

BUSCANDO O CONHECIMENTO SOBRE O ALECRIM

PIRES, Charlene Garcia¹; CEOLIN, Teila²

¹Graduanda do 9º semestre da Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel); Email: enf_cpirez@yahoo.com.br. ²Mestre em Enfermagem. Professora Assistente da FEn/UFPel. Email: teila.ceolin@ig.com.br.

1 INTRODUÇÃO

Em busca do processo de cura, manutenção de boa condição de saúde e da prevenção de doenças, as pessoas utilizam os mais variados recursos, aliados ou não a métodos farmacológicos e a prática medicocêntrica. Dos recursos utilizados, a principal e mais conhecida são as plantas medicinais.

A fitoterapia é uma terapêutica baseada na utilização de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas. Essa prática é conhecida há vários séculos (BRASIL, 2006).

Através de relatos da literatura, em nosso país, essa cultura começou a ser difundida pelos indígenas que aqui viviam, antes da colonização européia. Todavia, não só os índios tinham conhecimentos acerca de produtos vegetais, como também os colonizadores, que ampliaram a diversidade de plantas utilizadas no Brasil com finalidade terapêutica, através das plantas nativas trazidas de suas origens (LORENZI; MATOS, 2002).

Levando em conta que a maior biodiversidade do mundo está no Brasil, que o uso de plantas medicinais aqui, é baseado na maioria das vezes no conhecimento tradicional e que se tem recursos tecnológicos para investir cientificamente neste conhecimento, pode-se dizer que o país é um forte pólo para o desenvolvimento dessa terapêutica (BRASIL, 2006).

Em vista disso e da larga utilização dessa terapêutica, entre outras práticas integrativas e complementares à saúde, na rede pública de muitos municípios e estados, o governo federal aprovou a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), em junho de 2006 (BRASIL, 2006; BRASIL, 2007).

Atualmente o principal alicerce do uso das plantas medicinais é o acúmulo de informações advindas de sucessivas gerações, nas quais o gênero marcante é o feminino, evidenciando a importância das mulheres na difusão desse saber entre as gerações e a responsabilidade pela efetivação do cuidado de suas famílias (CEOLIN et al., 2011).

Muitas vezes esse cuidado informal à saúde é realizado simultaneamente a assistência do sistema formal, quando o usuário faz uso tanto de plantas medicinais, como dos medicamentos industrializados (CEOLIN et al., 2011). Nesse contexto é de extrema importância que o enfermeiro conheça os métodos de cuidado utilizados pelo usuário, afim de que a assistência formal aliada à informal proporcione apenas benefícios para o mesmo.

A consulta de enfermagem é um bom momento para o enfermeiro investigar as práticas de saúde adotadas pelos usuários, na qual ele pode prescrever cuidados, aliados a prescrição médica, inclusive o uso de medicamentos fitoterápicos. Porém, para isso, é preciso que os profissionais conheçam as propriedades das plantas e não se baseiem apenas em seu conhecimento empírico.

O Conselho Federal de Enfermagem (COFEn)/BR através da Resolução 197/97, institui e reconhece as terapias alternativas/complementares como

especialidade e/ou qualificação do profissional enfermeiro, desde que este tenha concluído e sido aprovado em curso reconhecido por instituição de ensino ou entidade congênera, com carga horária mínima de 360 horas (COFEn, 1997).

Considerando a importância das plantas medicinais e sabendo-se da necessidade de obter conhecimento científico, buscou-se na literatura, informações e propriedades farmacológicas acerca da planta conhecida popularmente por alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.).

2 MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi uma proposta avaliativa e requisito parcial para a aprovação na disciplina: "Terapias complementares com ênfase em plantas medicinais", a qual é oferecida como optativa para os alunos de graduação da UFPel. Nesta perspectiva, os alunos tinham a livre escolha pela planta que gostariam de abordar. A acadêmica que realizou este estudo escolheu o *alecrim* por ser uma planta a qual ela admirava no jardim de sua mãe, impressionava-se com o seu aroma, além de considerá-la como excelente condimento no preparo de seus alimentos.

Realizou-se uma busca literária no mês de junho de 2011, em livros específicos de plantas medicinais e fitoterápicos; periódicos *on-line* com a palavra-chave *Rosmarinus officinalis* L., focando nas informações etnobotânicas, estudos farmacológicos e clínicos com ênfase nos principais usos da planta.

Os principais achados foram apresentados à disciplina e encaminhados para evento científico.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Alecrim é nome popular para a planta de nome científico *Rosmarinus officinalis* L., a qual também é conhecida por alecrim-comum, alecrim-de-casca, alecrim-de-cheiro, alecrim-de-horta, alecrim-de-jardim, alecrim-rosmarinho, flor-de-olimpico, rosa-marinha, rosmarinho e rosmarino (FRANCO, 2005; LORENZI, 2010).

A planta pertencente a família Lamiaceae tem por característica porte pequeno, é subarborescente, pouco ramificada e mede até 1,5m de altura. Possui folhas muito aromáticas e flores azulado-claras. É nativa da região Mediterrânea e seu cultivo pode ser feito a partir de mudas preparadas por estaquia ou mergulhadas. Pode viver de 8 a 10 anos (LORENZI, 2010).

É usada como condimento para carnes e massas através das folhas, flores e frutos secos e triturados e também para fins aromáticos e medicinais (FRANCO, 2005).

