

Plantas Medicinais e Alimentícias para Tratamento de Doenças Gastrointestinais: Estudo de Caso

Medicinal and Food Plants Used in Gastrointestinal Diseases Treatment: Case Study

Giulia Fantini Malavazi Camargo^a; Patrícia de Aguiar Amaral^a; Angela Erna Rossato^a; Vanilde Citadini-Zanette^{*a}

^aUniversidade do Extremo Sul Catarinense. SC, Brasil.

*E-mail: vcz@unesoc.net

Resumo

O conhecimento popular sobre os vegetais para uso medicinal e alimentício cresce exponencialmente, sendo repassado principalmente através de gerações. Este estudo objetivou relatar o saber popular sobre espécies medicinais utilizadas contra doenças do trato gastrointestinal (TGI) e seus potenciais alimentícios. Realizou-se um estudo minucioso com uma conhecedora de plantas medicinais, reconhecida por seus saberes por moradores do município de Cocal do Sul, SC. Foi aplicado a ela um formulário sobre as plantas indicadas para o tratamento de doenças no TGI (parte usada, formas de preparo e aplicação medicinal/alimentícia). Foram registradas 17 espécies pertencentes a 17 gêneros e a 12 famílias botânicas. Todas as 17 espécies são para uso medicinal e, dessas, 15 também são alimentícias. As folhas das espécies foram as mais utilizadas para fins medicinais, na forma de chá ou infusão e, de acordo com a preparação, deu-se destaque às saladas e sucos na forma de alimento. Das espécies indicadas como medicinais nove são validadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), sendo duas nativas do Brasil, remetendo à necessidade de mais estudos científicos sobre o potencial medicinal de espécies nacionais. Do total, cinco das espécies foram categorizadas como plantas alimentícias não convencionais (PANC). O presente estudo confirma o saber popular/tradicional sobre as plantas medicinais e alimentícias, contribuindo de forma concisa sobre informações dessas espécies no TGI.

Palavras-chave: Fitoterapia. Plantas Alimentícias. Conhecimento Popular e Tradicional. Sistema TGI.

Abstract

Folk knowledge about plants for medicinal and food use grows exponentially, being reposted mainly through generations. This study aims to highlight the ethno-medicinal information regarding medicinal plants, their nutritional properties and how they are used for treating various Gastrointestinal diseases (GI diseases). A detailed study was carried out with an expert on medicinal plants, recognized locally by people of the municipality of Cocal do Sul (Santa Catarina) for her herbal knowledge. Data regarding the treatment of GI diseases with wild vegetables were collected using a questionnaire (i.e., which plant resources are use and how are they prepared). Seventeen species belonging to seventeen genera and twelve botanical families were mentioned. All plants mentioned are medicinal and fifteen out of them are edible. The leaves are mostly used medicinally, in the form of tea or infusion and, according to their food preparation culture, it is necessary to use them mostly on salads and juices. The Brazilian Health Regulatory Agency (ANVISA) approves only nine of the species indicated as medicinal, two of which are native to Brazil. Five of these species have been qualified in Non-Conventional Food Plants (PANC). These numbers show that further documentation of traditional knowledge of native medicinal flora is needed. The present study confirms the popular/traditional knowledge about medicinal and edible plants, contributing in a concise way to information about these species in the TGI.

Keywords: *Phytotherapy. Edible Plants. Folk and Traditional Knowledge. GI Diseases System*

1 Introdução

Os vegetais acompanham a humanidade desde o seu início, sendo utilizados de diversas maneiras para confecção de roupas, moradias, utensílios e, principalmente, como alimentos e remédios, pelas suas propriedades nutricionais e terapêuticas como recurso para sobreviver, além de melhorar sua qualidade de vida (SAAD *et al.*, 2018). O conhecimento sobre as plantas medicinais cresce a cada ano, passado por gerações, tendo início de seus registros na pré-história com o indivíduo observando outros indivíduos ou animais que consumiam determinadas plantas e analisavam o resultado apresentado, podendo ser positivo, mostrando a melhora ou benefício, ou negativo quando a planta apresentava alguma

toxina que ocasionaria a piora ou morte do indivíduo (ROSSATO *et al.*, 2012).

Se tratando de um aprendizado histórico que retém muitas informações, as atividades terapêuticas das plantas medicinais são bem sucedidas, da prevenção ao tratamento de diversas patologias (BRASIL, 2006a). Foi herdado um conhecimento que teve apenas “comprovações” através da experiência pessoal e pela vivência cotidiana caracterizando-o como assistemático, por não seguir nenhum procedimento metodológico. No entanto, esse conhecimento, embora descoberto empiricamente não perde seu valor, muito antes pelo contrário, esses achados muitas vezes servem de base à diversas pesquisas científicas (JACQUES; BORTOT, 2017).

O uso das plantas medicinais associado ou não ao tratamento convencional, neste caso o uso acompanhado por profissionais da saúde, se faz necessário para garantir segurança e eficácia do tratamento, traz inúmeros benefícios para saúde e, também, para condição histórico-cultural contribuindo para a valorização do indivíduo como agente de sua própria história (BUENO; MARTÍNEZ; BUENO, 2016).

Em 1978 a Organização Mundial de Saúde (OMS) definiu planta medicinal como qualquer planta que contenha em seus órgãos substâncias que possam ser utilizadas com finalidade terapêutica, ou que seus precursores sejam utilizados para semissíntese químico-farmacêutico (BRASIL, 2010). Diversas partes da planta podem ser utilizadas como as raízes, cascas, folhas, flores, frutos e sementes, variando de acordo com a finalidade, necessidade e modo de preparo para o uso (REZENDE; COCCO, 2002).

As plantas possuem a capacidade de produzir uma infinidade de substâncias, denominadas metabólitos secundários, que são produzidas por estas espécies para sua própria defesa, sobrevivência e proteção, onde não possuem ligação direta com os mecanismos vegetativos da planta, que são responsáveis pelo seu crescimento e desenvolvimento (BUENO; MARTÍNEZ; BUENO, 2016). Muitos destes metabólitos secundários têm ação terapêutica comprovada em humanos para uma diversidade de doenças e distúrbios, entre eles o gastrointestinal.

