

Profº. Felipe Moreira de Paiva
Membro - Centro Universitário Fametro

*A minha mamãe Ana Glaucia dedico
toda a minha graduação, e agradeço
a sua dedicação e empenho na
minha formação profissional.*

AGRADECIMENTOS

A Deus, por ter permitido que eu tivesse saúde e determinação para não desanimar durante a realização deste trabalho. Aos meus familiares e amigos por todo o apoio e pela ajuda, que muito contribuíram para a realização deste trabalho. A minha maravilhosa professora Aline Holanda, por ter sido minha orientadora e ter desempenhado tal função com dedicação e amizade.

**AVALIAÇÃO DO USO DO CAPIM-SANTO (*Cymbopogon citratus*) E
HORTELÃ-PIMENTA (*Mentha x piperita* L.) POR UMA COMUNIDADE DO
INTERIOR DO CEARÁ.**

*Agnes Caroline Ferreira Aguiar

**Aline Holanda Silva

Resumo: As plantas medicinais desde a antiguidade são utilizadas como alternativa para o tratamento de inúmeras enfermidades, sendo seus conhecimentos repassados entre gerações como um método confiável e sem custos financeiros. Desta forma, o trabalho teve como objetivo avaliar a forma como a comunidade de Córrego da Ramada faz o uso terapêutico do Capim-Santo (*Cymbopogon citratus*) e Hortelã-Pimenta (*Mentha x piperita* L.). Tratou-se de um estudo observacional com caráter exploratório, com abordagem quantitativa. Os dados foram coletados através da aplicação de um questionário semi estruturado mediante entrevista com 30 moradores da comunidade. Os resultados demonstraram que 40% com idade entre 45 - 54 anos, 70% foram do sexo feminino e cerca de 43, 33% donas de casa. Em relação ao método de preparo dos chás de Capim-Santo e Hortelã-Pimenta, 90% dos entrevistados utilizam o método de fervura. Dentre as perguntas sobre o uso fitoterápico do capim-santo, 70% relataram que o chá era utilizado para ansiedade; 70% utilizavam para dores de cabeça e 30% utilizavam para dores musculares; 53,3% utilizavam o chá para alívio de dores intestinais e 86,7% como efeito sedativo. Quando perguntados sobre o método de preparo do hortelã-pimenta, 83,3% disseram que utilizavam o modo de fervura; 13,3% o de infusão e apenas 3,3% o método de maceração. Na utilização terapêutica do hortelã-pimenta, 56,7% dos entrevistados disseram que usavam para má digestão, náuseas e vômitos; 23,3% para pressão baixa, dores musculares e má digestão e 20% utilizavam para náuseas, pressão baixa e má digestão; 30% disseram que o chá auxilia problemas relacionados ao estresse, sendo que 70% a maioria não perceberam efeito relacionado ao estresse; 90% dos entrevistados disseram que possui efeitos anti-inflamatórios e 10% não perceberam qualquer diferença no uso; em relação aos distúrbios intestinais 40% disseram que o chá auxilia no funcionamento regular do estômago. Embora errônea a forma de preparação do chá de ambas as plantas, as indicações terapêuticas repassadas popularmente entre gerações assemelham-se com os dados científicos sobre o medicinal das plantas pesquisadas.

Palavras-chave: Plantas medicinais, Fitoterapia, Uso popular.

Graduando do curso de Farmácia pela Centro Universitário Metropolitana da Grande Fortaleza – UNIFAMETRO.

Prof.^a Orientador do curso de Farmácia do Centro Universitário Metropolitana da Grande Fortaleza – UNIFAMETRO.

ABSTRACT

Medicinal plants since ancient times have been used as an alternative for the treatment of numerous illnesses, and their knowledge is passed on between generations as a reliable method without financial costs. Thus, the study aimed to evaluate how the community of Córrego da Ramada makes the therapeutic use of Capim-Santo (*Cymbopogon citratus*) and Peppermint (*Mentha x piperita* L.). It was an observational study with an exploratory character, with a quantitative approach. Data were collected through the application of a semi-structured questionnaire through interviews with 30 community residents. The results showed that 40% aged between 45 - 54 years, 70% were female and about 43, 33% were housewives. Regarding the method of preparation of Capim-Santo and Peppermint teas, 90% of respondents use the boiling method. Among the questions about the herbal use of capim-santo, 70% reported that the tea was used for anxiety; 70% used it for headaches and 30% used it for muscle pain; 53.3% used the tea to relieve intestinal pain and 86.7% used it as a sedative. When asked about the method of preparing peppermint, 83.3% said they used the boiling mode; 13.3% the infusion method and only 3.3% the maceration method. In the therapeutic use of peppermint, 56.7% of respondents said they used it for poor digestion, nausea and vomiting; 23.3% for low blood pressure, muscle pain and poor digestion and 20% used it for nausea, low blood pressure and poor digestion; 30% said that the tea helps stress-related problems, with 70% most of them not noticing stress-related effects; 90% of respondents said it has anti-inflammatory effects and 10% did not notice any difference in use; in relation to intestinal disorders 40% said that tea helps in the regular functioning of the stomach. Although the form of preparation of tea from both plants is erroneous, the therapeutic indications popularly passed on between generations are similar to the scientific data on the medicinal properties of the researched plants.

Keywords: Medicinal plants, Phytotherapy, Popular use.

