



Uso de plantas medicinais e aromáticas: Saberes e práticas predominantes em Conselheiro Lafaiete e Queluzito, Minas Gerais, Brasil

Use of medicinal and aromatic plants: Prevailing knowledge and practices in Conselheiro Lafaiete e Queluzito, Minas Gerais, Brazil

Lucas Lenin Resende de Assis^a, Kevya Allana Rodrigues^a, Juliano Batista Romualdo^b

^a Una Lafaiete, Centro de Agronomia, Rua Melvin Jones, n. 90, Campo Alegre, Conselheiro Lafaiete, Minas Gerais, Brasil. CEP: 36400-000. Brasil. E-mail: ll.resende@outlook.com*, kevyaallana@gmail.com (*Autor Correspondente).

^b Universidade Federal de Lavras-UFLA, Programa de Pós-Graduação em Educação Científica e Ambiental. Trevo Rotatório Professor Edmir Sá Santos, s/n, Lavras, Minas Gerais, Brasil. CEP: 37203-202. E-mail: julianobatistarj@gmail.com.

ARTICLE INFO

Recebido 05 Mai 2024

Aceito 27 Mar 2025

Publicado 15 Abr 2025

ABSTRACT

Medicinal plants transcend the mere curing of diseases, representing an ancestral retrieval of popular knowledge and a deep connection with nature. This ancient tradition values the knowledge passed down throughout generations, recognizing individual's ability to care for their health. The study involved interviews with members of the communities in Conselheiro Lafaiete and Queluzito, Minas Gerais. Descriptive and exploratory methodologies were employed during the interviews, followed by content analysis. The interviews were conducted individually, either in person or online, using a pre-prepared form. The textual corpus of this research consisted of responses from 143 participants, 90.9% of whom were from Conselheiro Lafaiete and 9.1% from Queluzito, whose traditional knowledge has been passed down through generations. Tea made from medicinal plants was the most common form of consumption among the participants. Although the survey reveals that knowledge remains somewhat limited, the occasional use of medicinal plants, especially among women, presents a promising trend. Garlic, onions, mint, and passion fruit emerged as key ingredients in this tradition, particularly in combating cold sand, serving as natural tranquilizers. These practices are essential for disseminating accurate information on the safe use of these plants, ultimately benefiting society and the environment.

Keywords: Sustainable development, pharmacopeia, ecosystem services, urban green spaces.

RESUMO

O uso de plantas medicinais transcende a mera cura de doenças, representando um resgate ancestral do conhecimento popular e uma profunda conexão com a natureza. Essa prática milenar valoriza a sabedoria transmitida de geração em geração, reconhecendo a capacidade individual de cuidar da própria saúde. O estudo consistiu na aplicação de entrevistas na comunidade, localizadas nos municípios de Conselheiro Lafaiete e Queluzito, Minas Gerais. Utilizamos procedimentos metodológicos descritivos e exploratórios durante as entrevistas e, posteriormente, foi realizada a análise de conteúdo. As entrevistas foram individuais, presenciais ou online, por meio de formulário pré-elaborado. O *corpus* textual deste estudo foi composto pela resposta de 143 participantes, constituído por 90,9% dos entrevistados de Conselheiro Lafaiete e 9,1% de Queluzito, que têm o conhecimento tradicional transmitido entre gerações. O chá de plantas com propriedades medicinais foi a forma mais comum de consumo entre os participantes. Embora o estudo revele que o conhecimento ainda é incipiente, a utilização ocasional de plantas medicinais, especialmente pelas mulheres desenha um panorama promissor. O alho, a cebola, a hortelã e o maracujá despontam como os protagonistas dessa história, principalmente



Journal of Environmental Analysis and Progress © 2016
is licensed under CC BY-NC-SA 4.0

no combate à gripe e como calmantes. Essas práticas são essenciais para disseminar informações corretas sobre o uso seguro dessas plantas, trazendo benefícios tangíveis para a sociedade e o próprio meio ambiente.

Palavras-chave: Desenvolvimento sustentável, farmacobotânica, serviços ecossistêmicos, espaços verdes urbanos.

Introdução

A uso de plantas para fins medicinais remonta a tempos ancestrais, sendo uma prática profundamente enraizada na cultura de diversas sociedades. Esse conhecimento, acumulado ao longo de milênios, tem sido transmitido de geração em geração, garantindo a preservação de saberes sobre os benefícios terapêuticos das espécies vegetais. Essa tradição é particularmente evidente entre populações tradicionais, como caiçaras e indígenas (Valeriano et al., 2019; Oliboni et al., 2022; Castro & Leda, 2023), que fazem uso dessas plantas para tratar enfermidades, fortalecer o organismo e manter o equilíbrio entre saúde e natureza. Sendo um recurso acessível à população, inclusive àqueles que vivem em áreas rurais ou condições de vulnerabilidade socioeconômica. O uso das plantas medicinais é utilizado também por grande parcela da população urbana, para tratar e prevenir doenças (Achour et al., 2022; Ssenku et al., 2022).

O uso de chás, por exemplo, é uma das alternativas de tratamento para a grande maioria da população devido a fatores como o custo elevado de medicamentos industrializados e, às vezes, restrição a um sistema de saúde de qualidade. O conhecimento sobre as propriedades medicinais das plantas é resultado de um longo processo histórico de interação entre diferentes grupos humanos e o meio ambiente. Esse saber empírico, construído a partir da observação, experimentação e transmissão oral ao longo das gerações, tem sido fundamental para o desenvolvimento de práticas terapêuticas baseadas no uso de recursos vegetais.

Populações tradicionais, como indígenas, quilombolas e caiçaras, desempenham um papel crucial na preservação e no aprimoramento desse conhecimento, uma vez que sua relação estreita e contínua com os ecossistemas locais possibilita a identificação de espécies com potencial fitoterápico e a elaboração de métodos de preparo e administração seguros e eficazes (Oliveira & Gondim, 2013). Devido à sua extensa variedade de sabores e de aromas, além da finalidade terapêutica, engloba muito mais do que apenas o seu consumo, é uma prática muito antiga usada pelo ser humano e tem um importante papel cultural no Brasil (Cavaglier & Messeder, 2014). Sob outra ótica, Andrade (2020) afirma que a aplicabilidade dessas plantas tem raízes em conhecimentos tradicionais valiosos que podem ser

aprimorados com estudo e a prática. É importante valorizar a tradição, mas também buscar maneiras de melhorá-la para garantir sua eficácia e segurança. Diante dessa perspectiva, apesar de estudos existirem referentes ao uso, toxicidade e eficácia das plantas medicinais, segundo Virgínio et al. (2018), ainda há precariedade quanto ao modo como essas plantas vêm sendo consumidas pela população e pouca clareza quanto seus benefícios.

