



PLANTANDO O HOJE: AÇÕES EXTENSIONISTAS NO PROCESSO DE REABILITAÇÃO ATIVA

*Camilla de Melo Silva,
Emerson Araújo Do Bú,
Maria Edna Silva Alexandre,
Roseane Christhina da Nova Sa Serafim,
Cristina Ruan Ferreira Araújo*

RESUMO

Desde os primórdios o homem busca fazer uso da natureza, principalmente dos recursos advindos da flora, como fonte medicinal no tratamento de algumas doenças. Pesquisas realizadas sobre essa temática revelam, desta forma, um hábito milenar do servir-se do poder das plantas para artesanalmente curar enfermidades, o que desvela modos de pensar, ser e agir do sujeito. Nesse sentido, cientes da importância e viabilidade do uso das plantas medicinais como mais um meio de tratamento de diversos problemas de saúde, buscou-se voltar a atenção do presente trabalho para uma instituição que visa a reabilitação de pessoas com uso problemático de drogas lícitas e/ou ilícitas, a Fazenda do Sol, situada em Campina Grande – Paraíba. Assim, desenvolveram-se, por meio de trabalhos de sensibilização e estratégias educativas, atividades envolvendo o plantio, cultivo, colheita e uso racional de plantas medicinais. Tais ações objetivaram difundir os princípios e práticas da fitoterapia, propiciando aos internos a possibilidade de implantação de pequenos modos de produção comunitários, como hortas medicinais no entorno da Fazenda, cujos produtos, após o beneficiamento, poderiam ser usados para o autoconsumo orientado. Quanto aos resultados, destaca-se a construção do conhecimento sobre o plantio, cultivo e colheita adequada das plantas medicinais pelos participantes do projeto de extensão, bem como o suporte técnico ofertado pelos extensionistas para adequação das hortas da fazenda. Salienta-se ainda que, por meio de um questionário e das falas dos participantes durante os encontros, foi possível identificar os principais sintomas relacionados à abstinência de drogas e, assim, sugerir, a partir da contribuição de um farmacêutico com formação específica, o uso adequado de plantas medicinais para amenizá-los. Além disso, esse projeto de extensão suscitou a necessidade de um trabalho que seja desenvolvido com esses sujeitos, para além da condição de pessoa com uso problemático de álcool e outras drogas, compreendendo que os aspectos que os definem não são apenas o uso de determinada substância, mas suas vivências, experiências, histórias de vida e a forma como se posicionam diante delas, resgatando, inclusive, sua autoestima.

Palavras-chave: Plantas medicinais. Fitoterapia. Práticas Integrativas e Complementares

SPREADING THE SEED OF TODAY: EXTENSIONIST ACTIONS FOR ACTIVE REHABILITATION

ABSTRACT

From the earliest times, man seeks to make use of nature, especially of the resources derived from the flora, as a medicinal source in the treatment of some diseases. Research carried out on this subject reveals, in this way, an age-old habit of using the power of plants to cure illnesses in an artisanal way, which reveals ways of thinking, being and acting of the man. In this sense, aware of the importance and viability of the use of medicinal plants as one more means of treatment of several health problems, we sought to return the attention of the present study to an institution that aims at the rehabilitation of people with problematic use of licit drugs and/or illicit, the *Fazenda do Sol*, located in *Campina Grande - Paraíba*. Thus, activities involving the planting, cultivation, harvesting and rational use of medicinal plants were developed through sensitization techniques and educational strategies. These actions aimed at spreading the principles and practices of phytotherapy, giving the inmates the possibility of implementing small community production methods, such as vegetable gardens around the farm, whose products, after processing, could be used for self-directed consumption. As results, the construction of knowledge about the planting, cultivation and adequate harvesting of medicinal plants by the participants of the extension project, as well as the technical support offered by the extension workers for the farm gardens adequacy, stand out. It is also pointed out that through a questionnaire and the participants' speeches during the meetings, it was possible to identify the main symptoms related to drug abstinence and thus to suggest, based on the contribution of a specific trained pharmacist, the appropriate use of medicinal plants to soften them. In addition, this extension project has raised the need for a work that is developed with these people, in addition to the condition of a person with problematic use of alcohol and other drugs, understanding that the aspects that define them are not only the use of a certain substance, but their experiences, experiences, life histories and the way they stand before them, even recovering their self-esteem.