1 INTRODUÇÃO

As plantas medicinais fazem parte da evolução humana desde a antiguidade, surgindo como o principal recurso terapêutico mais acessível desde os primórdios até os dias atuais, possuindo uma grande influência para as mais diversas culturas e populações com finalidade terapêutica para tratamento e cura de diversas doenças (DOS ANJOS PRADO *et al.*, 2018).

O uso de plantas medicinais como alternativa terapêutica à população, levou à criação do projeto Farmácia Viva, desenvolvido pelo professor Francisco José de Abreu Matos na Universidade Federal do Ceará durante a década de 1980, a partir de inúmeras expedições no interior do Ceará e Nordeste do Brasil, sempre ao lado do professor Afrânio Fernandes, botânico, para adquirir informações sobre o conhecimento popular e tradicional de plantas medicinais. Depois de coletar as informações, o professor Matos se destinou a transformar este conhecimento em um conhecimento científico, de forma que a Farmácia Viva foi criada para desenvolver a ciência das plantas medicinais para a comunidade, trazendo o ensinamento do uso racional (CARNEVALE *et al.*, 2018).

Nesse contexto, grande parte da população adota o uso da fitoterapia por acreditar na eficácia das plantas medicinais e isso vem passando de geração em geração na busca de garantir um tratamento para as enfermidades. No entanto, apesar do avanço tecnológico e científico envolvido no desenvolvimento de medicamentos a partir das plantas medicinais, essas continuam sendo um dos principais meios a serem utilizados pelo seu fácil acesso, já que contêm princípios ativos capazes de curar diversas doenças, sendo que o reconhecimento destas propriedades terapêuticas que se tornou um método econômico e confiável para a cura de determinadas doenças (SILVA *et al.*, 2017).

É importante identificar corretamente as plantas, qual a parte a ser utilizada, a dosagem certa e o modo de preparo. Isso tudo é importante para se obter o efeito terapêutico desejado, pois observa-se que na maioria das vezes o uso das plantas medicinais é realizado de formas inapropriadas, sendo assim não obtendo a eficácia desejada e até mesmo causando grandes riscos de intoxicações (FERREIRA *et al.*, 2019).

Dentre as plantas mais utilizadas, duas possuem uma maior relevância, Capim-Santo e Hortelã-Pimenta, sendo que o cultivo caseiro na comunidade tem um destaque pelos benefícios terapêuticos que agregam as plantas medicinais

cultivadas em canteiros nos seus quintais.

Cymbopogon citratus (D. C.) Stapf. É uma planta medicinal herbácea, nativa da Europa também conhecida como Capim-Santo (RODRIGUES *et al.*, 2020). O Capim-Santo é uma planta medicinal com um fácil acesso, que pode ser encontrada em toda a terra brasileira, onde a planta fresca se sobressai no uso terapêutico, sendo utilizada de diversas maneiras sendo para tratar de problemas digestivos ou para melhorar a qualidade do sono, a planta também apresenta propriedades calmante, analgésica, diurética, antimicrobiana, cicatrizante, anti-inflamatória e alívio as dores de cabeça. o método tradicional de uso é na forma de chá, obtido através do método infusão. Apesar dos benefícios atribuídos a Capim-Santo é importante saber o modo adequado de como usar, possuir o conhecimento de qual parte da planta deve ser usada e qual maneira ideal para ser feito o chá, impedindo assim, que os compostos bioativos presentes na planta medicinal se percam no processo (DE OLIVEIRA *et al.*, 2018).

Hortelã-pimenta pertence à família Labiatae, conhecida cientificamente (*Mentha x piperita* L.). O uso medicinal é apontado para tratamento de diversas doenças como por exemplo expulsão de vermes intestinais, náuseas, ansiedade, icterícia, cálculos biliares, flatulências, cólicas gastrointestinais. Uma das suas propriedades medicinais desta planta está ligadas ao óleo essencial extraído das folhas frescas (NERI *et al.*, 2018). Planta denominada não endêmica do Brasil, que possui uma distribuição geográfica no território brasileiro abrangendo as regiões Sudeste, Sul, Norte, Nordeste e Centro-oeste, pois possui como características um ambiente propício como luz, temperatura e umidade para a realização adequada para o cultivo (CASAIS *et al.*, 2020).

Assim, o presente trabalho tem como intuito verificar a forma da utilização das plantas na comunidade de Córrego da Ramada, surgindo a partir da necessidade de saber como a comunidade faz o uso de determinadas plantas e diante disso foi realizado um comparativo entre os artigos científicos e o questionário aplicado na comunidade, a fim de identificar erros no seu modo de preparo e uso. Com isso, espera-se garantir que plantas medicinais continuem em destaque na comunidade, percebendo-se a necessidade em passar seus conhecimentos sobre o uso e a importância das plantas para futuras gerações.

2 METODOLOGIA

O trabalho em evidência tratou-se de uma pesquisa observacional com caráter exploratório e qualitativo, com abordagem quantitativa, sendo realizada na comunidade de Córrego da Ramada que possui em média 602 habitantes, localizada a 11 km do município de Trairi-Ce. O único hospital fica no município, onde as pessoas precisam ter transporte para o deslocamento.

