



DIFUNDINDO O USO DE PLANTAS MEDICINAIS ENTRE EDUCANDOS DE BENTO GONÇALVES

Área Temática: Educação

Soeni Bellé¹ (Coordenadora da Ação de Extensão)

Soeni Bellé¹ Raquel Margarete Franzen de Avila², Shana Paula Segala Miotto³, Patrícia Sulzbach⁴, Mainara Pacini Schu⁴, Pedro Henrique Pastorello⁵

Palavras-chave: plantas medicinais, hortas escolares,

Resumo:

Este trabalho tem por objetivo divulgar as ações que vêm sendo feitas para difundir a utilização de plantas medicinais e condimentares entre educandos de Bento Gonçalves,

¹ Eng. Agro. Dra, Professora do Campus Bento Gonçalves, IFRS, soeni.belle@bento.ifrs.edu.br

² Técnica em Enfermagem, Campus Bento Gonçalves, IFRS

³ Bióloga, Me, Técnica de Laboratório, Campus Bento Gonçalves, IFRS

⁴ Estudante, Técnico em Agropecuária, Bolsista PROEXT/IFRS, Campus Bento Gonçalves, IFRS

⁵ Estudante, Tecnologia em Horticultura, Bolsista PROEXT/IFRS, Campus Bento Gonçalves, IFRS

estimulando a adoção de hábitos saudáveis de alimentação e visando resgatar aspectos culturais ligados ao uso destas plantas. Estes objetivos são parte de um programa de extensão que o Campus Bento Gonçalves do IFRS mantém desde 2009. O programa iniciou com um levantamento sobre o uso de plantas medicinais no município, através da aplicação de um questionário em diversos bairros da cidade. Neste levantamento ficou evidenciado que os jovens utilizam com pouca frequência e desconhecem os benefícios das plantas medicinais, sendo necessárias ações educativas que resgatem aspectos culturais e estimulem o uso correto de plantas medicinais e condimentares. Para atingir estes objetivos, o programa tem realizado as seguintes ações em escolas do município de Bento Gonçalves: palestras sobre plantas medicinais e condimentares, auxílio para a implantação de hortas escolares, distribuição de mudas de plantas medicinais, capacitação de professores, visitas orientadas na coleção de plantas medicinais do campus e participação em eventos promovidos pelas escolas. Além disso, no próprio campus as plantas medicinais são utilizadas regularmente pelo Setor de Enfermagem no atendimento a educandos e servidores, além da realização de ações no refeitório visando difundir o uso destas plantas na alimentação e na preparação de chás. O Programa encontra-se em andamento, e a cada ano vem se expandindo, com o envolvimento de um número maior de educandos e profissionais.

Texto:

O Brasil é um país que se destaca pela biodiversidade e pela multiplicidade racial e cultural. As plantas medicinais historicamente tem sido utilizadas visando o bem estar físico e mental. No entanto, apesar da sabedoria popular ser transmitida de geração em geração, grande parte do conhecimento que nossos antepassados possuíam sobre as plantas medicinais está se perdendo entre a população jovem.

Em levantamento feito no município de Bento Gonçalves (SANDRI et al, 2012) com o objetivo de identificar quais as plantas medicinais mais utilizadas pela população, ficou demonstrado que as pessoas com mais de 60 anos eram as que mais utilizavam estas plantas, ao contrário dos jovens, que as empregavam com menor frequência. No mesmo sentido, as pesquisas sobre o padrão de consumo das famílias brasileiras, feitas pelo IBGE (2002) indicam a diminuição do consumo de frutas e hortaliças em detrimento de produtos industrializados, o que tem aumentado a obesidade e os casos de doenças cardíacas, entre outras. Segundo dados da OMS e da FAO, em 2020, 75% das mortes serão causadas por doenças relacionadas à alimentação. Estes números reforçam a importância de programas de educação alimentar que venham a conscientizar, em especial os jovens, da necessidade de mudança dos hábitos alimentares, estimulando-se o consumo de hortaliças, frutas e de plantas condimentares e medicinais. A redução no consumo do sal, por exemplo, pode ser alcançada pelo uso de plantas condimentares, que também apresentam propriedades medicinais.

O crescimento urbano tem limitado os espaços disponíveis para a manutenção de hortas e para as atividades de jardinagem. Desta forma, a implantação de hortas escolares e ações que visem estimular os jovens ao cultivo e consumo de plantas medicinais, condimentares, frutas e hortaliças são importantes para a mudança de hábitos. As atividades de jardinagem também trazem benefícios psíquicos, propiciando

sensação de bem-estar e diminuindo o estresse, sendo consideradas atividades terapêuticas.

Outro aspecto que pode ser explorado pelas escolas é o desenvolvimento de ações de inclusão de pessoas com necessidades especiais, já que a maioria das plantas condimentares são muito aromáticas, podendo ser usadas para estimular os sentidos do olfato, tato e do paladar.