Keywords: Medicinal plants. Phytotherapy. Integrative and Complementary Practices

PLANTANDO HOY: ACCIONES EN EL PROCESO DE REHABILITACIÓN ACTIVO

RESUMEN

Desde el principio el hombre busca hacer uso de la naturaleza, especialmente la aparición de los recursos de la flora, como fuente medicinal en el tratamiento de algunas enfermedades. La investigación sobre este tema revelan así una antigua costumbre de servir el poder de las plantas para curar enfermedades artesanalmente, lo que revela formas de pensar, ser y actuar del sujeto. En este sentido, conscientes de la importancia y la viabilidad de la utilización de plantas medicinales como un medio adicional de tratamiento de diversos problemas de salud, hemos tratado de volver a este trabajo la atención de una institución que tiene como objetivo la rehabilitación de personas con uso problemático de drogas ilícitas y/o ilegal, la *Fazenda do Sol*, situado en *Campina Grande - Paraíba*. Así se han desarrollado a través de trabajos de las estrategias técnicas y educativas, las actividades relacionadas con la siembra, el cultivo, la cosecha y el uso

racional de las plantas medicinales. Tales acciones destinadas a difundir los principios y prácticas de la medicina a base de hierbas, lo que lleva a la interna la posibilidad de desarrollar pequeños modos comunitarios de producción, como jardines que rodean la finca, cuyos productos después de la transformación, se pueden utilizar para autoconsumo dirigida al practicar cuidado y/o como una fuente de ingresos. Como resultados, se destaca la construcción del conocimiento sobre la plantación, cultivo y cosecha adecuada de las plantas medicinales por los participantes del proyecto de extensión, así como el soporte técnico ofrecido por los extensionistas para adecuación de las huertas de la hacienda. Se destaca, que por medio de un cuestionario y de las declaraciones de los participantes durante los encuentros, fue posible identificar los principales síntomas relacionados con la abstinencia de drogas y así sugerir, a partir de la contribución de un farmacéutico con formación específica, el uso adecuado de plantas medicinales para su mitigación. Además, este proyecto de extensión suscitó la necesidad de un trabajo que se desarrolla con estos sujetos, además de la condición de persona con uso problemático de alcohol y otras drogas, comprendiendo que los aspectos que los define no son sólo el uso de determinada sustancia pero sus vivencias, experiencias, historias de vida y la forma en que se posicionan ante ellas, rescatando incluso su autoestima.

Palabras clave: Plantas medicinales. Fitoterapia. Prácticas integrales y complementarias.

INTRODUÇÃO

O uso das plantas com fins terapêuticos está longe de ser uma novidade. Independente do espaço geográfico, desde os primórdios, verifica-se que os recursos naturais se constituem como fonte nutritiva de baixo custo para sociedade, além de agregar valor como fonte medicinal na cura de algumas doenças (SILVA et al., 2008; SANTOS-LIMA et al., 2016). Por meio dos conhecimentos passados de geração a geração, no cotidiano das práticas sociais, percebe-se que, no uso medicinal das plantas, ecoa notável herança do conhecimento tradicional instituído pela cultura do povo indígena, dos quilombolas ou de quaisquer outros povos e comunidades. O hábito milenar de se servir do poder das plantas para curar enfermidades, de modo tradicional, desvela modos de pensar, ser e agir (PIRES et al., 2014; SANTOS-LIMA et al., 2016).

A este respeito, afirma-se que a proliferação dessa prática popular dá-se por meio da transmissão oral em todo percurso histórico da humanidade (FIRMO et al. 2011). Esse tipo de prática tem despertado o interesse acadêmico e científico de muitos estudiosos (ALCANTARA, JOAQUIM, SAMPAIO, 2016; ARGENTA et al., 2011; AMOROZO, 1996; BRASIL, 2012; FIRMO et al 2011). A cultura do saber comum, nesse sentido, alimenta a cultura do saber acadêmico e técnico-científico, na medida em que as práticas sociais servem de matéria prima para legitimar a lógica do saber sistemático.

As pesquisas realizadas institucionalizaram modos de ser e estar, ao mesmo tempo que passaram a valorizar o saber comum, os estilos de vida balizados por modos de produção, cuidado e consumo que desembocam no campo da saúde. No domínio da saúde pública e coletiva, preconiza-se a integração entre saberes populares e saberes científicos, com vistas a aperfeiçoar a compreensão do uso das plantas medicinais, a

promoção de saúde e a prevenção de agravos (ALCANTARA, JOAQUIM, SAMPAIO, 2016).