Os entrevistados são pessoas que vivem na Comunidade desde que nasceram, pessoas simples, que no decorrer dos anos estão buscando melhorias sociais, culturais e educacionais, mas óbvio que existem pessoas mais novas como também mais idosas, abrindo um leque neste contexto, tem um senhor que por apelido que chama-se Bombonzinho de infinita simpatia, que está com 94 anos de idade, gozando de plena lucidez. Na comunidade existe um número maior de mulheres do que de homens, visto que na escola da comunidade as meninas são em maior quantidade do que os meninos. A renda salarial varia de família para família de acordo com a tabela anexada logo abaixo, mas hoje em dia muitos dos filhos dos agricultores se deslocam para trabalhar no Centro em Trairi-Ce, município no qual Córrego da Ramada está inserido e assim os mesmos, realizam diversas ocupações, para ajudar na subsistência da família, sendo que as donas de casa contribuem no artesanato de bilro, renda feita com muita qualidade e paciência por essas mulheres que tornam a comunidade agradável e prazerosa de viver, isto é, quando sobra um tempinho para elas sentarem no chão junto a sua almofada e produzirem a renda de bilro .

A população do estudo foi formada pelos moradores, sendo a amostra constituída pela parcela dos moradores adultos e idosos. Foram incluídos no estudo aqueles que fizeram pelo menos uma vez o uso das plantas medicinais estudadas (Capim-Santo e Hortelã-Pimenta) para fins terapêuticos e que possuíam faixa etária de (25 a 75) anos de ambos os sexos, sendo excluídos os que preencherem de forma incompleta seus questionários.

As informações foram coletadas durante o mês de outubro por meio de um questionário semi estruturado utilizando a linguagem do cotidiano da comunidade, dividido em duas etapas, uma inicial contendo dados sociodemográficos, como gênero, ocupação, estado Civil, faixa etária de idade, escolaridade e renda e uma segunda contendo perguntas sobre o uso das plantas medicinais, onde possuía 5

perguntas sobre cada planta em estudo - Capim-Santo (*Cymbopogon citratus*) e Hortelã-Pimenta (*Mentha x piperita* L.), as perguntas foram feitas indagando a forma de preparo dos chás, sua utilização, serventia e quais benefícios as plantas proporcionam a quem tomava, como por exemplo: A forma de como era preparado o chá , e a maioria disseram que era pelo método de fervura. A coleta foi realizada por meio de entrevista pelo próprio pesquisador.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Fametro (UNIFAMETRO) sob número de parecer: 5.104.487.

3 RESULTADOS

Foram entrevistados um total de 30 moradores da comunidade de Córrego da Ramada, Trairi-Ce, não havendo nenhuma exclusão. A escolha dos participantes, permitiu desta forma uma melhor obtenção da representação dos moradores. As perguntas foram elaboradas a partir do contexto da comunidade para ficar assim o mais próximo possível da realidade. O questionário foi respondido de maneira espontânea onde os moradores realizavam suas próprias reflexões sobre o uso das plantas estudadas, sem a necessidade de fazer alguma interferência.

Tabela 1. Perfil sociodemográfico dos moradores de córrego da Ramada (Trairi-Ce) participantes da pesquisa sobre o uso de plantas medicinais do chá de Capim-Santo (*Cymbopogon citratus*) e Hortelã-Pimenta (*Mentha x piperita* L.).

ESTADO CÍVIL	N	%
SOLTEIRO	10	33,33%
CASADO	20	66,67%
VIÚVA	0	0,00%
ESCOLARIDADE	Nº	%
ANALFABETO	6	20,00%
FUND. I COMPLETO	7	23,33%
FUND. I INCOMPLETO	1	3,33%
FUND. II COMPLETO	1	3,33%
FUND. II INCOMPLETO	3	10,00%
ENSINO MÉDIO COMPLETO	2	6,67%
ENSINO MÉDIO INCOMPLETO	1	3,33%
SUPERIOR COMPLETO	8	26,67%
SUPERIOR INCOMPLETO	1	3,33%
PROFISSÃO	Nº	%
DONA DE CASA	13	43,33%
AGRICULTOR	9	30,00%
AGENTE ADMINISTRATIVO	2	6,67%
OUTROS	6	20,00%

Fonte: Próprio autor, 2021.

Na realização da pesquisa 40% dos entrevistados têm de 45 a 54 anos de idade, 30% tem de 35 a 44 anos, 20% têm entre 65 a 75 anos, 6,67% têm entre 25 a 34 anos de idade e 3,33% têm entre 55 a 64 anos de idade, mostrando que estes teriam um conhecimento repassado de pais para filhos em relação às suas respostas.

Em relação ao sexo, 70% dos entrevistados foram do sexo feminino e 30% dos entrevistados foram do sexo masculino.

A renda familiar varia de cada família e função que desempenham, onde 46,67% dos entrevistados cerca de 14 pessoas não quiseram responder quanto ganham, possivelmente, por receberem benefícios de programa do governo, os que responderam que recebem um salário foi 36,67% cerca de 11 pessoas sendo aposentados e agentes administrativos e outros, acima de um salário foram 05, 16,66 % desempenhando outras funções na comunidade.

Em se tratando do Estado Civil, 66,67% são casados, 20 dos entrevistados e 33, 33% são solteiros, não foram entrevistadas viúvas.

Na comunidade ainda temos um grande percentual de analfabetos, cerca de 20% dos entrevistados, 26,67% possuem nível superior, mas muitos destes não exercem a função, devido não terem oportunidade no mercado de trabalho, já que este é restrito, a estabilidade financeira ocorre em muitos dos casos para quem faz um concurso municipal em Trairi-Ce ou em outros municípios. Os demais entrevistados transitam do ensino fundamental incompleto ao ensino médio completo, e que muitos destes não quiseram ou não tiveram a oportunidade de concluir o ensino fundamental e os que concluíram não tinham aptidão para uma vida acadêmica.