Neste contexto, este trabalho tem por objetivos, entre outros: difundir o uso e cultivo de plantas medicinais no município de Bento Gonçalves, resgatar o conhecimento popular referente aos benefícios do uso de plantas medicinais e hortaliças na promoção da saúde física e mental e estimular o consumo de hortaliças e plantas medicinais entre a população jovem.

Para tanto, mantém uma estufa de produção de mudas, coleção de plantas medicinais e um relógio do corpo humano, recebendo a visita de estudantes e professores da rede municipal que buscam obter informações sobre o uso, produção de mudas e cultivo destas plantas. Uma das atividades de destaque em 2012 foi a realização de uma capacitação para 45 professores de diferentes escolas do município, formando multiplicadores para a implantação de hortas e de outras ações voltadas à educação ambiental em suas escolas. Após esta ação, quatro escolas solicitaram a doação de mudas para que pudessem iniciar a implantação de hortas e realizar melhorias nos jardins e áreas abertas. Para tanto, foram doadas cerca de 600 mudas de plantas medicinais e ornamentais a estas escolas. Também são realizadas palestras em escolas do município (Figura 1), participando-se de eventos como em reuniões de pais e mestres, Semana do Meio Ambiente, entre outros.

A divulgação do programa também é feita em eventos externos, sendo que em 2012 houve a participação na Fiema (Feira Internacional do Meio Ambiente), Semana Internacional Brasil Alimenta e Fórum Hortifrutícola, SEURS e Semana do Meio Ambiente da Embrapa-CNPV.

Entre as ações internas, realizadas no Campus Bento, destaca-se a participação na Mostra Técnica do IFRS-Campus Bento, evento que atinge mais de 2000 estudantes e visitantes. Em 2011 o programa obteve o primeiro lugar entre os trabalhos de nível superior inscritos na Mostra. Em 2012 foram apresentados dois trabalhos neste evento, sendo que um deles foi intitulado "*Plantas medicinais, aromáticas e condimentares na promoção da alimentação saudável*", apresentado de maneira dinâmica, com a degustação de biscoitos e sucos elaborados com plantas medicinais e condimentares, instigando os estudantes a uma alimentação mais saudável. Foram distribuídas cerca de 500 mudas e 150 sachês de plantas secas para a comunidade interna e para os pais de alunos, em comemorações como o Dia das Mães, Dia dos Pais e nas reuniões de pais e mestres. No refeitório do campus, que atende cerca de 300 estudantes por dia, tem sido feitas ações como a incorporação de plantas medicinais nos pratos servidos e a degustação de chás, divulgando os seus efeitos benéficos.

O setor de Enfermagem do campus atende diariamente a cerca de 40 estudantes, sendo utilizadas plantas como mil folhas (*Achillea millefolium*), carqueja (*Baccharis trimera*), camomila (*Chamomilla recutita*), boldo (*Plectranthus barbatus*), manjerona (*Origanum majorana*), capuchinha (*Tropaeolum majus*), maracujá (*Passiflora edulis*), guaco (*Mikania glomerata*), melissa (*Melissa officinalis*), malva (*Malva sylvestris*), alecrim (*Rosmarinus officinalis*), entre outras. Normalmente são feitos chás com plantas *in natura* cultivadas no próprio campus para resfriados, dor de garganta,

problemas estomacais, casos de ansiedade, entre outros. Nos casos mais complexos os alunos são encaminhados às Unidades Básicas de Saúde ou à Unidade Municipal de Pronto Atendimento.

Parte das ações do programa foi reunida no livro intitulado “Plantas medicinais: caracterização, cultivo e uso paisagístico na Serra Gaúcha”, lançado em novembro de 2012 e financiado pelo edital ProEXT/SESu 2009.

Acredita-se que o programa esteja colaborando para despertar o interesse entre os jovens pelo uso de forma correta e segura das plantas medicinais, bem como pela cultura ligada ao uso destas plantas. Da mesma forma, as ações que estimulam os participantes a implantarem hortas e jardins com plantas medicinais, trazem benefícios diretos e indiretos à saúde, propiciando bem estar físico e mental a quem pratica estas atividades.

Referências:

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE): **Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF)**. Brasil, 2002-2003. Disponível em <http://w.w.w.ibge.gov.br>. Acessado em 30/06/09

SANDRI, M.A. et al. A utilização de plantas medicinais na Serra Gaúcha – RS. In: BELLE, Soeni (org). **Plantas medicinais: caracterização, cultivo e uso paisagístico na Serra Gaúcha**. Bento Gonçalves: Editora IFRS-Campus Bento Gonçalves, 2012. p.17-25.

FIGURA 1. Realização de palestra na Escola Municipal Lóris Reali, de Bento Gonçalves/RS.



Foto: Soeni Bellé