Nessa perspectiva, orientada pelos Princípios e Diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS), em 2006, com foco na Atenção Primária à Saúde (APS), a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) é aprovada no Brasil. Em paralelo, também em 2006, por decreto presidencial, com diretrizes e ações para toda a cadeia produtiva de plantas medicinais e fitoterápicos aprovou-se a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), já que a autorização da PNPIC promoveu o desenvolvimento de políticas, programas e projetos em todas as instâncias governamentais (BRASIL, 2006; BRASIL, 2012).

Nesse contexto, ao se consultar a PNPMF, instituída pelo Ministério da Saúde, pode-se verificar que as plantas medicinais e seus derivados constituem-se como os principais recursos terapêuticos da medicina complementar e tradicional. Esse tipo de recurso natural vem sendo utilizado pela população brasileira no exercício do autocuidado, até mesmo nas práticas clínicas legitimadas pelos programas públicos de Fitoterapia que o SUS preconiza e disponibiliza (BRASIL, 2009).

De acordo com as diretrizes do Ministério da Saúde, as ações implementadas no território da Atenção Básica buscam ampliar a oferta dos serviços e produtos relacionados às práticas fitoterápicas, tudo de forma responsável e segura por intermédio de profissionais de saúde, considerando-se o sujeito em sua singularidade e inserção sociocultural, sendo possível, desse modo, promover a integralidade da atenção (BRASIL, 2012; LIMA, et al., 2015).

Nesse sentido, cientes da importância e viabilidade do uso das plantas medicinais como mais um meio de tratamento de diversos problemas de saúde, além de uma estratégia de cuidado pessoal e/ou coletivo, buscou-se voltar a atenção do presente trabalho para uma instituição que visa a reabilitação de pessoas que têm ou tiveram uma relação problemática com drogas lícitas e/ou ilícitas, a Comunidade Terapêutica Fazenda do Sol, situada em Campina Grande – PB. Trata-se de um espaço comunitário de grande visibilidade pelo trabalho prestado e que depende do auxílio de diversos segmentos sociais, como o da universidade por meio de suas ações extensionistas, para continuar realizando a devida proposta de trabalho junto aos seus usuários.

A Fazenda do Sol recebe, há treze anos, pessoas que fazem ou fizeram uso problemático de substâncias psicoativas. Acolhem-se sujeitos que passam por um tratamento de cerca de doze meses – por vezes chegando a mais tempo, conforme se faça pertinente. Segundo o coordenador da instituição, o trabalho realizado com os internos é sustentado por três pilares: a religiosidade, a terapia ocupacional e a convivência. A partir de uma observação sistemática da referida instituição, constatamos que em sua rotina há um conjunto de atividades desenvolvidas diariamente pelos internos, tornando-os, pois, protagonistas e corresponsáveis na gestão do cuidado de si e do outro. Considera-se pertinente destacar que essa comunidade abre espaço para trabalhos que não se limitam diretamente à filosofia que sustenta suas práticas, propiciando, assim, a possibilidade de diálogo e atuação da universidade e suas atividades extensionistas.

Sabe-se que fomentar e realizar atividades acadêmicas direcionadas pela lógica da extensão universitária possibilita encontros de diversas ordens entre os atores e suas concepções de mundo, saúde e doença; e, no que concerne à formação acadêmica na área da saúde, a experiência vivenciada por meio da aprendizagem em ato configura-se

como espaço profícuo para o exercício de práticas interdisciplinares, concernentes às diretrizes e políticas nacionais (BRASIL, 2006; LIMA et al., 2015; ARAÚJO, et al., 2015).

Nesse sentido, visando a colaborar com as práticas do referido espaço, desenvolveu-se, por meio de trabalhos de sensibilização e estratégias educativas, atividades voltadas para o plantio, o cultivo, a colheita e uso racional de plantas medicinais. Essas ações objetivaram difundir os princípios e práticas da fitoterapia, propiciando aos internos a possibilidade de implantação de pequenas produções comunitárias, como as hortas medicinais no entorno da Fazenda, cujos produtos podem ser usados para o autoconsumo orientado.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência resultante das atividades realizadas a partir de uma proposta de extensão universitária promovida na cidade de Campina Grande, PB, com trinta usuários (homens) do serviço oferecido pela Fazenda do Sol, comunidade terapêutica sem fins lucrativos que visa o tratamento e ressocialização de sujeitos com uso problemático de álcool e outras drogas.