Na medicina tradicional, através de relatos da literatura etnofarmacológica esta planta é utilizada na forma de chá do tipo infusão, servindo como medicação para os casos de má digestão, flatulência, cefaléia, dismenorréia, fraqueza e memória fraca. Estudos trazem o uso no tratamento caseiro nos casos de hipertensão, problemas digestivos, inapetência e, externamente, nos sintomas de reumatismo (LORENZI, 2010).

Em ensaios farmacológicos teve propriedades comprovadas como espasmolítica sobre a vesícula e o duodeno, colerética, protetora hepática, e antitumoral. Em suas folhas encontra-se óleo essencial constituído de uma mistura de componentes voláteis que é responsável pelo seu odor típico. Em uso tópico local é considerada cicatrizante, antimicrobiana contra *Staphylococcus* e *Monilia* e

estimulante do couro cabeludo. Por via oral é diurético, colerético, carminativo e também antiinflamatório intestinal, sendo o uso do seu chá recomendado inclusive para o tratamento de cistite e de hemorróidas inflamadas (LORENZI, 2010).

Pode ser utilizada na forma de chá de infusão, banhos e uso tópico. O chá deve ser feito com uma colher de chá (cerca de 2g) das folhas postas em infusão (abafado) com água fervente, em quantidade suficiente para uma xícara média. É recomendado beber uma xícara três vezes ao dia. Para uso em banhos e lavagens locais, faz-se um chá abafado com 50g das folhas em um litro de água, deixar em infusão por 30 minutos, coar e adicionar a água do banho. Para massagens em locais algícos, é indicado o óleo de alecrim várias vezes ao dia (FINTELMANN; WEISS, 2010; LORENZI, 2010).

A planta possui efeito estimulante, por isso o banho de alecrim é recomendado pela manhã (FINTELMANN; WEISS, 2010).

Apesar de ser pouco tóxica, a ingestão de grande quantidade das folhas pode provocar intoxicação com aparecimento de sono profundo, espasmos, gastroenterite, hematúria, irritação nervosa e nas doses maiores, pode levar a morte (LORENZI, 2010).

Na busca em periódicos, foram encontrados poucos trabalhos que abordassem especificamente o *Rosmarinus officinalis* L. Dos trabalhos encontrados que relacionavam a planta a propriedades terapêuticas destacam-se os achados que comprovam a ação antimicrobiana, cicatrizante, ação sobre a caspa, prevenção da calvície e a atividade antifúngica de seus óleos voláteis, os quais são de grande importância econômica. Destaca-se a ação fungicida no combate a *Saccharomyces cerevisiae*, *Penicillium digitatum* e *Candida albicans* (*in vitro*), este, responsável por afecções em humanos (NASCIMENTO et al., 2000; FENNER et al., 2006).

4 CONCLUSÃO

Esta proposta da disciplina auxilia na formação do acadêmico, ampliando seu campo de conhecimento acerca da utilização das plantas medicinais e fitoterápicos.

Mesmo que se traga o saber popular sobre a utilização dos produtos vegetais, é importante que se tenha um embasamento científico para que se aproveite melhor as informações e assim, na prática da enfermagem, possa contribuir para a melhora da condição de saúde dos usuários com informações seguras e precisas.

Na busca pelo conhecimento acerca das propriedades farmacológicas do *alecrim* descobriu-se que a planta é indicada para vários sintomas, as quais para a acadêmica eram desconhecidas. Considera-se importante este tipo de trabalho para a atuação profissional do enfermeiro nos esclarecimentos de dúvidas que os usuários possam ter em relação a diversas plantas medicinais.

De acordo com o COFEn (1997), a indicação de plantas medicinais restringe-se apenas aos profissionais que tem especialização, mas não impede aos demais, orientar aos usuários quanto ao uso indiscriminado das plantas medicinais e fitoterápicos, esclarecendo suas dúvidas.

5 REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2007.

CEOLIN, T.; HECK, R.M.; BARBIERI, R.L.; SCHWARTZ, E.; MUNIZ, R.M.; PILLON, C.N. Plantas medicinais: transmissão do conhecimento nas famílias de agricultores de base ecológica no Sul do RS. **Rev Esc Enferm USP**, v. 45, n. 1, p. 47-54, 2011.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM (COFEn). Resolução 197/1997. Dispõe sobre as terapias alternativas. Disponível em: <<http://www.abenanacional.com.br/Resolucao%20COFEN%20197%201997.pdf>>. Acesso em: 28 jun. 2011.

FENNER, R.; BETTI, A.H.; MENTZ, L.A.; RATES, S.M.K. Plantas utilizadas na medicina popular brasileira com potencial atividade antifúngica. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas *Brazilian Journal of Pharmaceutical Sciences***, v. 42, n. 3, p. 369-94, 2006.

FINTELMANN, V.; WEISS, R. F. **Manual de fitoterapia**. 11ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2010.

FRANCO, I. J. **Ervas e plantas: a medicina dos simples**. Erechim: Ed. Livraria Vida Ltda, 10 ed., 2005.

LORENZI, H., MATOS F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. São Paulo: Instituto Plantarum; 2002.

LORENZI, H. **Plantas medicinais no Brasil: nativas exóticas**. 2ª ed. São Paulo: Instituto Plantarum, 2008.

NASCIMENTO, G.G.F.; LOCATELLI, J.; FREITAS, P.C.; SILVA, G.L. Atividade antibacteriana de extratos vegetais e fitoquímicos ON bactérias resistentes aos antibióticos. **Braz. J. Microbiol.** São Paulo, v.31, n.4, p. 247-56, out.-dez, 2000.