Em relação às profissões encontramos um pouco de tudo, na tabela buscou chegar ao mais próximo possível da realidade, neste contexto 43,33% dos entrevistados eram donas de casa, cerca de 13 mulheres entrevistadas, 30% agricultores, que trabalham de sol a sol para garantir o alimento às suas famílias, onde cultivam o feijão, a mandioca para fazer a farinha, a macaxeira para diversos preparos, a cana de açúcar, o milho, dentre outros produtos de suma importância para sua nutrição, 20% praticam outros trabalhos, como pedreiros, serventes, e pessoas que trabalham no comércio da cidade desenvolvendo várias funções, 6,67% representam agentes administrativos na comunidade, sendo que estes foram entrevistados de forma aleatória.

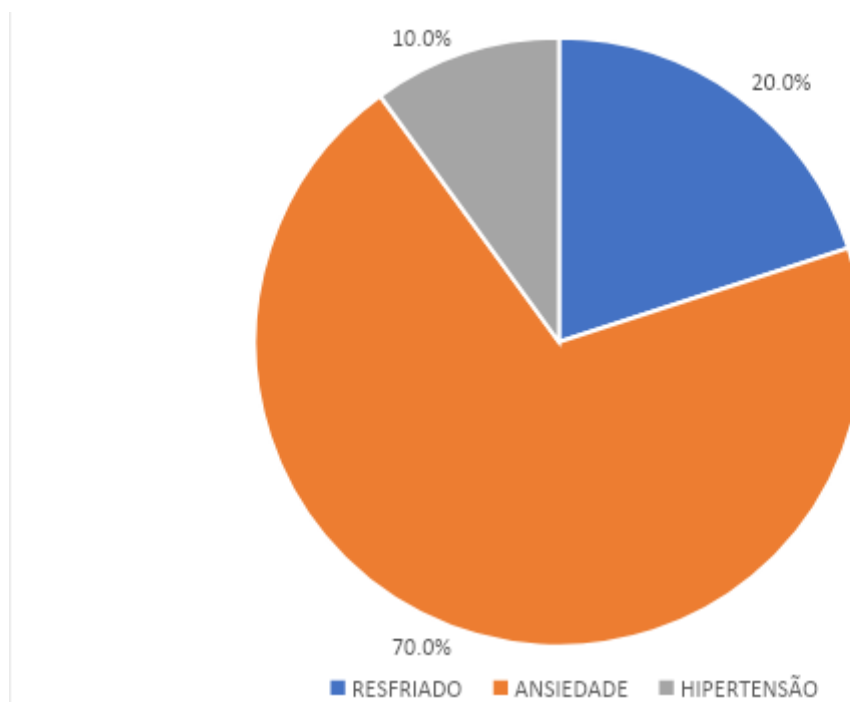
Sobre o conhecimento a respeito do uso das plantas medicinais investigadas, foi verificado que 90% da população estudada responderam que o chá de Capim-Santo era produzido através do método de fervura e 10% pelo método de infusão. As justificativas variaram de uma para outra pessoa, mas foram unânimes em mencionar que o método de preparo era repassado entre as gerações e que esse hábito ocorria há tempos (desde que seus avós eram crianças), sendo eficiente, ou seja, obtinham os resultados esperados com a utilização do chá.

“O método tradicional de uso é na forma de chá, obtido através do método infusão. Apesar dos benefícios atribuídos do Capim-Santo é importante saber o modo adequado de como usar, possuir o conhecimento de qual parte da planta deve ser usada e qual maneira ideal para ser feito o chá, impedindo assim, que os compostos bioativos presentes na planta medicinal se percam no processo (SOUZA *et al.*,2020). “

Realizando uma análise sobre o preparo do chá de Capim-Santo , nota-se que muitos dos entrevistados preparavam o chá simplesmente pelo fato de seus avós praticarem o método, neste caso o de fervura; os benefícios do uso da planta são inquestionáveis, pois suas propriedades medicinais trazem benefícios para quem o utiliza, mas entendemos que para obtermos um melhor aproveitamento do uso da planta o mais adequado é o método de infusão, de acordo com o dicionário Houaiss, infusão é o processo de extrair propriedades medicamentosas ou alimentares de uma substância, mergulhando-a em água fervente. Desta forma as propriedades retiradas no método de infusão trariam muito mais benefícios para os que utilizam o chá, diferente do método de fervura. Segundo o dicionário Júnior da Língua Portuguesa, fervura é o estado de um líquido que ferve, ebulição, com isso as propriedades podem evaporar no ato do preparo e assim perder as propriedades da planta (BADKE *et al.*,2012).

Em relação ao uso do Capim-santo, um total de 70% dos entrevistados relataram que o chá era utilizado para ansiedade, pois ajudava na hora de dormir e relaxar o corpo, 20% disseram que servia para resfriado, pois o sabor e o aroma lembrava a utilização de frutas cítricas, mas especificamente o limão, e apenas 10% disseram que servia para hipertensão, embora alguns dos entrevistados tiveram dúvidas em relação a essa indicação, pois não utilizavam o chá com bastante frequência, diferente dos outros participantes, que utilizavam com bem mais frequência, pelo menos uma vez por semana (Figura 1).

Figura 1. Uso terapêutico do chá de Capim-Santo (*Cymbopogon citratus*) por moradores da localidade de Córrego da Ramada (Trairi-Ce).



Fonte: Autor, 2021.

