

## PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS PARA CÓLICAS MENSTRUAIS: UM DESAFIO PARA A ENFERMAGEM

**SOUZA, Andrieli Daiane Zdanski<sup>1</sup>; VARGAS, Natália Rosiely Costa<sup>2</sup>;  
MENDIETA, Marjoriê da Costa<sup>3</sup>; HECK, Rita Maria<sup>4</sup>; CEOLIN, Teila<sup>5</sup>.**

<sup>1</sup> Acadêmica do 8º semestre da Faculdade de Enfermagem/UFPel. Bolsista de iniciação científica pelo CNPq. E-mail: andriele\_zdanski@hotmail.com

<sup>2</sup> Acadêmica do 7º semestre da Faculdade de Enfermagem/ UFPel. Bolsista de iniciação científica FAPERGS/2009. E-mail: nataliarvargas@gmail.com

<sup>3</sup> Acadêmica do 6º semestre da Faculdade de Enfermagem/ UFPel. Bolsista de extensão PROBEC/2009. E-mail: marjo.mendieta@ibest.com.br

<sup>4</sup> Enfermeira. Professora Adjunta da Faculdade de Enfermagem/UFPel. Doutora em Enfermagem UFSC. E-mail: heckpillon@yahoo.com.br

<sup>5</sup> Enfermeira. Especialista em Saúde da Família e em Projetos Assistenciais em Enfermagem – ESPENSUL. Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da UFPel. E-mail: teila.ceolin@ig.com.br

### 1 INTRODUÇÃO

Cada vez mais as mulheres conquistam seu espaço na sociedade, ultrapassando aquela antiga visão da mulher ser subordinada ao homem e estar restrita ao cuidado dos filhos. Elas desempenham múltiplas responsabilidades como, esposas, mães, cuidadoras da família, executando na maioria das vezes estas ações, concomitantemente com a busca do seu espaço no mercado de trabalho (BRASIL, 2004). O relatório sobre a situação da população mundial (2002) demonstra que o número de mulheres que vivem em situação de pobreza é superior ao de homens. Entretanto, apesar das mulheres possuírem uma demanda excessiva de responsabilidades, o acesso e utilização dos serviços de saúde no Brasil são maiores, em torno de 62,3% para o gênero feminino (PINHEIRO et al, 2002). Desta forma, percebe-se que a independência econômica, política e social das mulheres passou a ser conquistada dia-a-dia, levando-a a busca pelo cuidado de sua saúde e o enfrentamento de desafios em suas funções, estilos de vida e padrões de família. Além de deparar-se com perigos ambientais e estresse, desencadeando vários problemas de saúde, estando um deles relacionado ao ciclo menstrual. Comumente as mulheres tem sofrido de cólicas menstruais que se caracterizam por dor que começa antes ou logo depois do início do fluxo menstrual e continua por 48 a 72 horas. Sabe-se que essa dor resulta da produção excessiva de prostaglandinas, que causam contração dolorosa do útero e vasoespasmo arteriolar (SMELTZER et al, 2009). Fato que conduziu as mulheres a direcionar suas práticas na atenção e promoção de sua saúde, cujas plantas medicinais estão inseridas enquanto terapia. O governo federal vem incentivando o uso de terapias complementares no Sistema Único de Saúde (SUS). Em 2006, o Ministério da Saúde implantou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, incentivando o uso das plantas medicinais, através da fitoterapia, homeopatia, acupuntura, entre outras práticas (BRASIL, 2005). Este trabalho tem o objetivo de identificar as plantas medicinais utilizadas pelas famílias de agricultores de base ecológica no alívio de cólicas menstruais.

### 2 METODOLOGIA

A pesquisa caracteriza-se por ser qualitativa, exploratória e descritiva e está vinculada ao projeto Plantas bioativas de uso humano por famílias de agricultores de base ecológica na Região Sul do RS, desenvolvido pela Faculdade de Enfermagem da UFPel e pela Embrapa Clima Temperado. Os locais de estudo foram os domicílios das famílias de agricultores que possuem uma produção orgânica de hortifrutigranjeiros comercializadas na feira ecológica de Pelotas, no espaço urbano. Estas famílias foram escolhidas devido ao vínculo que possuem com a Embrapa Clima Temperado e a facilidade de acesso. As propriedades estão localizadas na área rural de Pelotas, Morro Redondo, Canguçu e Arroio do Padre, na Região Sul do Rio Grande do Sul. Os sujeitos constituíram-se de agricultores de base ecológica e suas gerações familiares, perfazendo um total de oito famílias, correspondendo a 19 feirantes, procedimento este embasado por GOODMAN (1999). Foram utilizados os seguintes instrumentos: entrevista semi-estruturada, observação participante das plantas com registro fotográfico e a construção do genograma e ecomapa, sendo os dois últimos baseados em WRIGHT & LEAHEY, 2002. A coleta de dados ocorreu de janeiro a maio de 2009. Foram respeitados os princípios éticos de pesquisas com seres humanos. O projeto recebeu aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa de Medicina da UFPel (Parecer 072/2007).