Esse estudo buscou conhecer em saber a existência de ações e práticas sustentáveis no desenvolvimento e cultivo de plantas medicinais e aromáticas por um fragmento populacional dos municípios de Conselheiro Lafaiete e Queluzito, Minas Gerais, e em consonância com os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS): Saúde e bem-estar (ODS3), redução das desigualdades (ODS10) e cidades e comunidades sustentáveis (ODS11) (Brasil, 2025), e que possam contribuir para a formação do cidadão global. Como podemos difundir e facilitar o acesso, a propagação e o conhecimento tradicional dessas plantas a comunidade urbana e periurbana? Quais são as mais utilizadas e suas funções atribuídas? É possível a difusão do conhecimento como alternativa aos fármacos comercializáveis? Com base nessas indagações, o objetivo do estudo foi compreender a relação entre os entrevistados locais e o consumo de plantas medicinais visando a saúde.

Material e Métodos

O estudo vincula-se à área das ciências agrárias e humanas, seguindo uma abordagem qualitativa com roteiro semiestruturado no sentido de oferecer maior liberdade ao pesquisador e aos voluntários. Empregamos entrevistas semiestruturadas, utilizando a aplicação de um questionário como instrumento de coleta de dados (Anexo 1), contendo perguntas discursivas e objetivas direcionadas aos entrevistados e moradores de Conselheiro Lafaiete (20°39'36"S, 43°47'09"W) e Queluzito (20°44'7" S, 43°52'36"W), em Minas Gerais, Brasil. O questionário foi aplicado, individualmente, de modo remoto ou presencial, com duração de, aproximadamente, 15 minutos, entre os meses de março e outubro de 2022.

Os procedimentos metodológicos escolhidos se pautaram em um estudo de forma descritiva (Amanda et al. 2022; Ferreira &

Vasconcelos, 2022) e exploratória (Barboza et al., 2021; Marconi & Lakatos, 2011). Segundo Ramos & Mazalo (2024), esse tipo de estudo visa proporcionar maior familiaridade com a questão, visando torná-la mais explícita e construir hipóteses. Foram utilizadas entrevistas semiestruturadas para suscitar a discussão sobre a temática e o contexto, em que se estimulou o diálogo entre o entrevistador e o entrevistado, procurando abordar os assuntos e a problematização relacionados com o problema do estudo. Os entrevistados foram convidados a participar da entrevista por meio das redes sociais e divulgação pelos membros do Núcleo de Estudos em Renda, Urbanismo, Agricultura e Sustentabilidade – RUAS.

Na análise documental e das respostas obtidas pelo questionário considerou-se a análise do conteúdo proposta por Bardin (2011). Tal procedimento metodológico tem por finalidade manter o aspecto e relevância científica utilizando uma fundamentação teórica da análise do conteúdo pela mesma colaborar na proposta de investigação do estudo (Mendes & Miskulin, 2017). Neste estudo, a abordagem busca atribuir um sentido estável e profundo ao texto, considerando a realidade pré-existente e o papel do locutor na produção do texto. O estudo foi conduzido após a

aprovação do Comitê de Ética da Faculdade UNA de Uberlândia, sob Certificado de Apresentação de Apreciação Ética - CAAE: 64203822.9.0000.5704.

Resultados e Discussão

Participaram deste estudo 143 pessoas, sendo que 90,9% delas residem em Conselheiro Lafaiete e as demais em Queluzito (9,1%) (Figura 1a). Desse grupo participante, 66,9% foi composto por pessoas do sexo feminino (Figura 1b) e de diferentes faixas etárias (Figura 1c). Devido ao reduzido número de entrevistados em Queluzito, prosseguimos com os resultados referentes apenas ao município de Conselheiro Lafaiete. A baixa adesão de participantes em relação ao número esperado se dá em função do público acessível e ao fato de que a maioria é composta por pessoas mais velhas, com acesso limitado aos métodos utilizados na abordagem metodológica. O estudo reconheceu a natureza individualizada de cada encontro, compreendendo que cada interação possui características únicas e intrínsecas. Essa estratégia de observação sociocultural, bem como psicológica dos participantes, foi utilizada como forma de potencializar o entendimento científico sobre a vivência dos fenômenos humanos (Turato, 2013; Prado et al., 2020).

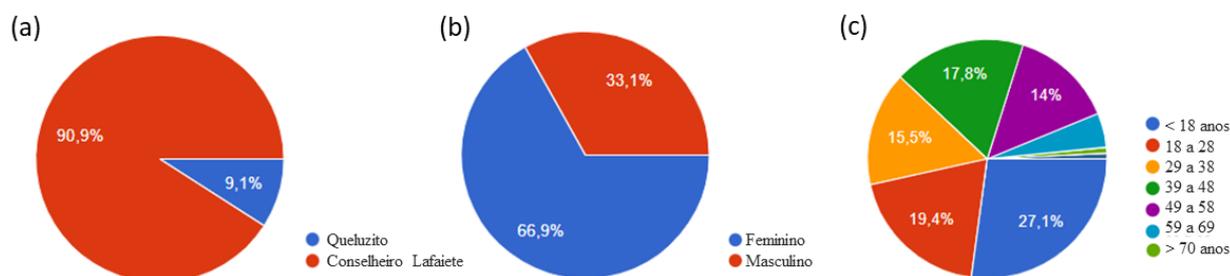


Figura 1. Número de entrevistados da pesquisa por residência (a), sexo (b) e idade (c). Fonte: Assis, Rodrigues & Romualdo (2025).

As entrevistas semiestruturadas são denominadas de "texto negociado", segundo Fontana & Frey (2000), devido ao processo interativo e de cooperação entre entrevistador(a) e entrevistado(a), permitindo a construção compartilhada de informações sobre a família, incluindo aspectos pessoais e proporcionando uma visão coletiva das relações estabelecidas entre família, grupos de pertencimento e rede de apoio social. Além do mais, na literatura, é reconhecido que as entrevistas podem ser realizadas, tanto de forma presencial, quanto por meio de tecnologias, como a internet. Uma vantagem dessa abordagem é a possibilidade de entrevistar pessoas que estão geograficamente distantes ou em locais menos

seguros ou inacessíveis para o pesquisador (Lima Junior et al., 2021; Antunes et al., 2023).