Ressalta-se que tal atividade de extensão fora desenvolvida por alunos dos cursos de Psicologia e Medicina do Programa de Educação Tutorial (PET) – Conexões de Saberes/Fitoterapia da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) – que voltaram a atenção às questões subjetivas, comportamentais e sintomatológicas relacionadas ao uso de drogas e, em alguns casos, ao processo de abstinência, apresentadas pelos participantes da proposta extensão; e por alunos do curso de Agronomia do Programa de Educação Tutorial – Agronomia – da mesma universidade, que deram suporte técnico nos momentos referentes ao espaço da horta, orientando os internos com relação ao manejo correto da terra para o plantio das plantas medicinais. Todos os discentes envolvidos foram acompanhados e supervisionados por seus respectivos tutores.

A atividade extensionista aconteceu durante os meses de junho e julho de 2015 – tempo limite disponibilizado pela instituição para essa atividade, o que levou os extensionistas a criarem um plano de trabalho adequado às demandas do grupo e ao tempo reduzido. Os alunos contaram com o acompanhamento de um farmacêutico com atuação voltada para as práticas integrativas e complementares, plantas medicinais e homeopatia. Este pôde contribuir não só com uma orientação voltada às propriedades farmacológicas, mas também com a análise das plantas já existentes no local e com a orientação acerca de seu uso.

Adotou-se como metodologia norteadora da presente ação extensionista a Pesquisa-ação que, segundo Thiollent (1987), caracteriza-se como um tipo de pesquisa social realizada em associação com a resolução de um problema coletivo. Essa metodologia mostra-se eficaz quando aplicada para uma melhor formação profissional, inclusive em projetos de extensões universitárias.

Assim, antes do desenvolvimento da atividade aqui relatada, os discentes visitaram o local onde foi realizado o trabalho, com o propósito de conhecer o espaço e compreender a forma de vivência e experiências do grupo em questão, uma vez que aquele se tratava da casa (ainda que temporária) de tal grupo. Há um rigor com relação às atividades e horários dos internos, o que justifica a necessidade de termos um conhecimento prévio a respeito do funcionamento da instituição e sua dinâmica.

Durante as duas primeiras visitas, após diálogo prévio de apresentação, propôs-se a aplicação de um questionário (ANEXO I) junto aos internos para que fosse possível apreender qual o nível de seu conhecimento com relação à Fitoterapia e ao uso das plantas medicinais. Além disso, buscou-se identificar o problema que os levou à Fazenda do Sol – visando a trabalhar a singularidade dos participantes, utilizando-se de estratégias coletivas, mas sem perder de vista as questões individuais que compõem o todo – e quais os principais sintomas, biológicos e/ou psicológicos, identificados no processo inicial da reabilitação e conseqüente afastamento das substâncias psicoativas que faziam parte de suas práticas. O questionário também serviu para analisar o interesse do grupo com relação ao trabalho proposto e, assim, para além das questões objetivas, despertar a empatia do coletivo para com o nosso trabalho.

Realizados os procedimentos iniciais de pesquisa de campo, os extensionistas e supervisores analisaram os dados coletados a partir da observação participante e do questionário proposto, confrontando-os com a literatura pertinente. Tendo por base as informações obtidas e os estudos realizados, buscou-se identificar, junto aos participantes da extensão, quais as plantas eram de fácil acesso para eles, levando em consideração as que já eram cultivadas na Fazenda, bem como avaliando a dificuldade de cultivo e manuseio. Isto se fez necessário para que as oficinas e práticas fossem direcionadas, ao máximo, para a realidade deste grupo e o que ele demandava.

Esse trabalho foi realizado na referida comunidade terapêutica com os internos em processo de reabilitação que aceitaram participar da atividade, tendo como aparato metodológico a realização de oficinas, rodas de conversas e demonstrações práticas direcionadas pelos extensionistas de Psicologia, Medicina, Agronomia e seus respectivos supervisores, além do farmacêutico especializado. As atividades realizadas envolveram temas que contemplavam o esclarecimento a respeito do plantio, cultivo, manejo, colheita e utilização adequada das plantas medicinais em função de possíveis necessidades de saúde dos sujeitos, assim como, outros aspectos que estavam relacionados aos mesmos – atravessamentos que ultrapassavam a problemática das drogas.

