
Dossiê “Saúde única: Democratizando ciências, aprendizados e práticas”

Eixo temático: Temas gerais com interface à Saúde Única

Saúde da mulher e o uso de plantas: um olhar para a saúde única

Women's health and the use of plants: a unique look at health

Fernanda Jesus, Ana Paula Costa, Gabriele Marisco*

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB, Vitória da Conquista - BA, Brasil, 45083-900, fernandabraz1516@gmail.com; lacerdaana20@gmail.com; *gabrielemarisco@uesb.edu.br, <http://orcid.org/0000-0002-8301-8673>

Resumo

O conceito de Saúde Única reconhece que a saúde dos seres humanos, animais e do meio ambiente estão conectadas e devem ser trabalhadas em conjunto. Assim, este trabalho identificou, por meio de um levantamento do conhecimento cultural, as plantas utilizadas para a saúde da mulher a fim de fomentar uma discussão sobre o uso das plantas sob um olhar sustentável e econômico, relacionado com saúde única. Foi aplicado um questionário destinado a mulheres, disponibilizado via mídias sociais. O questionário constituiu-se de 20 perguntas, seguindo os critérios do Comitê de Ética em Pesquisa. Participaram 59 mulheres que utilizam plantas para cólicas menstruais (83,05%, n=45), coceiras vaginais (62,71%, n=37) e/ou menopausa (15,25%, n=9). Para cólica menstrual, as plantas mais citadas foram a camomila, orégano e gengibre; para coceiras e/ou corrimento vaginais, destacaram-se a aroeira e a babosa e para sintomas da menopausa as mais citadas foram amora e a camomila. Portanto, o uso de plantas medicinais no tratamento de enfermidades que acometem a saúde da mulher pode ser uma alternativa terapêutica. Não deixando de ressaltar que as questões relacionadas ao meio ambiente e à saúde humana devem ser estudadas em conjunto, pois os impactos ao meio ambiente, afetam a saúde de todos.

Palavras chave: saúde geral, saúde feminina, fitoterapia, conhecimento cultural.

Abstract

The One Health concept recognizes that the health of humans, animals and the environment are connected and must be worked together. Thus, this work identified, through a survey of cultural knowledge, the plants used for women's health in order to foster a discussion on the use of plants under a sustainable and economic perspective, related to unique health. A questionnaire aimed at women, made available via social media, was applied. The questionnaire consisted of



20 questions, following the criteria of the Research Ethics Committee. 59 women who use plants for menstrual cramps (83.05%, n=45), vaginal itching (62.71%, n=37) and/or menopause (15.25%, n=9). For menstrual colic, the most cited plants were chamomile, oregano and ginger; for itching and/or vaginal discharge, aroeira and aloe stood out, and for menopause symptoms the most cited were blackberry and chamomile. Therefore, the use of medicinal plants in the treatment of illnesses that affect women's health can be a therapeutic alternative. Not forgetting that issues related to the environment and human health must be studied together, as the impacts on the environment affect everyone's health.

Keywords: general health, women's health, phytotherapy, cultural knowledge

1. Introdução

O Brasil possui uma das maiores biodiversidades do planeta, tão sofisticado e variado em estruturas químicas, com grande potencial farmacológico (Bolzani, 2016). Mesmo havendo o incentivo por parte das indústrias pela utilização de fármacos industrializados, boa parte das populações ainda utiliza práticas tradicionais e complementares que visam a manutenção da saúde coletiva através do uso de plantas medicinais (Badke et al., 2011; BRASIL, 2011).

Em decorrência do potencial biológico das plantas medicinais, as mulheres têm representado um papel fundamental na preservação, uma vez que são consideradas defensoras da biodiversidade e sempre estão presentes no cultivo de plantas medicinais e das práticas da medicina popular (Marimon & Lima, 2019). Além disso, a mulher é considerada como difusora e detentora dos conhecimentos a respeito do uso de plantas no cuidado da saúde, visto que é lhe atribuída a responsabilidade do cuidado familiar (Badke et al., 2011).