Oliveira et al. (2010) ressaltam que, na maioria das famílias interrogadas em seu estudo, a mulher desempenhava um papel central na gestão do lar, sendo responsável pelo cultivo e preparo de plantas medicinais, além de outras atividades essenciais à segurança alimentar da família. Sua atuação incluía a seleção, o manejo e a administração de fitoterápicos no tratamento de enfermidades, bem como o cuidado com crianças e demais membros da família, refletindo a transmissão intergeracional do conhecimento tradicional sobre o uso terapêutico das plantas. Neste estudo, da mesma forma, o papel da mulher na relação empresa-família (Arruda & Cecília,

1996) está condicionado por sua trajetória histórica, uma responsabilidade pelas tarefas da casa, somadas a uma profissão, em sua maioria professoras e as demais em meio a algum processo de formação profissional. Apenas três entrevistadas diziam trabalhar integralmente para a família e em atividades domésticas (fala da entrevistada). Soma-se a esse grupo, aquelas dotadas de conhecimento sobre o assunto, as avós, que não tiveram acesso aos entrevistadores ou internet, mas que, de forma recorrente, foram citadas como referência sobre o assunto, pelas gerações femininas mais novas (Figura 1c).

Embora as responsabilidades, como a educação dos filhos, os cuidados com a casa e o sustento familiar, devam ser compartilhadas, é alarmante que, de acordo com, aproximadamente 70% dos entrevistados (Figura 1b), as mulheres ainda sejam consideradas as principais responsáveis, mesmo contribuindo financeiramente de forma equivalente com seus companheiros. Essa disparidade de gênero nas responsabilidades precisa ser reconhecida e trabalhada para alcançar uma distribuição mais equitativa (Pereira & Lima, 2017 *apud* Mota-Santos, Azevedo & Lima, 2021). Diante desses resultados, atribuímos mais uma responsabilidade que consiste em repassar o conhecimento das gerações anteriores, sendo esse ainda o método mais eficiente da promoção do consumo dessas plantas. Geralmente, pessoas acima de 60 anos, matriarcas da família e consideradas detentoras do conhecimento, foram uma pequena parcela do estudo, mas citadas, constantemente, como aquelas que passam o conhecimento sobre essas plantas utilizadas para fins medicinais. Os entrevistados mostram que o conhecimento é construído no convívio pessoal, seja dentro da família ou na comunidade onde estão inseridos.

No Brasil, a primeira descrição sobre o uso de plantas como medicamento foi feita por Gabriel Soares de Sousa (1587), autor do Tratado Descritivo do Brasil (Sousa, 1587). Esse tratado descreve os produtos medicinais utilizados pelos índios de “as árvores e ervas da virtude” (Pasin, 2021). Em outras palavras, o conhecimento popular sobre as plantas medicinais, há muito tempo, revela uma prática comum entre os entrevistados (anteriormente entre os povos originários): a automedicação ou a indicação por pessoas sem conhecimento técnico adequado, com base apenas em observações e durante curtos

períodos de tempo. Essa prática expõe os usuários a riscos, principalmente pela possibilidade de confundi-las entre si. Além disso, o crescimento no número de consumidores de produtos naturais e medicinais para a prevenção e tratamento é explicado, não apenas pelo seu potencial terapêutico, mas por sua maior acessibilidade financeira, em comparação aos produtos industrializados (Ferreira & Vasconcelos, 2022).

Em relação às plantas medicinais propriamente reconhecidas, as mais utilizadas entre os entrevistados foram o alho (*Allium sativum* L., Amaryllidaceae), a cebola (*Allium cepa* L., Amaryllidaceae) e a hortelã (*Mentha spicata* L., Lamiaceae), com 89,9%, 85,3% e 81,4%, respectivamente (Figura 2). Aquelas menos conhecidas e utilizadas foram capuchinha (*Tropaeolum majus* L., Tropaeolaceae) e losna branca (*Parthenium hysterophorus*, L., Asteraceae). A capuchinha e a losna branca são duas plantas medicinais comuns no estado de Minas Gerais. A capuchinha apresenta propriedades antimicrobianas e antioxidantes, podendo ser utilizada para fortalecer o sistema imunológico e tratar infecções.

A losna branca possui propriedades antifúngicas e anti-inflamatórias, sendo utilizada no tratamento de problemas digestivos, como indigestão e vermes intestinais, ações também apontadas por alguns entrevistados. Essa planta é também utilizada em celebrações, por comunidades em Sergipe e Bahia, um costume ainda reproduzido pela população local (Menezes, Bertoni & Santos, 2019). Entretanto, é crucial destacar que a utilização dessas plantas deve ser realizada com cuidado e orientação apropriada, uma vez que podem desencadear efeitos adversos e apresentar interações farmacológicas com outros medicamentos.

A hortelã é outra planta amplamente utilizada para fins medicinais, devido às suas propriedades terapêuticas. Ela possui um aroma refrescante e contém compostos como o mentol, que possui propriedades analgésicas, anti-inflamatórias e antiespasmódicas (Sousa, 2022; Freitas & Silva, 2023). Frequentemente é usada para aliviar sintomas de indigestão, náuseas, dor de cabeça e congestão nasal. Além disso, o chá de hortelã é utilizado para aliviar dores musculares, relaxar o corpo e auxiliar na digestão (Mendes et al., 2022).