Os internos foram convidados para participar das atividades através de informes feitos na Fazenda do Sol pelos discentes participantes do projeto, mas acompanhados pela coordenação da comunidade, no que diz respeito ao modo como o trabalho se daria para eles. Ao final de cada encontro, os extensionistas abriam um espaço de avaliação coletiva a serem realizadas pelos participantes no que tange às impressões que eles construíaam acerca do que foi apresentado e ouviam sugestões e/ou críticas para as próximas etapas da atividade, destacando-se, assim, o caráter de construção contínua e participativa da extensão.

O terceiro momento da extensão (ou o primeiro momento de prática) foi desenvolvido a partir de uma roda de conversas, na qual se pôde discutir, com a participação do farmacêutico e sua contribuição teórico-prática, as plantas medicinais identificadas como sendo próximas das práticas cotidianas e conhecidas pelos participantes. A quarta ida à Fazenda, por sua vez, foi marcada pela visita técnica dos estudantes do curso de Agronomia. Nesse momento, os extensionistas juntaram-se aos internos e, a partir dos saberes que o público alvo apresentava, foram propostas estratégias para o plantio e a manutenção da horta já existente, além das formas de colheitas adequadas.

A quinta atividade realizada foi facilitada pelos discentes do PET-Fitoterapia, e nesta foram construídos, a partir de uma oficina participativa, os “muais do cuidado” enquanto ferramenta para a retomada do que se discutira até o momento – em tais

murais, produzidos pelos internos, constavam as plantas que utilizavam no cotidiano, o modo de como eram utilizadas. A última atividade desenvolvida, mediada por uma discente concluinte do curso de Psicologia da UFCG, utilizou uma técnica com a qual, por meio de perguntas disparadoras, foram apreendidos posicionamentos dos participantes no que tange às suas habilidades e potenciais; como estes poderiam ser usados; e, finalmente, o que os mesmos poderiam afirmar sobre a utilização das plantas medicinais após toda a atividade extensionista.

A coleta dos dados para a análise do impacto da extensão deu-se por meio de técnicas de pesquisa que visaram a verificar o efeito de mudança prática da atividade no cenário em questão. Assim, utilizou-se da aplicação de questionários e da observação sistemática do cenário em questão, sendo transcritas percepções, inquietações, questionamentos e informações obtidas em um diário de campo, entendendo-o como um instrumento de apoio ao qual o pesquisador pode recorrer em qualquer momento da rotina do trabalho realizado (GIL, 2008). No que se refere ao tratamento do material coletado, optou-se pela análise qualitativa, confrontando os resultados obtidos na extensão com a literatura pertinente, de modo a extrair as convergências, divergências e novas perspectivas acerca do tema abordado.

Destaca-se que os dados foram coletados após a autorização do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos do Hospital Universitário Alcides Carneiro, da Universidade Federal de Campina Grande, sob o número de parecer 026219/2015 e Certificado de Apresentação para Apreciação Ética – CAAE: 43598615.9.0000.5182, sendo necessária a autorização de cada participante, mediante a assinatura do termo de assentimento livre e esclarecido – TALE – como prevê a Resolução nº 466/12 que trata de pesquisa e testes em seres humanos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme descrito na metodologia do presente trabalho, as duas primeiras visitas realizadas à Fazenda do Sol foram utilizadas para a aplicação de questionários que objetivavam o conhecimento do público atendido. Cabe mencionar que, diante das respostas dadas e de sua análise, pudemos aferir que grande parte dos internos, vinte e um homens, haviam chegado à comunidade terapêutica em decorrência do uso abusivo de álcool, além do uso paralelo de algumas drogas ilícitas que não foram mencionadas; seis homens sinalizaram o uso da maconha combinada com álcool; e o *crack* foi mencionado por três dos internos.

A respeito de quais os principais sintomas apresentados por eles nos primeiros dias após a chegada na Fazenda e, claro, após o afastamento brusco das substâncias que utilizavam, além daqueles que persistiam por mais tempo, aferiram-se alguns em comum. Dos incômodos – físicos e emocionais – explicitados, os mais frequentes, em ordem decrescente, foram dor de cabeça, aparecendo em vinte sete questionários; irritabilidade, em vinte e dois; diarreia, mencionada em quinze; ansiedade, aparecendo em doze; insônia, nove vezes; e náuseas, sendo mencionada em cinco. Os demais sintomas referidos apareceram de maneira específica e/ou solitária.