### 3 RESULTADOS

As plantas citadas pelos agricultores nesta pesquisa para tratar os sintomas relacionadas às cólicas menstruais estão descritas na Tabela 1.

Tabela 1. Plantas relacionadas às cólicas menstruais indicadas pelos agricultores. Pelotas, RS, 2009.

Nome científico (nome popular)	Família	Indicação dos entrevistados
<i>Apium</i> sp. (aipim-da-cólca)	Apiaceae	Analgésico, para aliviar dor de estômago, de cabeça e cólica menstrual.
<i>Plectranthus</i> sp. (boldo)	Lamiaceae	Digestivo, para aliviar dor de estômago, cólica menstrual e é tóxico. Para aliviar cólicas menstruais e náuseas.
<i>Cinnamomum</i> sp. (canela)	Laureaceae	Acalmar o organismo, mas demais, prejudica o coração. É um dos componentes para fazer uma pomada para feridas rebeldes. Alivia cólicas menstruais, mas em excesso é tóxica.
<i>Chenopodium ambrosioides</i> (erva-santa-maria)	Chenopodiaceae	Para má digestão, vermífuga; Colocar no chimarrão, para gases, aliviar problemas digestivos, de estômago, cólicas menstruais, dor de cabeça, febre e gripe.
Lamiaceae (hortelã)	Lamiaceae	Diminuir cólicas (adulto e bebê) e cólica menstrual. Em grandes quantidades é abortiva.
<i>Origanum</i> sp. (Manjerona)	Labiatae	Para aliviar cólicas menstruais e é diurética.
<i>Petroselinum crispum</i> (salsa)	Apiaceae	Para aliviar problemas digestivos, gases, indigestão e cólicas menstruais.

---

#### 4 Discussão

Sabemos que nos tempos atuais, em muitas populações o sistema de saúde ainda é precário, e às vezes o único recurso que a população tem acesso são as terapias naturais, momento em que o uso das plantas medicinais se destaca. Porém a forma incorreta e a falta de conhecimentos sobre as plantas podem desencadear problemas graves como intoxicações e até mesmo a morte. Devido a este fato é importante que os profissionais de saúde tenham conhecimentos e subsídios científicos, para dessa forma prestar uma orientação adequada sobre as plantas medicinais. Nessa perspectiva, fez-se necessário pesquisar estudos clínicos e farmacológicos que comprovassem os efeitos das plantas medicinais citadas pelos entrevistados. Para o *Apium graveolens*, não foram encontrados estudos que comprovassem a eficácia relacionada às cólicas menstruais, no entanto, um estudo clínico realizado com camundongos mostrou que o extrato das folhas dessa planta possui atividade anti-inflamatória (MENCHERINI et al, 2007). Sobre o *Plectranthus cylindraceus*, um estudo mostrou que o óleo dessa planta possui atividade antimicrobiana (MARWAH et al, 2007). O extrato (aldeído cinâmico) da canela (*Cinnamomum cassia* Blume) possui atividade antibacteriana contra a *Escherichia coli* (H;KIM; PARK, 2004). Além disso, o *Cinnamomum verum* está entre as plantas aprovadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) como eficaz em perturbações digestivas como cólicas leves, flatulência e sensação de plenitude gástrica (BRASIL, 2010). O *Chenopodium ambrosioides* tem como constituinte químico o ascaridol, que combate especialmente o ascaris lumbricóides, e é composto pelo cineol que possui ação antiinflamatória e expectorante. O ascaridol é uma substância tóxica ao fígado e aos rins. O sumo da planta apresenta também atividade antiinflamatória, cicatrizante e antimicrobiana (MATOS, 2002). Para a Lamiaceae foi identificado a *Mentha villosa* Huds é indicada para o tratamento de cólicas, má digestão e gastroenterites (OLIVEIRA, 2007). Estudos etnofarmacológicos mostraram que as folhas da *Petroselinum crispum* combatem a gripe e resfriados, indigestão, flatulência, distúrbios estomacais e cólicas menstruais (LORENZI, 2008). Estudos etnofarmacológicos evidenciaram que as folhas do *Origanum* sp. são utilizadas no combate a gripe, resfriado, indigestão, flatulência, distúrbios estomacais e cólicas menstruais (LORENZI, 2008). Não foram encontrados estudos farmacológicos para estas duas plantas, e, entretanto estudos baseados no conhecimento popular foram identificados com o mesmo efeito que os entrevistados referiram, o que evidencia que apesar de não existir estudos científicos, esta planta é utilizada em outras localidades para o mesmo fim que os agricultores citaram. Portanto, das sete plantas medicinais citadas, apenas a *Mentha villosa* Huds e *Cinnamomum* sp., possuem estudos científicos que referem a mesma ação terapêutica indicada pelos agricultores entrevistados.