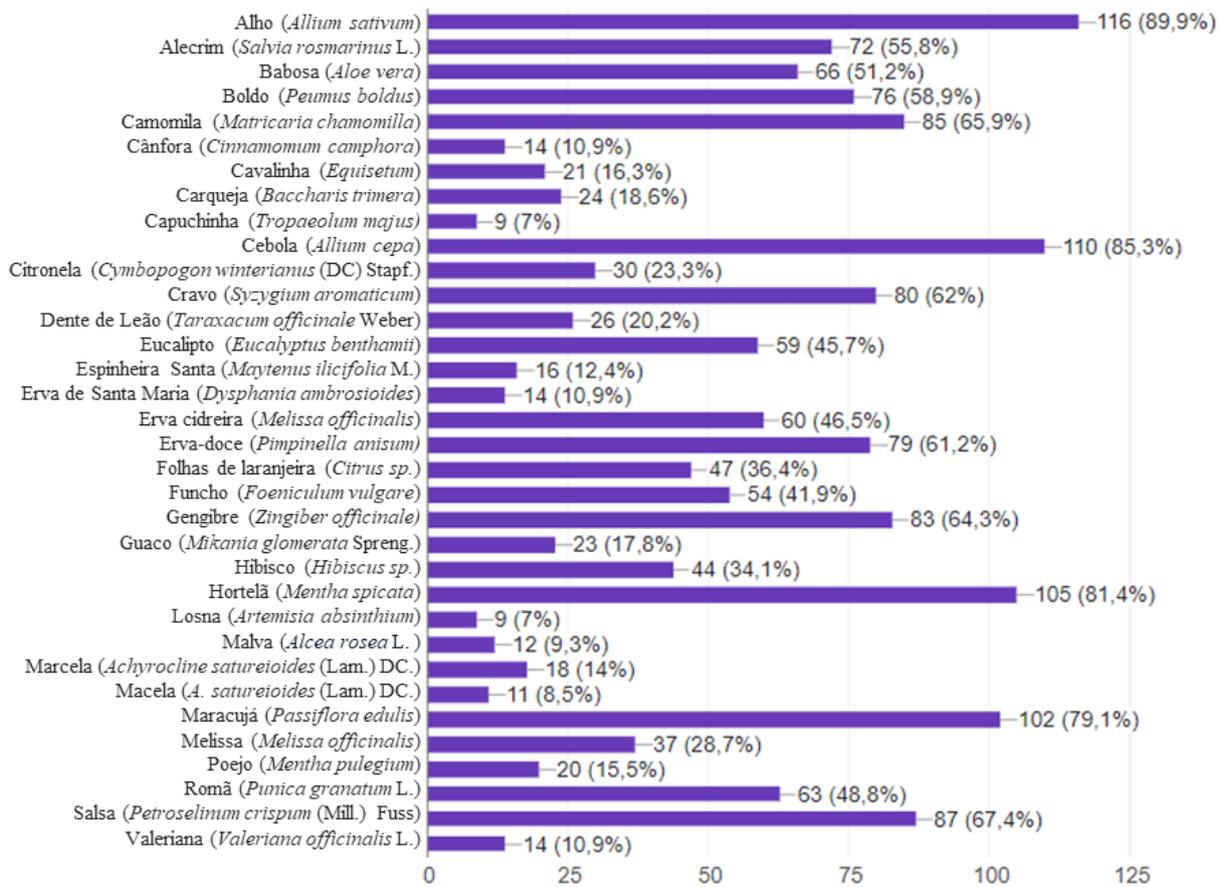


Figura 2. Plantas medicinais conhecidas e mais consumidas entre os entrevistados da pesquisa. Informações adicionais sobre as espécies estão disponíveis no Anexo 2. Fonte: Assis, Rodrigues & Romualdo (2025).

O hábito de usar plantas medicinais é uma das primeiras formas do ser humano buscar entender e utilizar a natureza para tratar doenças e aliviar o sofrimento (Mó et al., 2024). Esse conhecimento tradicional inclui informações sobre como encontrar, cultivar e distinguir as plantas benéficas das prejudiciais. Entretanto, o consumo de plantas medicinais e fitoterápicos pode causar várias reações adversas, incluindo intoxicação, enjoos, irritações, inchaços e até mesmo a morte, assim como qualquer outro medicamento comercializado.

A utilização das plantas, como forma de atenuar ou curar doenças, surgiu da necessidade de sobreviver às adversidades da vida cotidiana e se deu por meio do conhecimento empírico: de casualidades, observações e tentativas (Bohm & Oliveira, 2022; Castro & Léda, 2023). A prática do

uso de plantas medicinais é constantemente modificada. Em nosso estudo, foi identificada sua utilização principal como chá, para obter suas propriedades digestivas (51,2%) e calmantes (61,2%) visando obter uma melhor noite de sono (Figura 3), como também foram utilizadas para curar gripes, resfriados (77,7%), e como anti-inflamatório (47,9%). Os infusos, ou popularmente chás, são preparações tradicionais amplamente difundidas entre pessoas de diferentes formações e em diversas comunidades, constituindo-se em uma prática cultural milenar (Beltrão et al., 2021; Mota-Santos, Azevedo & Lima, 2021), derivadas de diversas espécies vegetais que contêm uma variedade de princípios ativos. Estes compostos podem exercer efeitos no organismo, combatendo e eliminando os agentes causadores de doenças, ou atuando na prevenção das mesmas.

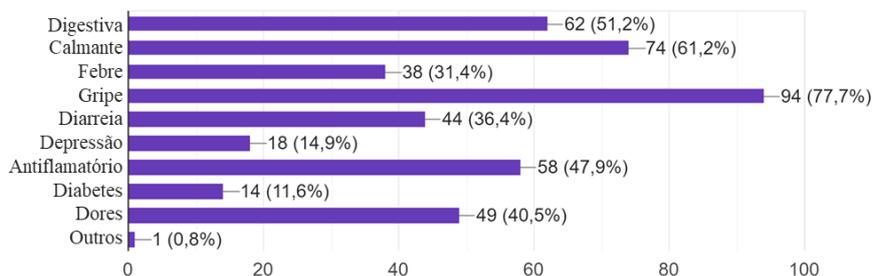


Figura 3. Principais doenças tratadas com a utilização de plantas medicinais pelos entrevistados da pesquisa. Fonte: Assis, Rodrigues & Romualdo (2025).

A crença na inocuidade, de que "o natural não faz mal", é uma realidade para muitos usuários, e a automedicação sem informação é um problema generalizado e abrangente, conforme relatado em outros estudos (Parente et al., 2022; Ferraz et al., 2023). O uso contínuo dessas plantas, na forma de chás ou extratos, pode acarretar efeitos adversos à saúde. Entre os efeitos colaterais mais prevalentes destaca-se a nefrotoxicidade, caracterizada por um processo de intoxicação renal que pode evoluir para doenças mais severas. Além disso, há o risco de desenvolvimento de dermatites de contato, reações alérgicas cutâneas que podem ser desencadeadas pela exposição ao ácido acetilsalicílico (AAS), sobretudo em indivíduos previamente sensibilizados (Bom et al., 2013). A gravidade e a apresentação clínica desses efeitos adversos dependem da susceptibilidade individual, da frequência de uso, da dosagem e da via de administração do composto (Colet et al., 2015).

O uso seguro de plantas medicinais envolve vários aspectos, como a forma de utilização, a parte da planta utilizada e o contato com a planta, e, por isso, o estudo do tema é de grande importância. Outro aspecto relevante a ser considerado é a sutil distinção entre as políticas de promoção e prevenção em saúde. Diversas plantas medicinais, como o chá verde e o chá preto, oferecem benefícios que vão além das propriedades curativas e preventivas de doenças. Elas podem conferir efeitos protetores contra o câncer, doenças cardiovasculares, renais, diabetes, efeitos neurológicos e psicológicos, entre outros.