Assim, o uso de plantas medicinais no tratamento de enfermidades que acometem a saúde da mulher pode ser uma alternativa terapêutica (Quirino et al., 2019), pelo fato das comunidades brasileiras conviverem com uma grande biodiversidade de plantas, e esse tipo de terapia na maioria dos casos ser a única opção, em virtude dos elevados custos financeiros dos medicamentos convencionais (Trindade et al., 2019).

O conceito de Saúde Única reconhece que a saúde dos seres humanos, dos animais não-humanos e do meio ambiente estão profundamente conectadas e devem ser trabalhadas em conjunto (Portal Saúde Única, 2021). Nessa perspectiva, levando em consideração o grande potencial biológico que as plantas possuem, este trabalho identificou, por meio de um levantamento do conhecimento cultural, as plantas utilizadas para a saúde da mulher a fim de fomentar uma discussão sobre o uso das plantas sob um olhar sustentável e econômico, relacionado com saúde única.

2. Material e Métodos

No período de novembro de 2020 a janeiro de 2021 foi aplicado um questionário destinado exclusivamente para as mulheres, que foi disponibilizado via mídias sociais (*Instagram, Facebook e Whatsapp*). O questionário constituiu-se de 14 perguntas, relacionados com a descrição das participantes da pesquisa, tais como idade, escolaridade, renda e profissão, e prosseguiu com 6 perguntas relacionadas ao uso e conhecimento de plantas medicinais para saúde da mulher.

Essa pesquisa foi realizada mediante participação voluntária de um questionário on-line, aprovado pelo do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) sob o Número do Parecer 4.305.643. As plantas mencionadas neste estudo foram identificadas pelas participantes com fotos da planta (folhas, raízes, frutos e flores), nome popular e científico.

Os resultados foram expressos em formas de gráficos para análise descritiva sobre o conhecimento e uso de produtos naturais para fins da saúde íntima feminina.

3. Resultados

Nessa pesquisa 59 mulheres responderam ao questionário, sendo a maioria (59,3%) com idade entre 18 e 30 anos. A maioria das mulheres (68,3%) que participaram dessa pesquisa possuem acesso à universidade (40% são graduadas ou estão cursando graduação e 28,3% pós-graduadas) e 35% das mulheres recebem menos de um salário mínimo, seguido de 36,6%, que recebem de 1 a 2 salários mínimos.

As mulheres entrevistadas neste estudo utilizam plantas principalmente para cólicas menstruais (83,05%), coceiras vaginais (62,71%, n=37) e/ou menopausa (15,25%, n=9).

Em relação a cólica menstrual, as plantas mais citadas pelas mulheres foram a camomila (n=77,8%), orégano (n=35,6%) e gengibre (n=31,1%) (Figura 1).

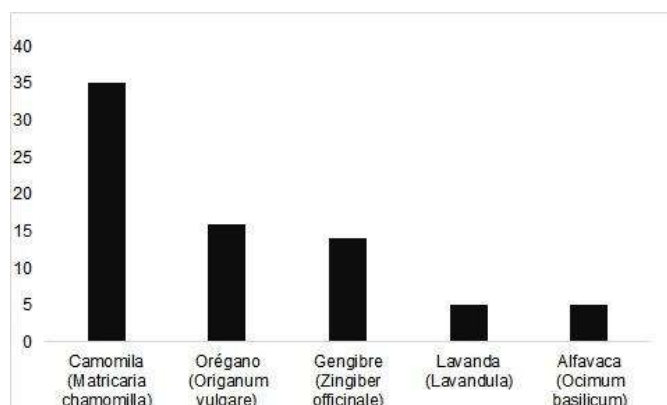


Figura 1: Plantas medicinais utilizadas pelas entrevistadas para cólica menstrual.

No que se refere às plantas usadas pelas entrevistadas para tratamento de coceiras e/ou corrimento vaginais, destacaram-se a aroeira (56,8%) e a babosa (29,7%) (Figura 2).