O sistema digestivo possui a função de digerir e absorver nutrientes, eletrólitos e água para o funcionamento regular e saudável do metabolismo do corpo humano (FATTINI; DÂNGELO, 2001). Muitas vezes ocorrem algumas disfunções que prejudicam o funcionamento correto do trato gastrointestinal, interferindo na absorção ou metabolização de micro e/ou macronutrientes e essas disfunções podem ser de causa genética, ou por alimentação inadequada e desequilibrada, que acarretam distúrbios ou doenças como refluxo, gastrite, constipação e disenteria, ou que afetam o fígado e o pâncreas (HALL; GUYTON, 2011).

Nesta direção, várias espécies medicinais têm sido usadas para o tratamento de distúrbios gastrointestinais. A primeira droga sistematicamente efetiva contra úlceras gástricas, a carbenoxolona, foi descoberta como resultado de pesquisas com alcaçuz (*Glycyrrhiza glabra* L.), comumente usada pelos indígenas (SILVA *et al.*, 2006). Por possuírem capacidade curativa, muitos ainda utilizam espécies vegetais como tratamento, por ser uma forma mais viável e menos custosa, como a erva-cidreira (*Lippia alba* (Mill.) N. E. Brown, Verbenaceae) utilizada para perturbações digestivas, hepáticas, diarreicas e disentéricas, além do uso da goiabeira (*Psidium guajava* L., Myrtaceae) que contém nas suas folhas propriedades antidiarreicas (GOIS *et al.*, 2016).

Diante do apresentado, este estudo pretende responder as seguintes perguntas: Quais são as espécies vegetais, formas de preparo e partes da planta utilizadas no tratamento do sistema

gastrointestinal no sul de Santa Catarina? São espécies nativas do Brasil e seus usos são validados pela ANVISA? Quais são suas propriedades nutricionais? Para esta finalidade procurou-se conhecer e valorizar o saber popular/tradicional de uma reconhecida detentora deste saber em sua comunidade, no município de Cocal do Sul, Santa Catarina.

2 Material e Métodos

Um estudo descritivo, transversal e qualitativo foi realizado no Sul do Estado de Santa Catarina, com uma detentora de conhecimento sobre plantas medicinais, indicada e reconhecida por seus saberes, pelos moradores do município de Cocal do Sul, Santa Catarina, por meio da aplicação de um formulário adaptado de Rossato *et al.* (2012). O formulário, com perguntas abertas e fechadas, objetivou coletar as plantas conhecidas e/ou indicadas para o tratamento de doenças gastrointestinais, conhecer a parte usada, suas formas de preparo e as plantas usadas, concomitantemente ou não, como alimentícias.

O formulário foi aplicado *in loco*, após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa e Humanos (CEP - CAAE: 39590420.0.0000.0119 e Número do Parecer: 4.410.055) da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), por meio de entrevista no primeiro semestre do ano de 2021, tomando todas as precauções em relação as barreiras sanitárias necessárias em função da COVID-19.

A escolha da informante-chave se deu mediante indicações da população local, para aquela que a julgaram apta e detentora de conhecimentos sobre uso de plantas medicinais (ALBUQUERQUE; LUCENA; LINS NETO, 2010). Ou seja, aquela pessoa que conhece, indica e utiliza as plantas medicinais para os que a procuram. Para este estudo foi concentrado os conhecimentos da informante-chave sobre os distúrbios gastrointestinais.

A entrevistada permitindo e, ao mesmo tempo, solicitando que utilizasse o seu nome ao longo da redação do artigo, os dados serão aqui compartilhados e, assim, a história de vida e o conhecimento de Dona Zilma Rodrigues Formentin são aqui divulgados para que outros usufruam de seus saberes e de suas práticas.

As espécies vegetais citadas e coletadas foram identificadas pela equipe do Herbário Pe. Raulino Reitz (acrônimo CRI) da UNESC e após o processo de herborização e exsiccagem foram depositadas em seu acervo. As informações populares, como parte usada, indicação, forma de preparo, foram sistematizadas e avaliadas de acordo com os critérios de eficácia/efetividade preconizadas pela RDC nº 26 de 13 de maio de 2014 (BRASIL, ANVISA, 2014) que dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e notificação de produtos tradicionais fitoterápicos.

Para tanto, foram consultadas as espécies contempladas em três publicações da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) que constam espécies validadas como

fitoterápicos: *i*) Instrução Normativa n.2 que publica a “Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado” e a “Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado” (ANVISA, 2014), *ii*) Memento de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (ANVISA, 2016) e *iii*) Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira segunda edição (ANVISA, 2021). Havendo a necessidade de informações científicas adicionais, outras referências bibliográficas foram utilizadas, porém, respeitando os critérios preconizados pela ANVISA.

Para atualização dos nomes científicos das espécies seguiu-se a Flora do Brasil 2020 (2021) e o *site* da Flora Mundial¹. Para a classificação das espécies em nativas ou exóticas no Brasil seguiu-se as informações constantes na Resolução CONAMA n° 429 (CONAMA, 2011), que define as espécies exóticas como qualquer espécie fora da sua área natural (sendo elas cultivadas ou não pelo ser humano) e as nativas como qualquer espécie que apresenta suas populações naturais dentro de seus limites de distribuição geográfica.

Para os estudos sobre as atividades farmacológicas/nutricionais foram utilizadas as bases de dados *PubMED*, *ScienceDirect*, *Scielo*, Portal Capes e, como ferramenta de busca, o *Google* acadêmico.