Desde os primórdios da humanidade, as plantas medicinais têm sido utilizadas como ferramentas curativas, fruto da perspicaz observação do ser humano em relação ao seu entorno. Essa rica tradição, entrelaçada com crenças culturais, religiosas e étnicas, moldou, por séculos, a forma como as pessoas cuidam da saúde de si mesmas e de suas famílias. No entanto, estudos apontam que os efeitos prejudiciais relacionados ao uso de plantas medicinais podem englobar inquietação, agitação psicomotora, confusão, estresse oxidativo, náuseas, vômitos, tontura, espasmos musculares, cefaleia, perda de cabelo, hepatotoxicidade, irritação de pele, inconsciência e, até mesmo, óbito (Ferreira & Vasconcelos, 2022), o que intensifica a necessidade de trocas de conhecimento entre o científico e o tradicional. Além disso, incentivar os profissionais de saúde a notificar eventos adversos ajuda a alertar os gestores a implementar

estratégias para reduzir possíveis ocorrências de intoxicação e mau uso dessas plantas.

Esse saber ancestral, enraizado na experiência empírica, demonstra a profunda conexão do homem com a natureza e a utilização das plantas medicinais para a preservação e o restauro da saúde, desde as formas mais simples até as mais complexas de tratamento (Colet et al., 2015).

Diante desse cenário, de uso indiscriminado de plantas medicinais, cabe aos profissionais, para prevenir reações adversas relatadas na literatura, ressaltar a importância de se evitar a automedicação e promover a educação em saúde, por meio de campanhas nas comunidades. Essa proximidade da comunidade é importante para a orientação da mesma, no que se refere à utilização dessas plantas e identificar o uso incorreto ou indesejado, o que pode gerar intoxicações (Ferreira & Vasconcelos, 2022). Discutir sobre a utilização de plantas medicinais e fitoterápicos com a comunidade de interesse é totalmente relevante e construtivo, considerando que as atividades em equipe e a implementação de ações de promoção da saúde e prevenção de agravos, podem atenuar a utilização de serviços público de saúde.

Em função desse risco e da necessidade de normalização do uso, foram criadas várias legislações sobre o tema, que podem servir de base para profissionais da saúde, como a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, aprovada pelo Decreto no 5.813, de 22 de junho de 2006 (Brasil, 2006), cujo objetivo é garantir a acessibilidade segura e promover o uso racional dessas espécies vegetais no país. O acesso e o consumo de alimentos frescos informais, como os provenientes de hortas caseiras, do vizinho ou de lojas de produtos naturais, apresentam desafios de controle, devido à natureza descentralizada da produção e do consumo. Essa informalidade dificulta a implementação de medidas de rastreamento, o monitoramento e a fiscalização, impactando a segurança alimentar e a saúde pública. (Figura 4a).

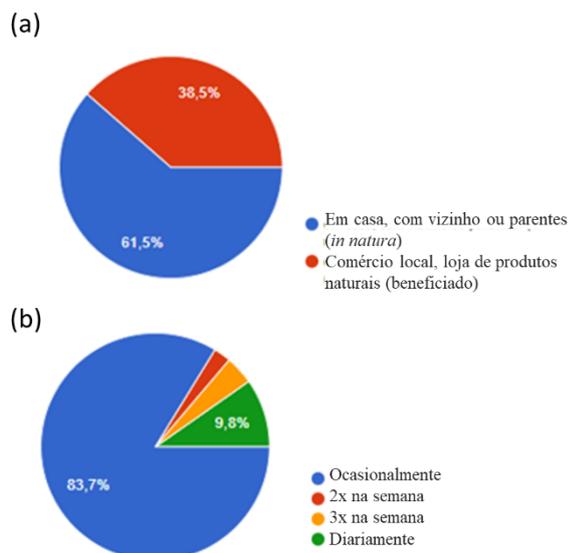


Figura 4. Forma de aquisição das plantas medicinais para consumo (a) e a frequência de uso (b) pelos entrevistados. Fonte: Assis, Rodrigues & Romualdo (2025).

Esses dados são similares aos encontrados por Pereira et al. (2004), que evidenciaram a maioria das pessoas que cultivam as plantas que consomem, em seus próprios quintais e tendem a seguir as recomendações de preparo e uso transmitidas pelas gerações mais velhas de seus familiares e pessoas de sua confiança. A proximidade entre amigos e vizinhos amplia a rede de aquisição de plantas, permitindo que a coleta ocorra nos quintais e jardins uns dos outros. Isso cria uma prática baseada na confiança e na segurança, garantindo que as plantas sejam provenientes de locais limpos e sejam da espécie desejada (Amanda et al., 2022).

As pessoas podem preferir adquirir plantas medicinais com vizinhos, por alguns motivos, e a maioria, 83,7% dos entrevistados, as utilizam ocasionalmente (Figura 4b) e ao menos uma vez na semana. Os motivos para que as pessoas optem por adquirir plantas de vizinhos e de conhecidos são atribuídos, em primeiro lugar, ao fato de confiarem na qualidade e na origem das plantas obtidas diretamente de alguém conhecido ou próximo a elas. Em segundo lugar, por ser mais conveniente e econômico, evitando custos adicionais de embalagem e transporte. Além disso, algumas pessoas preferem apoiar a economia local e os pequenos produtores, que atuam de forma regional na comercialização de produtos orgânicos. Esses dão uma atenção à colheita e ao armazenamento adequados das plantas medicinais, que são cruciais para prevenir a contaminação e a deterioração, garantindo a qualidade e a segurança do produto.

O consumo ocasional de plantas medicinais, conforme demonstrado no estudo,

apresenta potencial para promover benefícios à saúde, mas exige cautela devido à possibilidade de efeitos adversos e interações medicamentosas. Algumas plantas podem interagir com medicamentos prescritos, ou ainda causar reações adversas em indivíduos com condições específicas (Sartori & Silva, 2023).

Conclusão

O estudo evidenciou a importância do diálogo entre o conhecimento tradicional e o científico para promover o uso seguro e sustentável das plantas medicinais. A transmissão desse conhecimento ocorreu, predominantemente, entre gerações, especialmente de mães para filhas. A valorização e o estudo desse saber tradicional desempenham um papel essencial na preservação e na ampliação de seu impacto na saúde pública e no desenvolvimento socioeconômico local.

O chá se destacou como a forma mais popular de consumo das plantas, conectando as gerações e transmitindo a sabedoria ancestral. Foi revelado um universo rico em conhecimento tradicional e potencial para o desenvolvimento sustentável. A partir da utilização da união de saberes e da implementação de políticas públicas adequadas é possível construir um futuro mais saudável e seguro, valorizando a tradição e cultivando o futuro.

Embora as plantas medicinais sejam amplamente utilizadas, há uma necessidade de maior disseminação de informações sobre seu uso seguro, evitando possíveis efeitos adversos. É importante integrar o conhecimento tradicional e o científico, promovendo educação e conscientização sobre o uso responsável das plantas medicinais. O fortalecimento dessa prática pode trazer benefícios significativos, tanto para a saúde da população, quanto para a valorização do conhecimento popular e da biodiversidade local.