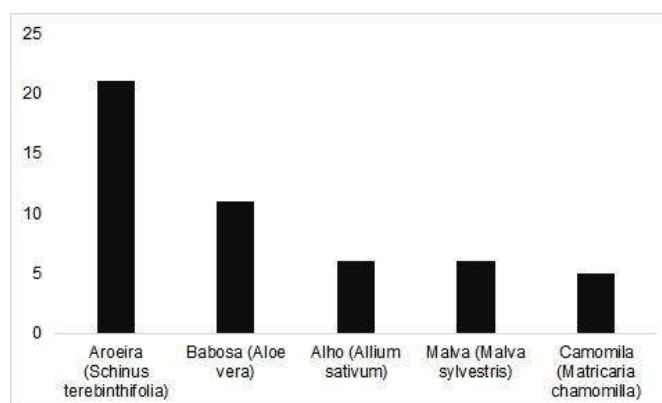


Figura 2: Plantas medicinais utilizadas para coceira ou corrimento vaginal.

Para aliviar sintomas relacionados à menopausa foram citadas com maior frequência as plantas amora (66,7%) e a camomila (33,3%) (Figura 3).

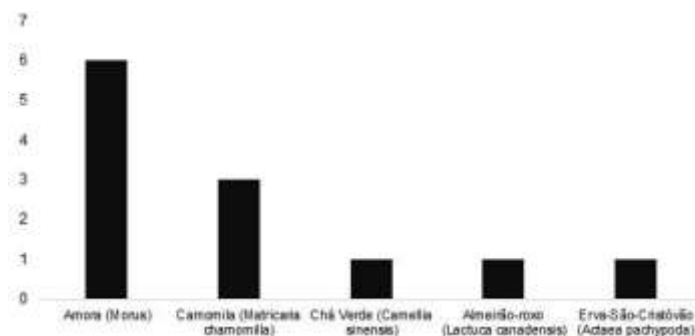


Figura 3: Plantas utilizadas para o alívio de sintomas da menopausa.

4. Discussão

Atualmente, a saúde da mulher compreende concepções e aspectos que afetam principalmente a saúde íntima feminina. A maioria das mulheres que participaram dessa pesquisa possuem acesso a informações universitárias, o que provavelmente impactou nas respostas assertivas sobre os usos das plantas medicinais para fins de saúde íntima, como cólicas menstruais, infecções vaginais e menopausa (tabela 1).

Tabela 1. Plantas mencionadas nesta pesquisa para fins de saúde íntima com comprovação científica.

Sintoma/ Efeito	Plantas citadas
Cólicas menstruais	<p>Camomila (<i>Matricaria chamomilla</i>) possui em sua composição óleos essenciais, flavonoides, aminoácidos, cumarinas, vitamina C e ácidos orgânicos, o que confere ação anti-inflamatória, calmante, cicatrizante e entre outras, contribuindo para o alívio de sintomas que estão relacionados ao período menstrual (Al-Dabbagh et al., 2019; Santos et al., 2020).</p> <p>Orégano (<i>Origanum vulgare</i>) possui efeitos anti-inflamatórios encontrado através de testes in vitro, bem como efeito analgésico (Souza et al., 2013). Em ensaios clínicos com base em suplementos dietéticos para dismenorreia utilizando o gengibre (<i>Zingiber officinale</i>) evidenciou resultados consideráveis (Pattanittum et al., 2016).</p>
Infecções vaginais	<p>Aroeira (<i>Schinus terebinthifolia</i>) é apontada como anti-inflamatória e cicatrizante ginecológico pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2011). A utilização da casca da planta é indicada para mulheres em banhos de assentos, principalmente após o parto, visto que a mesma possui atividade antimicrobiana contra microrganismos que causam infecções vaginais (Almeida et al., 2011).</p> <p>Babosa (<i>Aloe vera</i>) embora citada pelas entrevistadas contra coceira ou corrimento vaginal, não foi possível encontrar na literatura evidências científicas da planta para essa finalidade, porém a mesma possui atividade antimicrobiana contra microrganismos patogênicos (Bretas et al., 2017), no qual pode ter proporcionado esses efeitos relatados.</p>
Menopausa	<p>Amora (<i>Morus</i>) é apreciada pela população por apresentar qualidades nutricionais (ferro, potássio, vitaminas e minerais), sabor e propriedades medicinais. A literatura demonstrou que suas folhas são frequentemente utilizadas por mulheres durante o período da menopausa como terapia alternativa aos hormônios convencionais, no qual apresentou efeito similar ao alcançado com a utilização de estrogênio (Ahlawat et al., 2016).</p> <p>Camomila (<i>Matricaria chamomilla</i>) possui efeito calmante, carminativo, anti inflamatório e anti espasmódico, podendo ser indicada para problemas relacionados à menopausa, contribuindo na diminuição da frequência e intensidade de ondas de calor, além da melhora de distúrbios do sono e fadiga (Kupfersztain et al., 2003; Lavabre, 2018).</p>