3 Resultados e Discussão

3.1 Origem do conhecimento pela história

Nascida no município de São João de Urussanga Baixa, atualmente Treze de Maio, no dia 22 de agosto de 1944, filha de Manoel Dario Rodrigues e Hildebranda da Rosa Rodrigues, lavradores que moravam no mesmo terreno do avô Dário Rodrigues, Dona Zilma Rodrigues Formentin foi a primeira filha do casal. Cresceu junto aos avós e tios. Reproduzindo palavras de Dona Zilma “me lembro da salinha em que meu avô guardava suas homeopatas e os demais produtos e ervas que usava, era naquele local que ele fazia os atendimentos.” Com oito anos de idade se mudou para o bairro São Cristóvão, município de Tubarão, SC, onde concluiu a 4ª série na Escola José Botega.

Casou-se aos 18 anos, com Nilton Formentin, teve cinco filhos e mais um adotivo e passou a residir no município de Siderópolis, SC. “Nunca utilizei medicamento algum para cuidar dos meus filhos, sempre realizava o uso dos fitoterápicos e priorizava a alimentação saudável”. Em torno dos 30 anos de idade iniciou atividade como costureira, porém sempre realizando atendimentos fitoterápicos, ajudando amigos, vizinhos e conhecidos, sem visar lucros “Nos anos 70, lembro-me de ter comprado dois livros, intitulados: As plantas curam e Ciência da Saúde, que muito reforçou o meu conhecimento”.

Em 1981, transferiu-se para o município de Cocal do Sul, para o bairro Jardim Itália, reforçando ali a sua dedicação. “A cidade não possuía posto de saúde e eu era quem fazia injeções, curativos, calmava as febres e assim foi uma jornada”. Com o

passar dos anos, foi dedicando todo o seu tempo exclusivamente aos estudos sobre plantas medicinais. Em 1989 surgiu em Tubarão, SC, a Pastoral da Saúde (PS) e seguindo seu relato “Fui atrás de conversar com o Padre Lindolfo Schilickmann para trazermos a PS para Cocal do Sul”. Assim sendo, Dona Zilma teve a principal influência na fundação da Pastoral da Saúde no município e, conseqüentemente, teve início a sua jornada de cursos para aprimoramento e compartilhamento de conhecimentos populares e científicos sobre plantas medicinais. Logo em seguida veio também para a cidade a Pastoral da Criança (idealizada por Dra. Zilda Arns), onde Dona Zilma fez treinamento para tal e atuou por determinado tempo, retornando após com os estudos da Pastoral da Saúde.

Em 2006, retomou sua trajetória com a Pastoral da Saúde Regional Sul 4 da Diocese de Criciúma, SC. Participou do projeto: Universidade Alternativa no Município de Cocal do Sul, promovido pela Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), em 2007, fundando em seguida e participando do curso “Universidade da Vitalidade” - UNIVIT promovido pelo Centro Universitário Barriga Verde – UNIBAVE, em 2014. Passou a participar das Jornadas Catarinenses de Plantas Medicinais, tendo atualmente o total de nove certificados.

Desde 2006 realiza atendimentos em seu domicílio, onde desenvolve tinturas e coquetéis de sementes, de acordo com as necessidades de cada pessoa, todos elaborados por ela através de seus estudos.

A maior forma de obtenção de conhecimento relatada foi o transgeracional que, segundo Magalhães (2010) é um método de aprendizado transmitido pela família, onde ocorre a vivência de diferentes gerações em um único meio e que se molda de acordo com a vivência cultural, social e econômica em que a família se encontra. Assim, o meio em que Dona Zilma cresceu influenciou grandemente na sua vocação, disponibilizando essa herança de conhecimento às pessoas. O segundo conhecimento, no qual se destacou, foi o adquirido pela Pastoral da Saúde (PS), o que ressalta a importância do compartilhamento entre diferentes pessoas, para o aprimoramento do aprendizado. Os demais conhecimentos obtidos sobre a fitoterapia foram introyetados por seu esforço pessoal, quer por leituras, palestras, estudos ou mesmo por meio de cultivo das plantas em seu quintal.

3.2 Espécies vegetais indicadas pela Informante

Durante a aplicação do formulário foram questionadas quais plantas medicinais que Dona Zilma possuía em seu quintal com potencial para tratamento de enfermidades gastrointestinais. Foram indicadas 17 espécies, pertencentes a 17 gêneros e a 12 famílias botânicas. As espécies reunidas por família, nome científico, nome popular (conforme Dona Zilma citou), origem das espécies (se nativa ou não do Brasil) e origem do conhecimento adquirido pela informante encontram-se no Quadro 1.

¹ www.worldfloraonline

Quadro 1 - Relação das plantas medicinais usadas para o trato gastrointestinal, partes utilizadas e indicações de uso segundo os protocolos oficiais que abordam medicamentos fitoterápicos e produtos tradicionais fitoterápicos da ANVISA e conhecimentos de Dona Zilma.