Referências

- Achour, S.; Chebaibi, M.; Essabouni, H.; Bourhia, M.; Ouahmane, L.; Mohammad S. A. M.; Aboul-Soud, M.; Giesy, J. P. 2022. Ethnobotanical Study of Medicinal Plants Used as Therapeutic Agents to Manage Diseases of Humans. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 22, e4104772. <https://doi.org/10.1155/2022/4104772>
- Amanda, T.; Neves, N. C. S.; Silva, I. B. 2022. Uso popular de plantas medicinais no estado de Pernambuco: uma revisão integrativa: Amazônia: Science & Health, 10, 2-20.
- Andrade, F. L. A. 2020. Inquéritos policiais sobre apreensões de Ayahuasca: as ambivalências

- da legislação e da tradição. *Revista de Direito da Unigranrio*, 10, (2), 21p.
- Antunes, L. R.; Silva, A. H.; Fleck, C. F.; Galanos, A. K. 2023. Podemos marcar um meet? Reflexões sobre os usos da entrevista não presencial como técnica de coleta de dados. *Revista Pesquisa Qualitativa*, 11, 561-583. <https://doi.org/10.33361/RPQ.2023.v.11.n.27.591>
- Arruda, C.; Cecília, M. 1996. Relação empresa-família: o papel da mulher. *Rev. adm. empres.*, 36, 06-13. <https://doi.org/10.1590/S0034-75901996000300002>
- Barboza, M. S. L.; Munzanzu, C. R.; Souza, I. A. S.; Oyá, E. 2021. "Sem as plantas a religião não existiria": simbologia e virtualidade das plantas nas práticas de cura em comunidades tradicionais de terreiros amazônicos (Santarém, PA). *Nova Revista Amazônica*, 9, 147-165. <http://dx.doi.org/10.18542/nra.v9i3.11724>
- Bardin, L. 2011. Análise de conteúdo. *Revista Eletrônica de Educação*, 6, 383-387. <https://doi.org/10.14244/%2519827199291>
- Beltrão, I. C. S. L.; Cavalcante, V. O.; Santos, K. V.; Sousa, F. C.; Batista, C. A. S.; Silva, L. G.; Gonçalves, L. B. B.; Barbosa, M. O.; Leite, G. M. L.; Range, J. L.; Oliveira, C. J. 2021. Projeto de Extensão Mais Chá, por favor: Foco na educação em saúde durante a Pandemia. *Revista de Extensão da URCA*, 1, 91-97.
- Bohm, F. Z.; Oliveira, Y. 2022. Levantamento etnobotânico do consumo de plantas medicinais utilizadas na cidade de Colorado, Paraná. *Luminária*, 24, 01, 06-14. <https://doi.org/10.33871/23594373.2022.24.01.4329>
- Bom, A. T.; Carrapatoso, I.; Loureiro, C.; Pinto, A. M. 2013. *Alergia alimentar*. Imprensa da Universidade de Coimbra/Coimbra University Press. 122p.
- Brasil, 2006. Decreto nº 5.813 de 22 de junho de 2006. Aprova a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e dá outras providências.
- Brasil. 2025. Sobre o nosso trabalho para alcançar os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável no Brasil. <https://brasil.un.org>
- Castro, M. R.; Léda, P. H. 2023. Plantas Medicinais e Fitoterápicos: Conhecimento tradicional e científico das espécies nativas do Brasil. *REVISE - Revista Integrativa em Inovações Tecnológicas nas Ciências da Saúde* 11, 191-209. <https://periodicos.ufrb.edu.br/index.php/revise/article/view/3134>
- Cavagliar, M. C. dos S.; Messeder, J. C. 2014. Plantas Medicinais no Ensino de Química e Biologia: Propostas Interdisciplinares na Educação de Jovens e Adultos. *Revista Brasileira de Pesquisa em Educação em Ciências*, 14, 055-071. <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbpec/article/view/4282>
- Colet, C. F.; Dal Molin, G. T.; Cavinatto, A. W.; Baiotto, C. S.; Oliveira, K. R. 2015. Análises das embalagens de plantas medicinais comercializadas em farmácias e drogarias do município de Ijuí/RS. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, 17, 331-339. https://doi.org/10.1590/1983-084X/13_027
- Ferraz, M. P. S.; Costa, J. A. S.; Costa, C. B. N.; Novais, J. S.; Oliveira, G. L. 2023. Plantas medicinais utilizadas no nordeste brasileiro com potencial fitoterápico: uma revisão bibliográfica. *Etnobiologia*, 21, (2), 52-70.
- Ferreira, A. A.; Vasconcelos, T. C. L. 2022. O uso irracional de plantas medicinais: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 11, e59711831295. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i8.31295>
- Fontana, A.; Frey, J. H. 2000. From Structured Questions to Negotiated Text. *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 2. ed. New York: Sage. pp. 645-672.
- Freitas, A. S.; Silva, V. M. S. 2023. Estudo das Propriedades Medicinais e o uso de algumas plantas encontradas no campus da Universidade Federal do Mato Grosso. *Biodiversidade*, 22, 129-140.
- Lima Junior, E. B.; Oliveira, G. S.; Santos, A. C. O.; Schnekenberg, G. F. 2021. Análise documental como percurso metodológico na pesquisa quantitativa. *Cadernos da FUCAMP*, 20, (44), 36-51.
- Marconi, M. de A.; Lakatos, E. M. 2011. *Metodologia científica*, 310p.
- Mendes, R. M.; Miskulin, R. G. S. 2017. A análise de conteúdo como uma metodologia. *Cad. Pesqui.*, 47, 1044-1066. <https://doi.org/10.1590/198053143988>
- Mendes, C. C. R.; Monteiro, A. M. G.; Toledo, A. S.; Otsubo, B. K. V.; Souza, I. C. R.; Morais, O.; Machado, L. C. S. 2022. Correlação entre os componentes químicos e propriedades terapêuticas dos óleos essenciais na diminuição de sintomas clínicos em cada sistema do corpo humano. *Brazilian Journal of Health Review*, 5, (1), 741-60. <https://doi.org/10.34119/bjhrv5n1-063>