A cólica menstrual, também conhecida como dor menstrual ou dismenorreia, é uma queixa ginecológica comum, que pode ser classificada como dor na região pélvica pré-

menstrual, com ou sem sintomas sistêmicos, que normalmente ocorre no início da menstruação, podendo continuar por vários dias com ausência de doenças pélvicas (Sousa et al., 2013).

A infecção vaginal é uma das infecções ginecológicas muito comum entre as mulheres, sendo geralmente causadas por microrganismos patogênicos. Essas infecções vêm se tornando uma epidemia silenciosa que acarreta em sérios problemas na saúde íntima feminina, visto que pode levar a complicações médicas graves, como doenças inflamatórias pélvicas e até infertilidade (Carvalho et al., 2021; Bhat & Begum, 2018). Outros transtornos relacionados à saúde da mulher são os distúrbios do trato urogenital feminino, que são relativamente comuns e podem causar pequenas alterações até reações sistêmicas, tais como infecções vulvovaginais, como a candidíase e vaginose bacteriana (Smeltzer & Bare, 2005; Ledger & Witkin, 2017).

A menopausa é o fim do estágio da vida reprodutiva das mulheres geralmente com idades superiores a 40 anos. Ocorre a perda gradual da função ovariana marcada pela redução dos níveis de estrogênio e progesterona, sendo que os mesmos são responsáveis por variados processos fisiológicos. A partir disso, muitas mulheres apresentam sintomas como afrontamentos, períodos irregulares e dificuldade de dormir (D'Anna et al., 2017).

Desse modo, as plantas medicinais continuam sendo uma opção terapêutica nos cuidados com a saúde da mulher, principalmente no Brasil, em virtude das dificuldades socioeconômicas enfrentadas relacionadas com as práticas integrativas de saúde direcionado ao gênero feminino (Moreira & Oliveira, 2017). Como observado nesta pesquisa, a renda de 71,6% das mulheres entrevistadas é no máximo 2 salários mínimos.

Contudo, para melhorar a saúde íntima da mulher é necessário oferecer medicamentos seguros e eficazes. Nesse sentido, estudar questões relacionadas à utilização plantas medicinais na saúde coletiva feminina abrangem mudanças na saúde pública, resgate do conhecimento tradicional, diminuição de riscos devido ao uso inadequado, além de contribuir para a preservação da biodiversidade em geral, proporcionando, assim, opções terapêuticas seguras e com baixo custo financeiro (Quirino et al, 2019).