Família	Nome Científico (Nome Popular)	O	Parte Usada	Indicação ANVISA	Parte Usada	Indicação Dona Zilma
Asteraceae	<i>Achillea millefolium</i> (mil-em-ramas)	E	Parte aérea ³	Auxiliar no alívio de sintomas dispépticos; como colerético; antiflatulento; antiespasmódico; anti-inflamatório ³	Folha	Fortalece o estômago; Carminativa
Agavaceae	<i>Agave americana</i> (pita, agave)	E	NC	NC	Folha	Constipação; Úlceras estomacais; Inflamação intestinal
Asteraceae	<i>Baccharis crispa</i> * (carqueja)	N	Caule alado ³	Alívio de sintomas dispépticos ³	Folha	Diarreia; Má-digestão; Icterícia
Asteraceae	<i>Bidens pilosa</i> (picão)	E	Parte aérea ³	No tratamento sintomático da icterícia	Folha	Má-digestão
Commelinaceae	<i>Commelina erecta</i> (trapoeraba)	N	NC	NC	Folha	Vermes
Cucurbitaceae	<i>Cucumis sativus</i> (pepino)	E	NC	NC	Fruto	Constipação
Asteraceae	<i>Eclipta prostrata</i> (pimenta-dágua)	N	NC	NC	Folha	Colite intestinal, Diarreia
Poaceae	<i>Eleusine indica</i> (pé-de-galinha)	E	NC	NC	Folha	Fortalecer estômago, Diarreia, Constipação
Apiaceae	<i>Foeniculum vulgare</i> (funcho)	E	NC	NC	Folha	Fortalecer o Estômago
			Fruto ³	Sintomas gastrointestinais leves, tais como cólicas, distensão abdominal e flatulência; antidiapéptico e antiespasmódico ³	Semente (Fruto)	Gases intestinais, Constipação
Asteraceae	<i>Matricaria chamomilla</i> (camomila)	E	NC	NC	Folha	Gases, Má-digestão, Azia.
			Capítulo floral (inflorescência) ^{1, 2, 3}	Antiespasmódico intestinal, dispepsias funcionais ¹ Antiespasmódico, ansiolítico e sedativo leve. Anti-inflamatório em afecções da cavidade oral ² Sintomas gastrintestinais leves, tais como distensão abdominal e espasmos leves ³	Inflorescência	Gases, Má-digestão, Azia.
Lamiaceae	<i>Mentha x piperita</i> (hortelã-menta)	E	Folha ^{1,3}	Expectorante, carminativo e antiespasmódico. Tratamento da síndrome do cólon irritável ¹ . sintomas dispépticos, tal como flatulência ² .	Folha	Má-digestão, dores abdominais, vermes (lombriga, oxiurus), esteatorreia
Malvaceae	<i>Pachira glabra</i> (castanha-do-maranhão)	N	NC	NC	Semente	Constipação

Família	Nome Científico (Nome Popular)	O	Parte Usada	Indicação ANVISA	Parte Usada	Indicação Dona Zilma
Passifloraceae	<i>Passiflora alata</i> (passiflora)	N	NC	NC	Folha	Má-digestão, Vermes, Icterícia, Irritação intestinal
Myrtaceae	<i>Psidium guajava</i> (goiabeira)	E	Ramos novos, com folhas jovens ² Folhas ³	Tratamento da diarreia aguda não infecciosa e enterite por rotavírus ² Auxiliar no tratamento da diarreia leve não infecciosa ³	Folha	Colite intestinal, Diarreia
			NC	NC	Fruto	Colite intestinal, Constipação
Lythraceae	<i>Punica granatum</i> (romãzeira)	E	Pericarpo (fruto) ³	Auxiliar no tratamento sintomático decorrente de afecções da cavidade oral como anti-inflamatório e antisséptico ³	Casca do fruto	Má-digestão, Cólica intestinal
Lamiaceae	<i>Rosmarinus officinalis</i> (alecrim)	E	Folha ³	Auxiliar no alívio de sintomas dispépticos e auxiliar nas distúrbios espasmódicos leves do trato gastrointestinal ³	Folha	Fortalecer estômago, Má-digestão
Cactaceae	<i>Selenicereus undatus</i> (flor-da-noite, pitaya)	E	NC	NC	Caule	Fortalecer estômago, Má-digestão.
			NC	NC	Fruto	Fortalecer estômago, Má-digestão, Constipação

O (Origem): E= Exótica, N- Nativa do Brasil; NC = Não consta nas fontes consultadas; ¹= Instrução Normativa 02 de 13 de maio de 2014 (ANVISA, 2014); ²= Memento de Fitoterapia (ANVISA, 2016); ³= Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira (ANVISA; 2021); * = *Baccharis trimera* no ANVISA (2021)

Fonte: Dados da pesquisa.

Das 12 famílias botânicas listadas, Asteraceae e Lamiaceae foram as mais presentes, ratificando levantamentos etnobotânicos realizados com plantas medicinais no Sul do Brasil (BAUDAUF *et al.*, 2009) e no Brasil (GOMES; LIMA, 2017; HUMENHUK; LEITE; FRITSCH, 2020; RODRIGUES; BRITO; OLIVEIRA, 2021). Estas famílias também são as que apresentam mais relatos de uso para distúrbios digestivos (GOIS *et al.*, 2016; GRAS *et al.*, 2021). Quanto à origem das espécies mencionadas por Dona Zilma, das 17 espécies citadas, apenas cinco (29%) são classificadas como nativas do Brasil e, de acordo com a Flora do Brasil 2020 (2021), são: *Baccharis crispa*, *Eclipta prostrata*, *Commelina erecta*, *Pachira glabra* e *Passiflora alata*. Ainda há poucos estudos com plantas nativas que apresentam potencial medicinal frente à grande biodiversidade brasileira. Contudo, a Política Nacional de Plantas Medicinais e de Fitoterápicos (BRASIL, 2006b), em suas diretrizes, incentiva a pesquisa. No entanto, pouco ou nenhum progresso foi feito para o uso adequado e conservação de espécies nativas brasileiras (BRANDÃO *et al.*, 2013), mesmo até na atualidade, faltando fomento e política pública que garanta esses estudos.

Considerando as informações sobre o potencial medicinal das espécies que Dona Zilma utiliza para o TGI (Quadro 1), apenas nove são validadas pela ANVISA como medicinais. No entanto, entre elas, os usos medicinais relatados por Dona Zilma são diferentes dos aprovados pela ANVISA nas fontes consultadas, demonstrando a riqueza do saber popular e sinalizando espécies e/ou usos populares carentes de estudos para sua validação como fitoterápico.

Quanto à *Agave americana*, citada para constipação, úlceras estomacais e inflamação intestinal, seu uso foi relatado em alguns estudos de cunho popular para curar fraqueza do estômago (CIRILO, 2007), limpeza e fortalecimento do estômago (BALBACH, 1970). Estudos biológicos relatam que a pita ou agave melhora e/ou facilita a funcionalidade digestiva do estômago (ÁVILA, 2013), servindo como depurativa e estomacal (RODRIGUES; CARVALHO, 2007). Contudo, alguns autores relatam o uso da pita ou agave para hipertensão (SEMENYA *et al.*, 2012), enquanto outros alegam ser uma espécie tóxica para o ser humano (TECHIO; GHENO; LAZZARI, 2008).