- Menezes, S. S. M.; Bertoni, L. M.; Santos, R. V. R. 2019. Bebidas e comidas em celebrações de nascimento e morte: um estudo em comunidades rurais de Sergipe e Bahia. *Ateliê Geográfico*, 13, (3), 175-189. <https://doi.org/10.5216/ag.v13i2.54416>
- Mól, A. L. R.; Dias Neto, C. de O.; Rabelo, E. D. R. O.; Lopes, L. de O.; Loyola, M. de A.; Pereira, W. M. 2024. Cuidados paliativos: a ortotanásia como meio de promoção da dignidade da pessoa humana frente ao fenômeno da morte. *Cuadernos de Educación Y Desarrollo*, 16, (13), e6727. <https://doi.org/10.55905/cuadv16n13-004>
- Mota-Santos, C.; Azevedo, A. P.; Lima-Souza, E. 2021. A Mulher em Tripla Jornada: Discussão Sobre a Divisão das Tarefas em Relação ao Companheiro. *Revista Gestão & Conexões*, 10, 103-121. <https://doi.org/10.47456/regec.2317-5087.2021.10.2.34558.103-121>
- Oliboni, P.; Sossac, F. C.; Ferraz, J. M. G.; Ribeiro, M. L.; Gallo, Z.; Schlindwein, M. N. 2022. Levantamento do uso e preparo de plantas medicinais pelos moradores da cidade de Bandeirante-SC. *Revista Brasileira Multidisciplinar*, 25, (1), 54-72. <https://doi.org/10.25061/2527-2675/ReBraM/2022.v25i1.1362>
- Oliveira, H. B.; Kffuri, C. W.; Casali, V. W. D. 2010. Ethnopharmacological study of medicinal plants used in Rosário da Limeira, Minas Gerais, Brazil. *Rev. bras. farmacogn.*, 20, 256-260. <https://doi.org/10.1590/S0102-695X2010000200020>
- Oliveira, O. F. V.; Gondim, M. J. C. 2013. Plantas medicinais utilizadas pela população de Caldas Novas, GO e o conhecimento popular sobre a faveira (*Dimorphandra mollis* Benth-Mimosoideae). *Revista Brasileira de Agroecologia*, 8, (1), 156-169. <https://periodicos.unb.br/index.php/rbagroecologia/article/view/49482/37564>
- Parente, R. M.; Sousa, H. S.; Nova, L. E. S. V.; Carmo, V. S.; Silva, D. S. L.; Azevedo, M. A. B. 2022. Knowledge and use of medicinal plants by the municipality of São João do Paraíso - Maranhão. *Brazilian Journal of Development*, 8, 15336-15346. <https://doi.org/10.34117/bjdv8n2-450>
- Pasin, A. A. 2021. Percepções e conhecimentos dos índios Kaingang da área indígena Monte Caseros, no município de Ibiraiaras-RS, sobre PANC's e fitoterapia. 30p.
- Pereira, R. C.; Oliveira, M. T. R.; Lemos, G. C. S. 2004. Plantas utilizadas como medicinais no município de Campos de Goytacazes - RJ. *Rev. bras. farmacogn.*, 14, 37-40. <https://doi.org/10.1590/S0102-695X2004000300015>
- Prado, E.; Sales, C. A.; Girardon-Perlini, N. M. O.; Matsuda, L. M.; Benedetti, G. M. S.; Marcon, S. S. 2020. Experience of people with advanced cancer faced with the impossibility of cure: a phenomenological analysis. *Esc. Anna Nery*, 24, e20190113. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2019-0113>
- Ramos, R. H.; Mazalo, J. V. 2024. Metodologias de Investigação Científica: passos para elaboração de artigos científicos. *Revista Nova Paideia-Revista Interdisciplinar em Educação e Pesquisa*, 6, (2), 137-155. <https://doi.org/10.36732/riep.v6i2.398>
- Sartori, L. B.; Silva, C. M. 2023. O uso de plantas medicinais e fitoterápicos durante a gravidez: uma revisão integrativa. *Revista Fitos*, 17, (3), 425-444. <https://doi.org/10.32712/2446-4775.2023.1467>
- Sousa, G. S. 1851. Tratado descritivo do Brazil em 1587. Tratado descritivo do Brasil em 1587. 422p. <https://digital.bbm.usp.br/handle/bbm/4795>
- Sousa, N. 2022. Análise das Propriedades da Malva-do-Reino e Hortelã-Pimenta Contra a Dismenorreia Primária. *Multidebates*, 6, 10-16. <https://revista.faculdadeitop.edu.br/index.php/revista/article/view/496/418>
- Ssenku, J. E.; Okurut, S. A.; Namuli, A.; Kudamba, A.; Tugume, P.; Matovu, P.; Wasige, G.; Kafeero, H. M.; Walusansa, A. 2022. Medicinal plant use, conservation, and the associated traditional knowledge in rural communities in Eastern Uganda. *Tropical Medicine and Health* 50, 39. <https://doi.org/10.1186/s41182-022-00428-1>
- Turato, E. R. 2013. Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: Construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas, 6ª edição. Editora Vozes, 685p.
- Valeriano, F. R.; Savani, F. R.; Silva, M. R. V. 2019. O uso de plantas medicinais e o interesse pelo cultivo comunitário por moradores do bairro São Francisco, município de Pitangui, MG. *Interações (Campo Grande)*, 20, 891-905. <https://doi.org/10.20435/inter.v0i0.1846>
- Virgínio, T. B.; Castro, K. S.; Lima, A. L. A.; Rocha, J. V.; Bonfim, I. M.; Campos, A. R. 2018. Utilização de plantas medicinais por pacientes hipertensos e diabéticos: estudo transversal no nordeste brasileiro. *Revista*

Brasileira em Promoção da Saúde, 31, (4), 1-10.

<https://doi.org/10.5020/18061230.2018.8754>

Anexo 1. Questionário aplicado, de modo remoto ou presencial, com indivíduos das comunidades de Conselheiro Lafaiete e Queluzito, em Minas Gerais, Brasil, no período entre março e outubro de 2022. Fonte: Assis, Rodrigues & Romualdo (2025).