Ainda sobre o uso medicinal do Capim-Santo, 70% das pessoas disseram que era muito bom para aliviar as dores de cabeça, pois as deixavam mais tranquilas e relaxadas, melhorando a dor consideravelmente, sendo que os demais 30% mencionaram que o chá ajudava nas dores musculares, pois da mesma maneira auxilia no relaxamento do corpo, causando assim uma sensação de tranquilidade.

Quando questionado se o Capim-Santo trazia alívio para dores intestinais, muitos ficaram indecisos, mas a maioria dos entrevistados (53,3%) disseram que o chá, por oferecer uma sensação de relaxamento, possivelmente estaria sim envolvido no alívio desse tipo de dor, sendo, portanto, uma informação verdadeira. Os demais (47,7%) disseram que era falso, sendo que a utilização da planta para esse fim depende realmente da constância do uso para tal benefício.

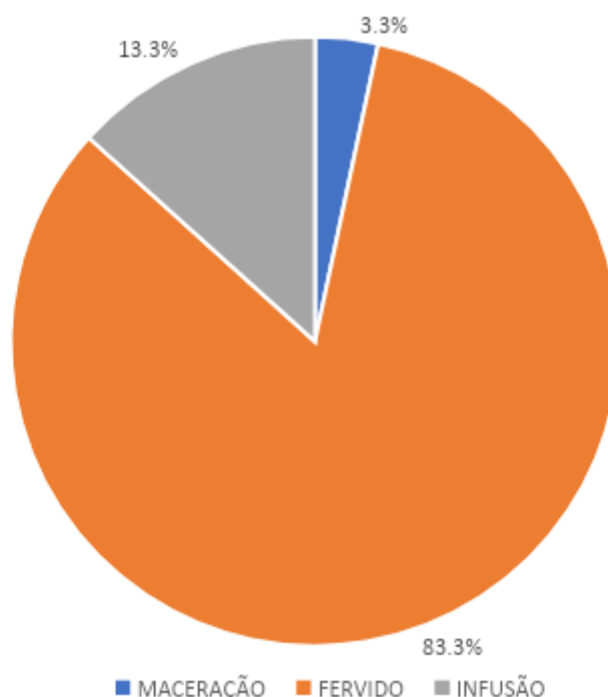
Sobre o efeito sedativo, a maioria dos entrevistados (86,7%) disseram que era verdade, que o chá de Capim-Santo poderia ser utilizado com essa indicação, pois utilizavam a planta para ficar calmos. Dentre os que responderam ser falso esse tipo de indicação terapêutica foram (13,3%), um dos participantes indagou ser uma pergunta incoerente, pois alegou que para o efeito sedativo o Capim-Santo seria apenas para acalmar e não sedar como foi utilizado o termo, desta forma o emprego da palavra “sedativo” era muito forte para uma planta medicinal.

O Capim-Santo apresenta o óleo essencial em um elevado teor de citral, com uma alta ação antiespasmódico e calmante, e em mirceno com atividades analgésicas, que são responsáveis pelas ações farmacológicas, com isso ocorrerá a potencialização do efeito sedativos ou anti-hipertensivos, razão que a ação antiespasmódica é capaz de causar queda da pressão arterial (VALE *et al.*, 2020).

Realizar uma análise a respeito do chá de Capim-Santo foi de suma importância para entender a forma de utilização feita pela comunidade, o mesmo contém propriedades que realmente beneficiam os que utilizam. Sabe-se que a dosagem de cada remédio é a quantidade ingerida, e que muitos medicamentos mal manipulados podem levar até a morte, neste caso uma quantidade excessiva das propriedades da planta pode servir sim como sedativo, assim sendo contradizendo um dos entrevistados, pois ele alegou que o emprego da palavra “sedativo” era muito forte para uma planta medicinal, portanto a ingestão do chá deve ser feita com muita cautela para não acarretar efeitos contrários.

Na abordagem sobre a forma de preparação do chá de Hortelã-Pimenta, a maioria das pessoas (83,3%) fazem o chá através da fervura, sendo que 13,3% dos entrevistados mencionaram preparar o chá através da infusão, pois o sabor do chá ficava mais aguçado e a cor com um verde bem escuro. O método maceração também foi citado por 3,3% dos participantes, sendo explicado que tal forma de preparação intensificava as propriedades medicinais e organolépticas, relatando ainda que a planta libera um tipo de óleo (Figura 2).

Figura 2. Forma de preparo do chá de Hortelã-Pimenta (*Mentha x piperita* L.) por moradores da localidade de Córrego da Ramada (Trairi-Ce).



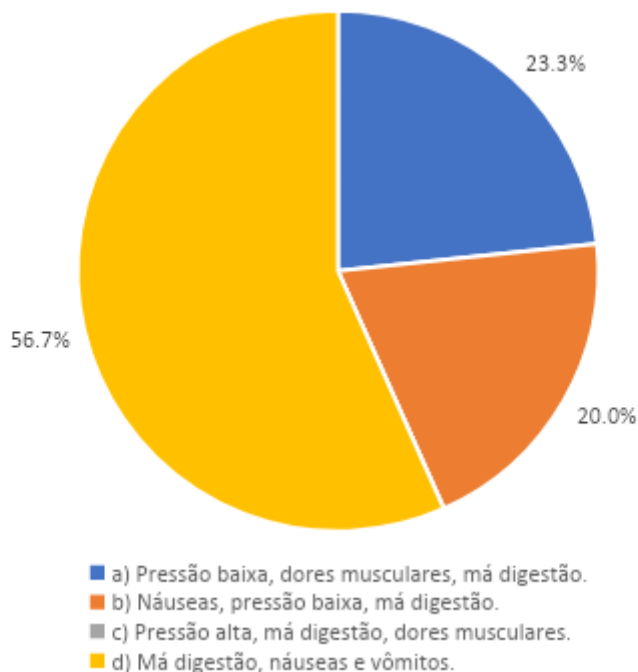
Fonte: Autor, 2021.