A indicação para vermes de *Commelina erecta*

(trapoeraba) por Dona Zilma, é inédita, pois as indicações de uso descritas nas fontes consultadas foram para eczemas, infecções de pele e doenças oculares (HILLOCKS, 2000; KINUPP; LORENZI, 2014).

O uso do fruto de *Cucumis sativus* (pepino) usado para constipação, não é validado pela ANVISA. Cirilo (2007) relata seu uso popular que confirma sua indicação de uso, para constipação intestinal e para dores estomacais. Estudos realizados por Ávila (2013) descrevem o pepino para inflamações no tubo digestivo.

A indicação de uso por Dona Zilma para as folhas de *Eclipta prostrata* foram condizentes com as de alguns autores citados por Mukhopadhyay *et al.* (2018) e Jahan *et al.* (2014), além destes autores citarem seu uso também para constipação intestinal. Porém, a indicação antiofídica para espécie foi a mais frequente (MESSIAS *et al.*, 2015; FREIRE; ABREU; FREIRE, 1996).

A indicação de uso para a parte aérea (folhas) de *Eleusine indica* é para tratamento de doenças respiratórias, como infecções, gripes, pneumonia (COUTINHO; MUZITANO; COSTA, 2009). Rodrigues e Carvalho (2007) relatam, além do uso para doenças respiratórias, a utilização de suas folhas como diurético e apenas o uso da raiz para o TGI, como adstringente e anti-diarreico.

Embora apenas os frutos do funcho (*Foeniculum vulgare*) sejam validados pela ANVISA para sintomas gastrointestinais leves, tais como cólicas, distensão abdominal e flatulência, bem como antidiarréico e antiespasmódico, suas folhas também são usadas na medicina popular para estufamento, gastrite, prisão de ventre e “dor de barriga” (GARLET; IRGANG, 2001; RAUBER, 2016; SILVA; MARINI; MELO, 2015). Ferrão *et al.* (2014) relata a utilização de suas partes aéreas para alívio de cólicas em bebês, não citando especificamente qual tipo, ou algum outro uso para o TGI.

As folhas de *Matricaria chamomilla* não possuem validação pela ANVISA, apenas suas sumidades florais, porém o uso das folhas foi relatado popularmente também como vermífugo, carminativo, antiemético e para afecções estomacais (FREIRE; ABREU; FREIRE, 1996). Adicionalmente, Caetano *et al.* (2015) relata o uso da folha da camomila como dotada de ação calmante para nervosismo.

O uso para constipação das sementes de *Pachira glabra*, conforme relatado por dona Zilma, não foi comprovado na literatura consultada. No entanto, em uma pesquisa de campo realizada por Carmo (2006), em Florianópolis, SC, foi relatado que nenhum dos informantes citou a planta como medicinal, revelando assim um uso inédito ainda não explorado e descrito para a espécie.

Quanto ao uso das folhas de *Passiflora alata*, foi indicado seu uso para má-digestão, vermes, icterícia e irritação intestinal, mas também foram relatadas apenas indicações como calmante e ansiolítico (MESSIAS *et al.*, 2015; FERRÃO *et al.*, 2014). Porém, Cirilo (2007) alegou que o uso popular das sementes e das raízes da espécie pode ser indicado como vermífugo.

A casca do fruto de *Psidium guajava*, a goiaba, têm como uso popular ação antidiarreica (CIRILO, 2007). Contudo as demais indicações estão relacionadas às folhas (Tabela 1) e não foram encontradas outras indicações quanto ao uso do fruto como medicinal.

O caule de *Selenicereus undatus*, era utilizado antigamente para o tratamento da gastrite (SILVA, 2014). O fruto, comumente conhecido como pitaya, pode ser utilizado no combate à gastrite, como laxante e fortificante (ROCHA, 2012).

Para a utilização medicinal, as formas de preparo foram chá e tintura, sendo a maioria utilizada como chá (infusão), com exceção do pepino, castanha-do-maranhão, pitaya e o fruto da goiabeira que não estão incluídos nesta forma de uso. Em relação às tinturas, das 21 partes, apenas cinco Dona Zilma relatou não produzir a tintura para uso, quais sejam: trapoeraba, pepino, castanha-do-maranhão, o fruto da goiabeira e da romãzeira.

Ao ser questionada quanto ao tempo de utilização, Dona Zilma afirmou que “todos poderiam ser utilizados por no máximo 8 dias contínuos, pois após isso a ação medicinal para de possuir efeito, por sobrecarregar o organismo”.

As plantas que são tradicionalmente consumidas, as não convencionais (PANC) e as que a Dona Zilma relata consumir em sua dieta para melhoria do TGI, como complemento alimentar, encontram-se no Quadro 2.

Quadro 2 - Relação das espécies vegetais indicadas por Dona Zilma para tratamento de doenças gastrointestinais e alimentação, com informações aquando a **Origem do Conhecimento Adquirido (OCA)** onde TR= transgeracional [passado pelos pais e avós], PS= Pastoral da Saúde, ES=Estudo (há mais de 50 anos), EC=Estudo e Cultivo (há mais de 30 anos), EP= Estudo, Pesquisa e Palestras (há mais de 20 anos), US = Pelo Uso; **Parte Usada (PU)**; **Forma de Preparo (FP)** e **Tipo de alimento (TA)**, onde PAC= Planta Alimentícia Convencional, PANC= Planta Alimentícia Não Convencional (*sensu* KINUPP, LORENZI, 2014), DZ = Plantas que Dona Zilma usa como alimento

Espécie	OCA	PU	FP	TA
<i>Agave americana</i> L. (pita, agave)	EC	Folha	Chás Tintura	-
<i>Foeniculum vulgare</i> Mill. (funcho)	TR	Folha	Chás Tintura	PANC
		Semente	Chás Tintura Crua (salada, pães etc.)	PANC