QUESTIONÁRIO SOBRE USO DE PLANTAS MEDICINAIS				
1. Qual é sua idade?				
<input type="checkbox"/> menos de 18 anos	<input type="checkbox"/> 40 a 49 anos	<input type="checkbox"/> mais que 70 anos		
<input type="checkbox"/> 18 a 29 anos	<input type="checkbox"/> 50 a 59			
<input type="checkbox"/> 30 a 39 anos	<input type="checkbox"/> 60 a 69			
2. Qual o seu sexo?				
<input type="checkbox"/> Feminino	<input type="checkbox"/> Masculino	<input type="checkbox"/> não me identifico		
3. Ocupação (profissão): _____				
4. Em qual cidade você mora?				
<input type="checkbox"/> Conselheiro Lafaiete				
<input type="checkbox"/> Queluzito				
5. Você conhece alguma dessas plantas medicinais?				
<input type="checkbox"/> Alho	<input type="checkbox"/> Cravo	<input type="checkbox"/> Hibisco	<input type="checkbox"/> Valeriana	
<input type="checkbox"/> Alecrim	<input type="checkbox"/> Dente de Leão	<input type="checkbox"/> Hortelã	<input type="checkbox"/> Outras (_____)	
<input type="checkbox"/> Babosa	<input type="checkbox"/> Eucalipto	<input type="checkbox"/> Losna		
<input type="checkbox"/> Boldo	<input type="checkbox"/> Espinheira Santa	<input type="checkbox"/> Malva		
<input type="checkbox"/> Camomila	<input type="checkbox"/> Erva Santa Maria	<input type="checkbox"/> Marcela		
<input type="checkbox"/> Cânfora	<input type="checkbox"/> Erva cidreira	<input type="checkbox"/> Macela		
<input type="checkbox"/> Cavalinha	<input type="checkbox"/> Erva-doce	<input type="checkbox"/> Maracujá		
<input type="checkbox"/> Carqueja	<input type="checkbox"/> Folhas de Laranjeira	<input type="checkbox"/> Melissa		
<input type="checkbox"/> Capuchinha	<input type="checkbox"/> Funcho	<input type="checkbox"/> Poejo		
<input type="checkbox"/> Cebola	<input type="checkbox"/> Gengibre	<input type="checkbox"/> Romã		
<input type="checkbox"/> Citronela	<input type="checkbox"/> Guaco	<input type="checkbox"/> Salsa		
6. Já usou algum produto que contém alguma dessas plantas? Qual produto?				
<input type="checkbox"/> chás	<input type="checkbox"/> pomadas			
<input type="checkbox"/> produto de limpeza	<input type="checkbox"/> outros (_____)			
7. Quando precisa de alguma planta, onde você e sua família as conseguem? De que forma?				
<input type="checkbox"/> em casa, com vizinho ou parentes. (in natura).				
<input type="checkbox"/> comércio local, loja de produtos naturais (beneficiado).				
8. Trata alguma doença com a utilização de plantas medicinais?				
<input type="checkbox"/> digestiva	<input type="checkbox"/> depressão			
<input type="checkbox"/> calmante	<input type="checkbox"/> antiinflamatório			
<input type="checkbox"/> gripe	<input type="checkbox"/> diabetes			
<input type="checkbox"/> dores	<input type="checkbox"/> febre			
<input type="checkbox"/> diarreia	<input type="checkbox"/> outros _____			
9. Qual frequência? <input type="checkbox"/> ocasionalmente <input type="checkbox"/> 2x semana <input type="checkbox"/> 3x semana <input type="checkbox"/> diariamente				
10. Você começou a fazer uso das Plantas Medicinais por influência de quem? Conhece alguma receita preventiva ou curativa?				

Anexo 2. Lista de Plantas Medicinais citadas pelos entrevistados da pesquisa, com informações botânicas. Fonte: Assis, Rodrigues & Romualdo (2025).

Nome Popular	Nome Científico (Autor)	Família	Hábito	Origem
Alho	<i>Allium sativum</i> L.	Amaryllidaceae	Erva	Exótica
Alecrim	<i>Salvia rosmarinus</i> Spenn.	Lamiaceae	Arbusto	Exótica
Babosa	<i>Aloe vera</i> (L.) Burm.f.	Asphodelaceae	Erva	Exótica
Boldo	<i>Peumus boldus</i> Molina	Monimiaceae	Árvore	Exótica
Camomila	<i>Matricaria chamomilla</i> L.	Asteraceae	Erva	Exótica
Cânfora	<i>Cinnamomum camphora</i> (L.) J. Presl	Lauraceae	Árvore	Exótica
Cavalinha	<i>Equisetum arvense</i> L.	Equisetaceae	Erva	Exótica
Carqueja	<i>Baccharis trimera</i> (Less.) DC.	Asteraceae	Arbusto	Nativa
Capuchinha	<i>Tropaeolum majus</i> L.	Tropaeolaceae	Erva	Exótica
Cebola	<i>Allium cepa</i> L.	Amaryllidaceae	Erva	Exótica
Citronela	<i>Cymbopogon winterianus</i> Jowitt	Poaceae	Erva	Exótica
Cravo	<i>Syzygium aromaticum</i> (L.) Merr. & L.M. Perry	Myrtaceae	Árvore	Exótica
Dente de Leão	<i>Taraxacum officinale</i> F.H. Wigg.	Asteraceae	Erva	Exótica
Eucalipto	<i>Eucalyptus benthamii</i> Maiden & Cabbage	Myrtaceae	Árvore	Exótica
Espinheira Santa	<i>Maytenus ilicifolia</i> Mart. ex Reissek	Celastraceae	Arbusto	Nativa

Erva de Santa Maria	<i>Dysphania ambrosioides</i> (L.) Mosyakin & Clemants	Amaranthaceae	Erva	Nativa
Erva-cidreira	<i>Melissa officinalis</i> L.	Lamiaceae	Erva	Exótica
Erva-doce	<i>Pimpinella anisum</i> L.	Apiaceae	Erva	Exótica
Folhas de laranjeira	<i>Citrus sp.</i>	Rutaceae	Árvore	Exótica
Funcho	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	Apiaceae	Erva	Exótica
Gengibre	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	Zingiberaceae	Erva	Exótica
Guaco	<i>Mikania glomerata</i> Spreng.	Asteraceae	Trepadeira	Nativa
Hibisco	<i>Hibiscus sabdariffa</i> L.	Malvaceae	Arbusto	Exótica
Hortelã	<i>Mentha spicata</i> L.	Lamiaceae	Erva	Exótica
Losna	<i>Artemisia absinthium</i> L.	Asteraceae	Erva	Exótica
Malva	<i>Malva sylvestris</i> L.	Malvaceae	Erva	Exótica
Marcela	<i>Achyrocline satureioides</i> (Lam.) DC.	Asteraceae	Erva	Nativa
Macela	<i>Achyrocline satureioides</i> (Lam.) DC.	Asteraceae	Erva	Nativa
Maracujá	<i>Passiflora edulis</i> Sims	Passifloraceae	Trepadeira	Nativa
Melissa	<i>Melissa officinalis</i> L.	Lamiaceae	Erva	Exótica
Poejo	<i>Mentha pulegium</i> L.	Lamiaceae	Erva	Exótica
Romã	<i>Punica granatum</i> L.	Lythraceae	Árvore	Exótica
Salsa	<i>Petroselinum crispum</i> (Mill.) Fuss	Apiaceae	Erva	Exótica
Valeriana	<i>Valeriana officinalis</i> L.	Caprifoliaceae	Erva	Exótica

Nota: Espécies nativas referem-se à flora do Brasil, enquanto exóticas são originárias de outros países.