A forma mais popular e antiga do chá é pelo método de infusão, considerando que a Hortelã-Pimenta tem muitas utilizações, sendo uma das plantas medicinais mais utilizadas desde a antiguidade (NELSON *et al.*, 2020). O emprego terapêutico da planta realmente é algo perceptível. Infelizmente, seu uso ainda não é da forma correta, pois muitos utilizavam o método de fervura, possivelmente devido à forma que seus familiares, na maioria das vezes as avós, repassaram o modo de preparo do chá. O procedimento que é utilizado pela comunidade é, portanto, questionável, pois a maioria dos entrevistados fervem as folhas da planta, perdendo, provavelmente, algumas de suas propriedades. Assim, o mais indicado seria a infusão, pois é capaz de extrair substâncias ativas sem haver perda das propriedades medicinais das quais muitos dos entrevistados disseram que planta tinha e que se beneficiam com seu uso contínuo (VALENTINI *et al.*, 2018).

Sobre a utilização terapêutica do chá, os entrevistados informaram em sua grande maioria (56,7%) que a Hortelã-Pimenta trazia benefícios para má digestão, náuseas e vômitos, cerca de 23,3% das pessoas responderam que o chá era muito bom para pressão baixa, dores musculares e má digestão e 20% afirmaram que o chá era muito bom para náuseas, pressão baixa e má digestão, sendo que todos

confirmaram que a eficácia do chá era excelente principalmente para o tratamento de mal estar e má digestão (Figura 3).

Figura 3. Uso terapêutico do chá de Hortelã-Pimenta (*Mentha x piperita* L.) por moradores da localidade de Córrego da Ramada (Trairi-Ce).



Fonte: Autor, 2021.

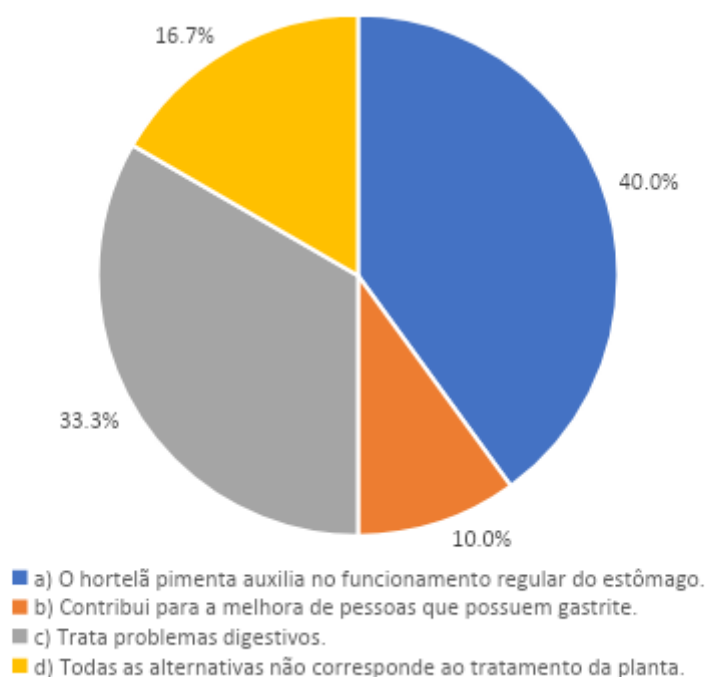
Dentre os moradores entrevistados, 30% destes disseram que o chá de Hortelã-Pimenta auxiliava com problemas relacionados ao estresse, justificando que o aroma ajudava a acalmar como também trazia uma sensação de bem-estar quando a pessoa começava a ingerir o produto. Os demais (70%) disseram que nunca notaram ou que não haviam percebido qualquer efeito relacionado ao estresse e que havia outras plantas mais apropriadas para melhorar esse tipo de problema.

Em relação ao efeito anti-inflamatório, 90% das pessoas disseram que o Hortelã-Pimenta possui essa propriedade, pois ajudava no desconforto estomacal, assim como seu uso diário do chá evitava recorrer ao uso de “medicações compradas”, quando se alimentavam com comidas que davam uma “má sensação na barriga”. Os demais (10%) não percebiam qualquer tipo de diferença ao tomar o chá para aliviar o sintoma ou até mesmo nos benefícios anti-inflamatórios da planta.

Questionados, então, sobre a utilização da Hortelã-Pimenta em distúrbios intestinais, os entrevistados ficaram divididos em suas respostas, pois 40,0% destes disseram que a Hortelã-Pimenta auxilia no funcionamento regular do estômago,

33,3% relataram que o chá tratava de problemas digestivos e 10% das pessoas disseram que o chá de Hortelã-Pimenta contribuía para a melhora de pessoas que possuíam gastrite. Entretanto, um total de 16,7% dos participantes afirmou que a planta não possui essa finalidade terapêutica (Figura 4).

Figura 4. Questionamento sobre o uso do chá de Hortelã-Pimenta (*Mentha x piperita* L.) no tratamento de distúrbios digestivos a moradores da localidade de Córrego da Ramada (Trairi-Ce).