Espécie	OCA	PU	FP	TA
<i>Achillea millefolium</i> L. (Mil-em-ramas)	PS	Folha	Chás Tintura Crua (suco)	DZ
* <i>Baccharis crispa</i> Spreng. (carqueja)	TR	Folha	Chás Tintura	DZ
<i>Bidens pilosa</i> L. (picão)	TR	Folha	Chás Tintura Crua (suco)	PANC
<i>Eclipta prostrata</i> (L.) L. (pimenta-d'água)	TR	Folha	Chás Tintura	-
<i>Matricaria chamomilla</i> L. (camomila)	TR	Folha	Chás Tintura Crua (salada)	PAC
		Inflorescência	Chás Tintura Crua (salada)	PAC
<i>Selenicereus undatus</i> (Haw.) D.R. Hunt (pitaya)	TR	Caule	Chás Tintura Crua (salada)	PANC
		Fruto	Tintura Crua (geleia, bolos, sucos)	PANC
<i>Commelina erecta</i> L. (trapoeraba)	PS	Folha	Chás Crua (saladas e sucos)	PANC
<i>Cucumis sativus</i> L. (pepino)	EP	Fruto	Cru	PAC
<i>Mentha x piperita</i> L. (hortelã-menta)	TR	Folha	Chá Tintura Temperos Crua (suco)	PAC
<i>Rosmarinus officinalis</i> L. (alecrim)	TR	Folha	Chás Tintura Óleo Tempero	PAC
<i>Punica granatum</i> L. (romã)	PS	Fruto	Chá (casca secar e usar em pó)	PAC
<i>Pachira glabra</i> Pasq. (castanha-do-maranhão)	US	Semente	Cozida	PANC
<i>Psidium guajava</i> L. (goiabeira)	TR	Folha	Chás Tintura Crua (suco)	DZ
		Fruto	Crua (suco, doce, geleia etc.)	PAC
<i>Passiflora alata</i> Curtis (passiflora)	ES	Folha	Chás Tintura Crua (suco)	DZ
<i>Eleusine indica</i> (L.) Gaertn. (pé-de-galinha)	PS	Folha	Chás Tintura Crua (suco)	DZ

* *Baccharis trimera* (ANVISA, 2021).

Fonte: Dados da pesquisa.

As plantas alimentícias convencionais (PAC) são aquelas que podemos encontrar nos cardápios do nosso cotidiano em forma de temperos (alecrim e hortelã-menta), em chás (camomila) ou até mesmo como a própria refeição ou ingrediente de preparo (romã, goiaba e o pepino), todas apresentam sabores conhecidos com diversas formas de preparação para satisfazer a todos os gostos. O pepino, por exemplo, aproximadamente 95% dele é composto por água, sendo relativamente rico em fibras, daí sua importância para o sistema digestivo. Possui baixo teor de calorias e contém pequenas quantidades de vitamina C, fosfato, potássio e vitamina A, que está contida na casca e que geralmente não é

aproveitada (CARVALHO *et al.*, 2013).

Já as PANC possuem ainda certo preconceito quanto ao seu uso, por não serem plenamente conhecidas e por se tratar de partes da planta que muitas vezes são descartadas, porém, são vegetais que precisam ter um impulso de informações, tanto nutricionais quanto alimentícias. Das 21 partes de plantas citadas (Quadro 2), apenas sete são classificadas como PANC, de acordo com Kinupp e Lorenzi (2014): sementes da castanha-do-maranhão (*Pachira glabra*), caule e frutos da pitaya (*Selenicereus undatus*), folhas e sementes do funcho (*Foeniculum vulgare*), folhas do picão (*Bidens pilosa*) e da trapoeraba (*Commelina erecta*).

As plantas classificadas como uso dietético por Dona Zilma, são as que ela relata possuir benefícios para a saúde como complemento alimentar, por serem fontes de diversos nutrientes como, por exemplo, a folha de goiabeira (*Psidium guajava*) que possui diversos micronutrientes como potássio, cálcio, magnésio, ferro, manganês e zinco (CARDOSO *et al.*, 2010). A mil-em-ramas (*Achillea millefolium*) é rica em ácido linoleico e ácido palmítico que são importantes anti-inflamatórios (DIAS *et al.*, 2017). A folha da passiflora (*Passiflora alata*) é rica em polifenóis, com destaque aos flavonoides, potente antioxidante, que age diminuindo espécies reativas de oxigênio evitando o estresse oxidativo (RUDNICKI, 2005). A gramínea (*Eleusine indica*), conhecida popularmente como pé-de-galinha, embora seja muitas vezes caracterizada como erva daninha para jardins e em plantações, pode ser utilizada na forma de chás ou sucos, pois suas folhas possuem expressiva quantidade de flavonoides (COUTINHO; MUZITANO; COSTA, 2009). Para a carqueja (*Baccharis crispa*), embora Dona Zilma tenha relatado seu consumo, não foram encontrados estudos que validem suas propriedades nutricionais. Quanto à pimenta-d'água (*Eclipta prostrata*) e a pita (*Agave americana*), Dona Zilma não as utiliza como alimento e não foram encontrados estudos sobre suas propriedades nutricionais, como consumo convencional e não convencional.

As formas de preparo foram bem variadas na questão alimentícia, com maior destaque à utilização das partes das espécies preparadas como suco e saladas. Contudo, nenhuma parte da pimenta-d'água (*Eclipta prostrata*) e da pita ou agave (*Agave americana*) são consumidas, segundo Dona Zilma e a bibliografia consultada. De acordo com Dona Zilma, os sucos e saladas devem ser adicionados, sempre que possível, na alimentação do dia a dia, pois proporcionam uma dieta mais saudável e rica em nutrientes.

4 Conclusão

Os saberes atuais e transgeracionais de Dona Zilma sobre as plantas medicinais revelam expressivo potencial existente para fitoterapia e nutrição, ainda pouco conhecidos. Das 17 espécies mencionadas para o trato gastrointestinal, algumas são consumidas como alimento e ainda não fazem parte do cotidiano da maioria das pessoas, o que expressa o domínio cultural e empírico obtido de seus antepassados pelas experiências por eles vividas.