Baseado nisso, é importante desenvolver estratégias que visem a promoção da saúde da mulher, incluindo o incentivo na utilização de plantas medicinais e fitoterápicos no tratamento de problemas ginecológicos, no ciclo menstrual e na menopausa (Silva et al, 2020), visto que as mulheres carregam um conhecimento cultural acerca das plantas e seus benefícios, bem como os seus variados usos, provavelmente passados de geração em geração. Esse conhecimento popular sobre o poder medicinal das plantas na saúde humana e da mulher por um longo período

foi rejeitado, entretanto devido a busca por terapias alternativas com menos efeitos agressivos e com baixo custo financeiro tem sido mais valorizado.

Além disso, as questões relacionadas ao meio ambiente e a saúde humana devem ser estudadas em conjunto, uma vez que estão entrelaçadas e os impactos gerados no meio ambiente afetam a saúde de todos. Portanto, estudos sobre plantas que apresentam resultados satisfatórios sobre o bem-estar, conforto e saúde da mulher, associado a preservação da biodiversidade no geral, vem sendo de suma importância, uma vez que contribui com informações precisas sobre as indicações e modo de uso.

Agradecimentos

O presente trabalho foi realizado com o apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), e Iniciação Científica UESB (Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia).

Referências

Al-Dabbagh, B.; Elhaty, I. A.; Elhaw, M. et al. (2019) Antioxidant and anticancer activities of chamomile (*Matricaria recutita* L.). *BMC research notes*, v. 12, n. 1, p. 1-8. <https://doi.org/10.1186/s13104-018-3960-y>

Ahlawat, T. R.; Patel, N. L.; Agnihotri, R., et al. (2016) Black mulberry (*Morus nigra*). *Underutilized Fruit Crops: Importance and Cultivation*, p. 195-212.

Almeida Freires, I.; Alves, L. A.; de Carvalho Jovito, V. et al. (2011). Atividade antifúngica de *Schinus terebinthifolius* (Aroeira) sobre cepas do gênero *Candida*. *Revista Odontológica do Brasil Central*, v. 20, n. 52. <https://doi.org/10.36065/robrac.v20i52.491>

Bolzani, Vanderlan da S. (2016). Biodiversidade, bioprospecção e inovação no Brasil. *Ciência e Cultura*, v. 68, n. 1, p. 04-05, 2016. <http://dx.doi.org/10.21800/2317-66602016000100002>

Badke, M. R.; Budó, M. D. L. D.; Silva, F. M. D. et al. (2011) Plantas medicinais: o saber sustentado na prática do cotidiano popular. *Escola Anna Nery*, v. 15, n. 1, p. 132-139. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452011000100019>

BRASIL. ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. 126 p. Brasília. 2011. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2014/julho/14/Formulario-de-Fitoterapicos-da-Farmacopeia-Brasileira-sem-marca.pdf>. Acessado em 10 de julho de 2021.

Bretas, L. P.; de Lima, C. O.; Raposo, N. R. B. et al. (2017). Atividade antimicrobiana e biocompatibilidade de um medicamento intracanal à base de hidróxido de cálcio e aloe vera.

<https://doi.org/10.22479/texturav15n2p56-64>

Revista Brasileira de Odontologia, v. 74, n. 3, p. 180.
<http://dx.doi.org/10.18363/rbo.v74n3.p.180>

BHAT, T. A & BEGUM, W. (2018). Efficacy of Tamarindus indicus, Melia azadirach and Santalum album in syndromic management of abnormal vaginal discharge: A single-blind randomised controlled trial. *Journal of Complementary and Integrative Medicine*, v. 15, n. 2. P. 1-8. <https://doi.org/10.1515/jcim-2015-0023>

Carvalho, N. S. D.; Eleutério, J.; Travassos, A. G. et al. (2021). Protocolo Brasileiro para Infecções Sexualmente Transmissíveis 2020: infecções que causam corrimento vaginal. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 30. <https://doi.org/10.1590/S1679-4974202100007.esp1>

D'Anna, R.; Santamaria, A.; Giorgianni, G. et al. (2017). Myo-inositol and melatonin in the menopausal transition. *Gynecological Endocrinology*, v. 33, n. 4, p. 279-282. <https://doi.org/10.1080/09513590.2016.1254613>

Kupfersztain, C.; Rotem, C.; Fagot, R. et al. (2003). The immediate effect of natural plant extract, Angelica sinensis and Matricaria chamomilla (Climex) for the treatment of hot flushes during menopause. A preliminary report. *Clinical and experimental obstetrics & gynecology*, v. 30, n. 4, p. 203-206.