#### 5 Conclusão

Diante da realização da pesquisa e do confronto com a literatura pesquisada sobre as plantas medicinais utilizadas para cólicas menstruais, foi constatado que é difícil encontrar estudos que abordem sobre esta temática, ficando evidente a importância de mais pesquisas para que seja possível utilizar as plantas de forma segura e orientar a população baseada em dados científicos. A enfermagem trabalha muito com a prevenção, promoção e educação em saúde, o que evidencia a necessidade da classe profissional aperfeiçoar-se constantemente sobre as formas terapêuticas

adotadas pela população que assiste. Desta maneira é relevante entender o contexto em que as mulheres estão inseridas, para dessa forma oferecer estratégias de intervenção e apoio que condizem com a sua realidade socioeconômica, incentivando-as a determinar suas próprias metas e comportamentos em saúde.

### Referências

- SMELTZER, S.C.; BARE, B.G.; HINKLE, J.L.; CHEEVER, K.H. et al. **Brunner & Suddarth: Tratado de enfermagem médico cirúrgica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, v. 4, 2009.
- BRASIL. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: Princípios e Diretrizes**. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Medicina Natural e Práticas Complementares – PMNPC**. Resumo executivo. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.
- GOODMAN, LA.; SNOWBALL. S. Annals of Mathematical Statistics. Universidad de Cordoba, **ISEC-ETSIAM**, v.32, n.1, p.148-170, 1999.
- WRIGHT, L.M.; LEAHEY, M. **Enfermeiras e famílias: um guia para avaliação e intervenção em família**. 3.ed. São Paulo: Roca, 2002.
- MENCHERINI, T.; CAU, A.; BIANCO, G.; DELLA, L. R.; AQUINO, R.P. An extract of *Apium graveolens* var. leaves dulce: Structure of the main component, apiin and their anti-inflammatory properties. **J Pharm Pharmacol**, v.59, n.6, p. 891-897, 2007.
- MARWAH, R.G.; FATOPE, M.O.; DEADMAN, M.L.; OCHEI, J.E.; AL-SAIDI, S.H. Antimicrobial activity and the major components of the essential oil of *Plectranthus cylindraceus*. **J Appl Microbiol**, v.103, n.4, p. 1220-1226, 2007.
- H,O.; KIM, S.; PARK, W. Inactivation of *Escherichia coli* O157:H7 by cinnamic aldehyde purified from *Cinnamomum cassia* shoot. **Food Microbiology**, v. 21, n.1, p. 105-110, 2004.
- BRASIL. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA)**. Resolução - RDC nº 10, de 9 de março de 2010 [acesso em 2010 Jun. 12]. Disponível em: <http://www.brasilsus.com.br/legislacoes/rdc/103202-10>
- MATOS, F.J.A. **Farmácias Vivas: Sistema de Utilização de Plantas Medicinais Projetado para Pequenas Comunidades**. 4ª ed. Fortaleza: Editora UFC, 2002. 267p.
- OLIVEIRA, I.G.; CARTAXO, S.L.; SILVA, M.A.P. Plantas Medicinais Utilizadas na Farmacopéia Popular em Crato, Juazeiro e Barbalho (Ceará, Brasil). **Revista Brasileira de Biociências**, v. 5, n.1, p.189-191, 2007.
- LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas Medicinais no Brasil - Nativas e Exóticas**. Nova Odessa (SP): Instituto Plantarum, 2008.