Com este estudo, embora sendo um estudo de caso, pode-se evidenciar que até este momento são poucas as espécies medicinais nativas (somente 02) da flora brasileira de uso validado pela ANVISA e o conhecimento tradicional poderá encurtar caminhos para a alegação/validação de seu uso. A utilização de plantas alimentícias não convencionais (PANC) já é uma realidade na culinária brasileira, que inclui tanto espécies nativas quanto exóticas no cardápio, levando a uma maior opção nutricional e D. Zilma também já faz uso delas. É também importante destacar que a dieta brasileira tem se

tornado ultimamente mais homogênea, com baixa diversidade de vegetais e alto consumo de alimentos processados.

Enfim, o saber popular sobre as plantas medicinais e alimentícias se caracteriza como um conhecimento ancestral e contemporâneo que contribui para o bem-estar e qualidade de vida das pessoas, explorando de forma saudável uma dieta mais heterogênea e diversificada.

Referências

- ALBUQUERQUE, U.P.; LUCENA, R.F.P.; LINS NETO, E.M.F. Seleção dos participantes da pesquisa. In: ALBUQUERQUE, U.P.; LUCENA, R.F.P.; CUNHA, L.V.F.C. (Org.). *Métodos e técnicas na pesquisa etnobiológica e etnoecológica*. Recife: NUPPEA, 2010. p.23-37.
- ANVISA. Instrução Normativa n. 2 de 13 de MAIO de 2014. Publica a “Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado” e a “Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado”. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/int0002_13_05_2014.pdf
- ANVISA. Memento fitoterápico. Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016.
- ANVISA. Formulário de fitoterápicos. Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2021.
- ÁVILA, L.C. **Índice** terapêutico fitoterápico. [S. l.]: EPUB, 2013.
- BALBACH, A. As plantas curam. [S. l.]: Missionária, 1970.
- BALDAUF, C. *et al.* Ferveu, queimou o ser da erva: conhecimentos de especialistas locais sobre plantas medicinais na Região Sul do Brasil. *Rev. Bras. Plantas Med.*, v.11, n.3, p.282-291, 2009. doi: 10.1590/S1516-05722009000300009
- BRANDÃO, M.G.L. *et al.* Changes in the trade in native medicinal plants in Brazilian public markets. *Environ. Monitoring Assess.*, v.185, n.8, p.7013-7023, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Brasília: MS, 2006a.
- BRASIL. Decreto nº 5.813, de 22 de junho de 2006. Dispõe sobre a aprovação da política nacional de plantas medicinais e fitoterápico e dá outras providências. Brasília: MS, 2006b.
- BRASIL, ANVISA. Ministério da Saúde Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC no 14, de 31 de março de 2010 - CRF-SP - Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. 2010. Disponível em: <http://portal.crfsp.org.br/index.php/juridico-sp-42924454/legislacao/2027-resolucao-rdc-no-14-de-31-de-marco-de-2010.html>. Acesso em: 13 out. 2020.
- BRASIL, ANVISA. Ministério da Saúde Agência Nacional de Vigilância Sanitária Resolução RDC Nº 26, de 13 de maio de 2014. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/rdc0026_13_05_2014.pdf. Acesso em: 13 out. 2020.
- BUENO, M.J.A.; MARTÍNEZ, B.B.; BUENO, J.C. Manual de plantas medicinais e fitoterápicos: utilizados na cicatrização de feridas. univás, p.136, 2016.
- CAETANO, N.L.B. *et al.* Plantas medicinais utilizadas pela população do município de Lagarto- SE, Brasil –Ênfase em pacientes oncológicos. *Rev Bras. Plantas Med.*, v.17, n.4, p.748-756, 2015. doi: 10.1590/1983-084X/14_056.
- CARDOSO, E.A. *et al.* Teores de nutrientes em folhas de goiabeira “paluma” em função da adubação mineral. *Agropec. Cient. Semi-árido*, p.28-31, 2010.