Marimon, A. S. & Lima, M. T. (2019) Caminhos para a sustentabilidade da vida: revisão teórica e diálogo com as práticas de mulheres coletoras da Rede de Sementes do Xingu, Brasil. *Otra Economía*, v. 12, n. 22, p. 220-237. <https://www.revistaotraeconomia.org/index.php/otraeconomia/article/view/14803>.

Moreira, F. R & Oliveira, F. Q. (2017). Levantamento de plantas medicinais e fitoterápicos utilizados na comunidade quilombola-pontinha de Paraopeba, Minas Gerais, Brasil. *Revista Brasileira de Ciências da Vida*, v. 5, n. 5, p. 1-24.

Lavabre, M (2018). Aromaterapia: A cura pelos óleos essenciais. 2. Ed. Belo Horizonte. Editora Laszlo.

Ledger, W. J & Witkin, S. S. (2017) Infecções vulvovaginais. Thieme Revinter Publicações LTDA.

Portal Saúde Única (2021). Disponível em: <https://www.portalsaudeunica.com.br/>. Acessado em 16 de agosto de 2021.

Pattanittum, P.; Kunyanone, N.; Brown, J. et al. (2016) Dietary supplements for dysmenorrhoea. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, n. 3, p. 10-21. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD002124.pub2>

Quirino, K. D. S.; de Lima, F. J. B.; Ferreira Filho, P. H. et al. (2019). Utilização de plantas medicinais no tratamento de infecções vulvovaginais: Uma revisão bibliográfica. Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC), v. 6, p. 1-7.

<https://doi.org/10.22479/texturav15n2p56-64>

Santos, C. C.; Alberton, O.; Belettini, S. T. et al. (2020) Tratamento alternativo da síndrome de tensão pré-menstrual com camomila, maçã e maracujá. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 10, p. e2929108702-e2929108702. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i10.8702>

Souza, A. D. Z.; da Costa Mendieta, M.; Hohenberger, G. F. et al. (2013) Menstrual cramps: A new therapeutic alternative care through medicinal plants. *Health*, v. 5, n.7, p. 1106-1109. <http://doi:10.4236/health.2013.57149>

Silva, M. C. D. L. P.; Alcócer, J. C. A.; de Sousa, L. B. et al. (2020). Fitoterapia como intervenção em saúde da mulher: revisão integrativa da literatura. *Cogitare Enfermagem*, v. 25, p. 1-14. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.71158>

Smeltzer, S. C & Bare, B. G. (2005). Brunner & Suddarth, Tratado de enfermagem médico-cirúrgica. In: *Brunner & Suddarth, Tratado de enfermagem médico-cirúrgica*. p. 1133-1133.

Trindade, M. T.; Bezerra, N. N.; Starling, P. S. et al. (2019). Atenção farmacêutica na fitoterapia. *ANAIS SIMPAC*, v. 10, n. 1, p. 1074-80.

Direitos autorais (Copyrights)

Financiamento: Este estudo foi financiado por bolsas de iniciação científica do CNPq e UESB.

Conflitos de interesse: Todos os autores declaram não haver conflito de interesses.

Aprovação do comitê de ética: Aprovado pelo do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) sob o Número do Parecer 4.305.643.

Disponibilidade dos dados de pesquisa: Todos os dados gerados ou analisados neste estudo estão incluídos no manuscrito

Contribuição dos autores: Idealização: Marisco, G; Investigação/execução da pesquisa: Costa, APL, Jesus, FB; Análise formal: Marisco, G.; Metodologia: Costa, APL, Jesus, FB; Redação - revisão e edição: Marisco, G.