Dentre as questões mais importantes para a presente discussão, colocamos para os internos perguntas relacionadas à Fitoterapia e plantas medicinais. Nenhum deles conhecia a prática fitoterápica enquanto *termo*, mas todos sinalizaram que já haviam feito uso das plantas medicinais – sendo utilizadas em casa e, naquele momento, também na

Fazenda – diante do que compreendemos que poderíamos levar-lhes o conhecimento científico, mas que partiríamos, principalmente, do que eles nos traziam enquanto práticas individuais e/ou coletivas. Dentre as plantas encontradas, destacam-se a camomila (*Matricaria recutita*, mencionada dezenove vezes), o boldo (*Peumus boldus*, mencionado 14 vezes), o capim-santo (*Cymbopogon citratus*, mencionado dezoito vezes), a hortelã da folha miúda (*Mentha villosa*, mencionada nove vezes), a erva cidreira (*Melissa officinalis*, mencionada treze vezes) e a babosa (*Aloe vera*, mencionada seis vezes). A partir da descrição de sintomas e das plantas medicinais conhecidas pelos internos e disponíveis na Fazenda, buscamos na literatura algumas informações sobre os possíveis usos e de que modo poderia ser aliado ao que estava sendo posto. Assim, conforme Matos (2007), identificamos a camomila e sua propriedade anti-inflamatória e ação levemente ansiolítica e sedativa – podendo contribuir com a diminuição da ansiedade, insônia e irritabilidade – assim como o capim-santo e sua ação analgésica e útil no alívio de cólicas intestinais – agindo nas dores de cabeça e diarreias – e, dentre outras plantas, a hortelã da folha miúda – que pode ser utilizada para o tratamento de náuseas.

Passado o momento da aplicação de questionários e análise de seus dados, realizou-se o primeiro encontro prático da extensão, que contou com a presença e colaboração de um farmacêutico e professor doutor da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB) com pesquisas na área de fitoterapia, plantas medicinais e homeopatia. No grande círculo de conversa, introduziu-se o tema – plantas medicinais – e logo estabeleceu-se um diálogo com os participantes, que contribuíram sobremaneira para o desenvolvimento da atividade, questionando sobre o uso de tais plantas e, principalmente, relatando experiências com elas. Assim, esse diálogo enriqueceu o encontro, reafirmando a pertinência do tema para a realidade de cada um e do grupo como um todo.

No primeiro momento prático da atividade, realizou-se uma caminhada com todo o grupo pelo entorno da Fazenda e também pela horta. O propósito foi identificar as espécies de plantas medicinais presentes no local e, desse modo, aproximar ainda mais o tema à realidade daqueles indivíduos que, durante todo o percurso, continuaram dialogando de maneira fluída com os integrantes do PET/Fitoterapia e o professor colaborador. Dentre as questões colocadas, surgiu o próprio uso de chás na rotina da Fazenda (estes são preparados por internos responsáveis pela cozinha, por meio de infusão ou decocção), que se usam, em sua maioria, para a substituição de bebidas como o café, além do uso terapêutico e medicamentoso. Nesse momento orientou-se o manuseio e uso, conforme eram mencionadas as plantas mais utilizadas.

Após a identificação das plantas medicinais, diversos relatos foram apresentados pelos participantes – principalmente sobre a eficácia das plantas para tratar determinadas doenças. Cada uma foi discutida individualmente a partir de seus benefícios e malefícios, tendo ficado claro que o público-alvo detém grande saber a respeito das plantas medicinais. Isso revela que o conhecimento científico socializado pelos extensionistas e colaboradores surge para corroborar o conhecimento tradicional/popular.

O segundo momento prático da atividade foi marcado pela colaboração dos integrantes do PET Agronomia da UFCG. Nesse momento, pudemos unir ainda mais os saberes, trazendo as especificidades da Agronomia para corroborar o que já vinha sendo proposto. Desse modo, a partir da visita técnica à horta da Fazenda, os colaboradores inspecionaram as plantações, apontaram as formas adequadas e inadequadas em relação ao seu manejo, e, por fim, orientaram os internos a respeito do que estava sendo colocado.