- CARMO, V.B. Utilização da castanheira-da-praia [*Bombacopsis glabra* (Pasq.) A. Rob.] como mourão pelas comunidades açorianas da Ilha de Santa Catarina. 2006.
- CARVALHO, A.D.F. *et al.* A cultura do pepino. *Circular Técnica*, 113, p.1 -18, 2013.
- CIRILO, I. Plantas medicinais. [S. l.]: Grafite, 2007.
- CONAMA. Resolução Nº 429, de 28 de Fevereiro de 2011. Disponível em: https://direitoambiental.jimdofree.com/app/download/8969648669/CONAMA_RES_CONS_2011_429.pdf?t=1448882403
- COUTINHO, M.A.S.; MUZITANO, M.F.; COSTA, S.S. Flavonoides: Potenciais Agentes Terapêuticos para o Processo Inflamatório. *Rev Virtual Quím.*, v.1, n.3, p.241-256, 2009. doi: 10.5935/1984-6835.20090024
- DIAS, M.I. *et al.* Caracterização química de amostras silvestres e comerciais de *Achillea millefolium* L. *Rev Ciênc. Agrár.*, v.40, p.S132–S135, 2017. doi:10.19084/rca16215
- FATTINI, C.A.; DÂNGELO, J.G. Anatomia humana básica. 2001. Disponível em: <http://www.intaead.com.br/ebooks1/livros/ed fisica/03. Anatomia Humana B%E1sica.pdf>
- FERRÃO, B. *et al.* Importância do conhecimento tradicional no uso de plantas medicinais em Buritis, MG, Brasil. *Natura*, v.36, p. 321–334, 2014. doi: 10.5902/2179460X13233.
- FREIRE, M.F.I.; ABREU, H.S.; FREIRE, R.B. O potencial antifúngico de substâncias produzidas por plantas da família Asteraceae. 1996.
- GARLET, T.M.B.; IRGANG, B.E. Medicinal plants used by rural women workers in Cruz Alta, Rio Grande do Sul, Brazil. *Rev Bras. Plantas Med.*, v.4, n.1, p.9-18, 2001.
- GOIS, M.A.F. *et al.* Etnobotânica de espécies vegetais medicinais no tratamento de transtornos do sistema gastrointestinal. *Rev Bras. Plantas Med.*, v.18, n.2, p 547-557, 2016. doi: https://doi.org/10.1590/1983-084X/15_170.
- GOMES, N.S.; LIMA, J.P.S. Uso e comercialização de plantas medicinais em Humaitá, Amazonas. *Rev Bras. Agroecol.*, v.12, n.1, p. 19-31, 2017.
- GRAS, A. *et al.* The role of botanical families in medicinal ethnobotany: a phylogenetic perspective. *Plants*, v.10, n.1, p.163, 2021.
- HALL, J.E.; GUYTON, A.C. *Tratado de fisiologia médica*. 2011. Disponível em: <https://cssjd.org.br/imagens/editor/files/2019/Abril/Tratado de Fisiologia Médica.pdf>. Acesso em: 12 jun. 2021.
- HILLOCKS, R. The potential benefits of weeds with reference to small holder agriculture in África. *Ann. Operations Res.*, v. 97, n.1/4, p.131-141, 2000. doi: 10.1023/A
- HUMENHUK, T.; LEITE, D.R.B.; FRITSCH, M. Conhecimento popular sobre plantas medicinais utilizadas no município de Mafra, SC, Brasil. *Saúde Meio Amb.*, v.9, p.27-42, 2020.
- JACQUES, C.G.; BORTOT, G.R. Metodologia científica e da pesquisa:- conceito e tipos de conhecimento. 2017.
- JAHAN, R. *et al.* Ethnopharmacological significance of *Eclipta alba* (L.) Hassk. (Asteraceae). 2014. doi: 10.1155/2014/385969
- KINUPP, V.F.; LORENZI, H. Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil: Guia de Identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas. [S. l.]: Plantarum, 2014.
- MAGALHÃES, I.S. Entre a casa e o trabalho: a transmissão geracional do feminino. *Psicol. Clin.*, v.22, n.2, 2010. doi: <https://doi.org/10.1590/S0103-56652010000200027>
- MESSIAS, M.C.T.B. *et al.* Uso popular de plantas medicinais e perfil socioeconômico dos usuários: Um estudo em área urbana em Ouro Preto, MG, Brasil. *Rev Bras. Plantas Med.*, v.17, n.1, p.76-104, 2015. doi: 10.1590/1983-084X/12_139.
- MUKHOPADHYAY, G. *et al.* A review on physicochemical & pharmacological activity of *Eclipta alba*. *Pharma Innov. J.*, v.7, n.9, p.78-83, 2018.
- RAUBER, A.C. Conhecimento etnobotânico sobre plantas medicinais e plantas alimentícias não convencionais das famílias agricultoras pertencentes ao núcleo regional luta camponesa da rede ecovida de agroecologia. Laranjeiras do Sul: Universidade Federal da Fronteira Sul, 2016.
- REZENDE, H.A.; COCCO, M.I.M. A utilização de fitoterapia no cotidiano de uma população rural. *Rev Esc. Enferm. USP*, v.36, n.3, p.282-288, 2002.
- ROCHA, L.J.F.Z. Quantificação de alguns compostos bioativos das pitayas de polpas branca e vermelha (*Cereus undatus*, Sinonímia: *Hylocereus guatemalensis*, *H.undatus*). [S. l.], 2012.
- RODRIGUES, V.E.G.; CARVALHO, D.A. Levantamento etnobotânico de plantas medicinais no domínio dos cerrados na região do Alto Rio Grande - Minas Gerais. *Rev Bras.Plantas Med.*, v.9, n.2, p.17-35, 2007.
- RODRIGUES, E.S.; BRITO, N.M.; OLIVEIRA, V.J.S. Estudo etnobotânico de plantas medicinais utilizadas por alguns moradores de três comunidades rurais do município de Cabaceiras do Paraguaçu/Bahia. *Biodivers. Bras.*, v.11, n. 1, p. 1-16, 2021.
- ROSSATO, A.E. *et al.* Fitoterapia racional: aspectos taxonômicos, agroecológicos, etnobotânicos e terapêuticos. 2012. Disponível em: <http://scholar.google.com/scholar?hl=en&btnG=Search&q=intitle:Fitoterapia+Racional+:#0>
- RUDNICKI, M. Propriedades antioxidantes de extratos de *Passiflora alata Dryander* e de *Passiflora edulis Sims*. 2005. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/6078/000480516.pdf?sequence=1>. Acesso em: 7 jun. 2021.
- SAAD, G. *et al.* Fitoterapia contemporânea: tradição e ciência na prática clínica. Rio de Janeiro: [s. n.], 2018.
- SEMENYA, S. *et al.* Medicinal utilization of exotic plants by Bapedi traditional healers to treat human ailments in Limpopo province, South Africa. *J. Ethnopharmacol.*, v.144, n.3, p.646-655, 2012. doi: 10.1016/j.jep.2012.10.005
- SILVA, M.S. *et al.* Plantas medicinais usadas nos distúrbios do trato gastrointestinal no povoado Colônia Treze, Lagarto, SE, Brasil. *Acta Bot. Bras.*, v.20, n.4, p.815-829. 2006.
- SILVA, A.C.C. Pitaya: melhoramento e produção de mudas. Jaboticabal: UNESP, 2014.
- SILVA, M.D.P.; MARINI, F.S.; MELO, R.S. Levantamento de plantas medicinais cultivadas no município de Solânea, agreste paraibano: reconhecimento e valorização do saber tradicional. *Rev Bras. Plantas Med.*, v.17, n.4, p.881-890, 2015. doi: 10.1590/1983-084X/14_112
- TECHIO, V.H.; GHENO, E.; LAZZARI, F.L. Espécies medicinais e tóxicas do Parque Estadual Fritz Plaumann – Estado de Santa Catarina. *Rev Ciênc. Amb.*, v.2, n.1, p.29-39, 2008. doi: 10.18316/126