Fonte: Autor, 2021.

“O estudo realizado por (NELSON *et al.*, 2020), o Hortelã-Pimenta é adequado em situações de desconforto no estômago. A sua utilização histórica foca-se numa variedade de doenças digestivas que requerem um efeito calmante e redutor de cólicas: Colite, enjoos, excesso de gases, náuseas, vômitos, falta de apetite. Para além deste efeito sobre o aparelho digestivo, a sua utilização também é eficaz para casos febris, com excesso de calor e agitação, isto deve-se aos seus efeitos refrescantes e calmantes. Mas também é um agente antisséptico e anti-inflamatório, podendo ser utilizado para gripes e constipações e

para auxiliar a uma recuperação mais rápida de infecções virais causadas pela gripe.”

O chá de Hortelã-Pimenta na comunidade de Córrego da Ramada é sempre uma das melhores opções a ser utilizada para auxiliar no tratamento de problemas relacionados à digestão, como dores de barriga e mal estar ocasionado pela ingestão de algum tipo de alimento, assim na realização da pesquisa percebi que na maioria das casas tem um pezinho da planta hortelã plantado dentro de um balde, panela, bacia, ou qualquer outro objeto, isso porque é uma planta que tem excelente adaptação ao nosso clima mesmo sendo muito quente, as pessoas que as cultivam buscam encontrar locais sempre adequados para manter o cultivo da planta, na verdade seu uso é tradicionalmente natural, pois muitos utilizavam até como refeição de fim de noite. Na realização da pesquisa um dos entrevistados relatou que com frequência tomava o chá com bolacha, pois acalmava seu estômago e achava muito bom como complemento na alimentação da noite.

Em relação ao seu uso medicinal muito dos entrevistados disseram que o chá servia para tudo ou quase tudo, segundo os entrevistados, servia para dor de cabeça, dor no estômago, dor no corpo, pressão alta, gripe, enfim seus benefícios são realmente constatados pelas pessoas que o utilizam o chá com uma certa frequência. (CODE, 2020).

As limitações e dificuldades na realização da pesquisa foram encontradas em muito dos entrevistados, possivelmente por terem pouco conhecimento técnico ou por não terem o interesse em aprender ou sequer questionarem sobre os benefícios ou malefícios que o uso de plantas medicinais podem nos causar, desta maneira a perpetuação do modo de preparo, como também o manejo, neste caso o cultivo das plantas em questão, continuam sendo apenas repassado de forma errônea sem haver nenhuma intervenção por parte das pessoas, os mesmos aproveitam e utilizam os benefícios dessas ervas que são passados de pai para filhos, anos após anos, oferecendo desta forma algumas dificuldades reais quanto a real serventia dessas plantas, como no caso do preparo e a quantidade adequada para ingestão do chá, assim sendo sem os conhecimentos necessários a comunidade em algum futuro próximo pode deixar de utilizar essa matéria prima excepcional para o tratamento de diversos problemas relacionados ao corpo, pois se não houver interesse dos mais jovens em aprender a cultivar e utilizar de forma certa as plantas, a utilização das ervas será perdida no decorrer dos tempos. Então a propagação dos benefícios em

função de uma vida com melhor qualidade é essencial para todos que se beneficiam de um tratamento fisioterapêutico, neste caso especificamente se falando do Capim-Santo e a Hortelã-Pimenta.

5 CONCLUSÃO

Na realização desta pesquisa foi verificado que o uso das plantas Hortelã-Pimenta e Capim-Santo, são utilizadas pelos moradores da comunidade de Córrego da Ramada (Trairi-Ce), de forma errônea, pois o modo de preparo dos chás ficou a desejar, já que as respostas em relação ao método de preparo apresentaram resultados diferentes dos artigos pesquisados, desta forma os textos apresentavam um modo de preparo pelo método de infusão. Os entrevistados realizavam o preparo do chá a partir da fervura das folhas e não pelo método de infusão que seria o mais apropriado. Outra questão relevante são os benefícios que as ervas oferecem na dosagem certa, fato é que na realização da pesquisa todos os entrevistados não tiveram dúvidas em responder as questões propostas, pois mesmo eles tendo pouco conhecimento a respeito da real serventia e modo de preparo, todos utilizavam as plantas para tratar de vários problemas, seja relacionado no trato intestinal ou outros problemas relacionados à saúde.

É necessário realizar na comunidade palestras explicativas sobre os benefícios e utilização correta das plantas, como também a forma de preparo para que haja mudanças em relação aos métodos adotados pela comunidade. Lembrando em dar ênfase aos mais idosos, para que eles repassem seus conhecimentos aos mais jovens, pois estes são de suma importância para as gerações futuras. O objetivo da pesquisa foi atingido, pois os entrevistados expuseram através de relatos suas realidades vivenciadas, neste mesmo contexto muitos dos entrevistados entendiam que a forma de preparo poderia ser diferente das quais eles praticavam anos após anos na comunidade.

Evidentemente que, em se tratando de doenças, nem tudo pode ser resolvido em casa, assim como nem todas as enfermidades podem ser solucionadas com recursos naturais. É importante que, uma vez diagnosticada a doença e verificada sua evolução clínica, seja feita a melhor escolha terapêutica para tratamento e cura.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BADKE, Marcio Rossato et al. Saberes e práticas populares de cuidado em saúde com o uso de plantas medicinais. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 21, p. 363-370, 2012.