A partir desse diálogo e das demonstrações práticas no espaço, o público-alvo se fez atuante e demonstrou ter conhecimento prévio a respeito do manejo das plantas, ainda que tal conhecimento não fosse técnico ou orientado cientificamente. Desse modo, pudemos construir o saber de maneira horizontal e perpassado por vivências e práticas anteriores, tornando os homens ali presentes protagonistas da atividade extensionista. Os internos, em sua maioria os responsáveis pela horta, sanaram dúvidas e se mostraram interessados em adequar o espaço de acordo com o que fora proposto e discutido com os discentes de Agronomia.

O terceiro momento prático da atividade ficou sob a responsabilidade dos alunos do PET Fitoterapia, com a supervisão da tutora. A dinâmica do encontro deu-se a partir de uma roda de conversas na qual se abordou o uso das plantas medicinais escolhidas pelos usuários, extensionistas e profissionais, tendo em vista o critério do fácil acesso por parte dos internos, as discussões anteriores e as propriedades farmacológicas apontadas pelo farmacêutico. A utilização de tal recurso metodológico pautou-se na forma dialógica de se trabalhar conhecimentos próprios dos participantes acerca da temática. Nesse sentido, ao passo que se tentou sensibilizar o público sobre o uso racional de tais plantas, pôde-se também apreender como se fazia popularmente o uso delas.

No início da roda foram dispostas cinco cartolinas no meio das cadeiras, que estavam em forma de círculo, e distribuíram-se imagens das plantas que seriam trabalhadas, assim como de possíveis sintomas a serem tratados com o uso de tais plantas. Destaque-se que as plantas trabalhadas foram a camomila (*Matricaria recutita*); o boldo (*Peumus boldus*); o capim-santo (*Cymbopogon citratus*); a hortelã da folha miúda (*Mentha villosa*); a erva cidreira (*Melissa officinalis*) e a babosa (*Aloe vera*).

Os participantes foram questionados sobre o uso das cinco plantas, individualmente, e por meio do diálogo sobre as melhores formas de tratamento de sintomas, preparo e dosagem; foram confeccionados cartazes (os “murais do cuidado”) pelos próprios internos com informações claras e acessíveis sobre o uso adequado das plantas supracitadas. A construção dos murais (Quadro 1: Construção dos murais de cuidado) apresentou-se como fruto do momento desenvolvido, pois todos que fazem e que farão uso do serviço oferecido pela Fazenda do Sol poderão a eles recorrer quando tiverem dúvidas e/ou curiosidades sobre a temática.

Quadro 1: Construção dos murais de cuidado.



Fonte: Dados da extensão, 2015.

O último momento da atividade foi realizado com a colaboração de uma discente e conculinte do curso de psicologia da UFCG, quando foi entregue um Caderno de Receitas de Chás (ANEXO 2), que surgiu como resultado das conversas prévias e, especificamente, dos murais confeccionados pelos próprios internos no encontro anterior. O objetivo do caderno foi o de materializar os momentos vivenciados e os saberes trocados; além de deixar ao alcance de todos as receitas dos chás para que seja feito o uso racional das plantas medicinais, com a orientação do farmacêutico que contribuiu com a atividade.

A colaboradora propôs como atividade uma conversa em roda, na qual um questionamento e duas frases foram verbalizados e resultou em discussão: “*quais são as suas habilidades e potenciais?*”, “*minha habilidade serve para...*” e “*com as plantas medicinais eu sei...*”. Assim, seguiu-se o momento da participação dos internos para cada pergunta direcionada a eles, além da participação dos próprios petianos, enquanto parte integrante e forma de fortalecimento do elo da roda.

A primeira pergunta suscitou nos participantes a vontade de falar sobre suas habilidades e aquilo de que gostavam e/ou sabiam fazer. Discutiram-se diversos elementos, como o trabalho com a agricultura, evangelização, luta, pintura, música, atuação, artesanato, saber cozinhar, dentre outros potenciais destacados pelos internos.

Além dessas, expressaram-se outras ideias, atrelando a descoberta de tais habilidades à estadia na Fazenda do Sol, a partir das atividades ocupacionais. Ali percebemos que as pessoas passaram a se observar enquanto detentoras de saberes específicos e características que estavam para além do rótulo de usuário de drogas em reabilitação.

A partir da segunda questão, a intervenção seguiu, estimulando a reflexão sobre a utilidade de cada habilidade mencionada e de como cada uma torna-se importante para a vida em sociedade. Para isso, deu-se voz aos próprios internos, convidando-os a pensar na utilidade de suas práticas e como elas poderiam servir para sua volta à comunidade, fora da Fazenda.