CASAI, Luana Kesley Nascimento et al. Índices morfofisiológicos e clorofila de hortelã-pimenta cultivadas sob diferentes sistemas de cultivos. **Revista Ibero-Americana de Ciências Ambientais**, v. 11, n. 3, p. 304-316, 2020.

CODE, Selo Hon. Hortelã: benefícios, tipos e receitas. 2020.

CARNEVALE, Renata Cavalcanti et al. Fronteiras da implantação e implementação da farmácia viva no Brasil. 2018.

DOS ANJOS PRADO, Maria Aparecida Silva; MATSUOKA, Joel Takechi; GIOTTO, Ani Cátia. Importância das Farmácias Vivas no âmbito da produção dos medicamentos fitoterápicos. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 1, n. 1, p. 32-37, 2018.

DE OLIVEIRA, Madriana Tavares et al. os Diferentes Benefícios da Erva-Cidreira para Saúde. **International Journal of Nutrology**, v. 11, n. S 01, p. Trab603, 2018.

FERREIRA, Eberto Tibúrcio et al. A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos: uma revisão integrativa sobre a atuação do enfermeiro. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 2, n. 3 p.1511-1523, 2019.

Minidicionário Houaiss da língua portuguesa/organizado pelo instituto Antônio Houaiss de Lexicografia e Banco de Dados da Língua Portuguesa S/C Ltda-2ed rev. e Aum- Rio de Janeiro: objetiva 2004.

NELSON, Igor. Hortelã Pimenta–Mentha piperita. 2020.

NERI, Geisa Fonseca et al. Uso de plantas medicinais nas unidades de saúde da família do Alto Sobradinho e Cocão do município de Santo Antônio de Jesus-BA. **Ensaios e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde**, v. 22, n. 1, p. 58-62, 2018.

RODRIGUES, Gabriella Silva; SANTOS, Naiane Oliveira; FORTUNA, Jorge Luiz. ATIVIDADE ANTIMICROBIANA DO ÓLEO ESSENCIAL DE *Cymbopogon citratus* (DC) Stapf.(CAPIM-SANTO) SOBRE *Staphylococcus aureus* E *Escherichia coli*. *Revista Ciência, Tecnologia & Ambiente*, v. 10, n. 1, p. 8-8, 2020.

SILVA, Natália Cristina Sousa et al. A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos em prol da saúde. **Únicas cadernos acadêmicos**, v. 3, n. 1, 2017.

SOUZA, Elizângela Maria. Uso do óleo essencial de Capim-Santo como aditivo nutricional na dieta de juvenis de piau verdadeiro. **Revista Semiárido De Visu**, v. 8, n. 2, p. 379-390, 2020.

VALE, Clara Maria Germano Cidrack do et al. Uso de plantas medicinais por usuários da Atenção Primária à Saúde em Mossoró/RN: contribuição para profissionais prescritores. 2020.

VALENTINI, Sérgio Alexandre; CARNEIRO, Ana Luiza Chrominski. AVALIAÇÃO DOS PARÂMETROS DE QUALIDADE DE AMOSTRAS DE CHÁS COMERCIAIS DA REGIÃO DE CAMPO MOURÃO–PARANÁ. Revista **de Saúde e Biologia**, v. 13, n. 1, p. 1-11, 2018.

Questionário realizado na pesquisa:

Parte 1 – Perfil Sócio Demográfico		
Gênero: _____	Ocupação: _____	Estado Civil: _____
Faixa Etária de Idade: 45 a 55 () – 56 ou mais ()	Escolaridade: _____	Renda de 1 salário () Acima de 1 salário () Não aplica ()
CAPIM-SANTO (<i>Cymbopogon citratus</i>)		
1. O chá do Capim-Santo é realizado através de qual método? A) () Infusão. B) () Fervido. C) () Decocção. D) () Maceração.		
2. O chá do Capim-Santo pode ajudar em qual fator? A) () Resfriado. B) () Ansiedade. C) () Hipertensão. D) () Problemas renais.		
3. O chá do Capim-Santo pode aliviar qual tipo de dor? A) () Dores de cabeça. B) () Dores oculares. C) () Dores de ouvido. D) () Dores Musculares.		
4. O Capim-Santo traz alívio em dores intestinais? A) Verdade () B) Falso ()		
5. O Capim-Santo serve como efeito sedativo? A) Verdade () B) Falso ()		

HORTELÃ-PIMENTA (*Mentha x piperita* L.)

1. O chá de hortelã-pimenta é realizado através de qual método?

A) ☐ Maceração.

B) ☐ Fervido.

C) ☐ Infusão.

D) ☐ Decocção.

2. Hortelã-Pimenta pode ajudar em quais fatores?

A) ☐ Pressão baixa, dores musculares, má digestão.

B) ☐ Náuseas, pressão baixa, má digestão.

C) ☐ Pressão alta, má digestão, dores musculares.

D) ☐ Má digestão, náuseas e vômitos.

3. A Hortelã-Pimenta pode ser utilizada para problemas relacionados ao estresse? A) Verdade ☐ B) Falso ☐

4. A planta "Hortelã- Pimenta" possui atividade anti-inflamatória?

A) Verdade ☐ B) Falso ☐

5. Qual das alternativas estão corretas:

A) ☐ O Hortelã-Pimenta auxilia no funcionamento regular do estômago.

B) ☐ Contribui para a melhora de pessoas que possuem gastrite.

C) ☐ Trata problemas digestivos.

D) ☐ Todas as alternativas não correspondem ao tratamento da planta Hortelã-Pimenta.