Esse momento da atividade levou-nos a refletir sobre a importância de tais habilidades para os usuários, não apenas no espaço da Comunidade Terapêutica, mas – principalmente – fora dela. A relação desses sujeitos com o trabalho (ou a possibilidade dele) coloca-os de frente, como nos apontam Acioli Neto e Santos (2015), a uma ação essencial na vida de alguns e, para além disso, com “o único meio legítimo de aquisição de bens e inserção social” (ACIOLI NETO; SANTOS, 2015, p. 80). As habilidades, pois, surgem como possibilidade concreta de geração de renda e de uma (re)abertura de algumas portas que foram fechadas em função do uso problemático de álcool e outras drogas.

Após esse momento, fortemente marcado pelo compartilhamento de experiências, houve o direcionamento para uma avaliação coletiva das atividades desenvolvidas ao longo dessa extensão, envolvendo a fitoterapia, as plantas medicinais e o aprendizado de que cada um. Assim, os internos trouxeram falas positivas como “*o mais importante foi trazer o conhecimento*”; também, fizeram colocações que demonstram os limites da atividade, como “*a extensão trouxe mais saber, conhecimento... fazer [colocar em prática] é outra história*” – este apontando que a atividade realizada lhe trouxe mais conhecimento sobre a utilidade das plantas que já utilizava e seu uso racional, mas reforçou sua preferência pelo consumo de plantas e chás que são comercializados prontos.

Em resposta ao seu posicionamento, emergiram falas de outros internos apontando disposição para a realização de todo o processo que envolve a utilização das plantas medicinais – algo que foi mudando no decorrer das atividades, uma vez que grande parte dos internos afirmavam utilizar as plantas (e os seus chás) apenas como substitutivos de outras bebidas, conforme já foi mencionado.

Ainda que tenham sido poucos (dois dentre os trinta participantes), os posicionamentos divergentes colocados pelos internos a respeito dos momentos vivenciados nos serviram para apontarmos, durante a discussão, a importância de pensarmos em cada um de maneira individual – ainda que em grupo – a partir do seu olhar, de sua história, de suas habilidades e potencialidades. Ao lado disso, os internos falaram acerca da pertinência da atividade para eles, tendo levantado boas impressões e demandado não encerrar a parceria estabelecida com aquela atividade.

Desse modo, faz-se necessário pensar esses sujeitos para além da condição de pessoas com uso problemático de álcool e outras drogas. Aliás, é imprescindível a compreensão de que o que os define não é o uso de determinada substância, mas suas vivências, experiências, histórias de vida e a forma como se posicionam diante delas. Estes se apresentam para nós enquanto detentores e construtores de conhecimento. Desse modo, é pertinente a constante (re)criação do que Acioli Neto e Santos (2015) chamam de “circuitos de socialização” para que, a partir daí, possamos construir e

fortalecer “uma rede que funcione com base na participação social em diversas áreas, em espaços de inserção” (ACIOLI NETO; SANTOS, 2015, p. 80).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atividade contribuiu diretamente com a formação de todos os petianos envolvidos por associar educação, saúde, saber popular e conhecimento científico numa perspectiva interdisciplinar e interprofissional, uma vez que tivemos a supervisão e contribuição de professores e profissionais de cada área. Essa postura resultou na reciprocidade das ações de trocas, fomentando a articulação entre os saberes e práticas com vistas ao alcance de um objetivo comum, isto é, a integralidade do cuidado ofertado aos internos da Fazenda do Sol, buscando compreendê-los para além das questões relativas às drogas.

Com base nas avaliações dos participantes, é certo que se obteve promover conhecimento a respeito da fitoterapia e das plantas medicinais por meio das estratégias metodológicas adotadas nesta ação de extensão universitária. O grupo extensionista, os colaboradores e orientadores que conduziram os momentos de rodas de conversas, oficina e visitas práticas puderam, por meio de um processo dialógico, facilitar/estimular a troca de saberes com todos os envolvidos.

Para além da contribuição na formação profissional dos integrantes do PET Fitoterapia e Agronomia, como um dos resultados alcançados, a atividade realizada conseguiu responder ao seu objetivo geral, visto que realizou as oficinas e rodas de conversa sobre as formas de plantio, cultivo, armazenamento, preparo e utilização da Fitoterapia e/ou plantas medicinais no processo de reabilitação dos internos, contribuindo para o protagonismo destes sujeitos em seu processo de recuperação e ressocialização. Todavia, é importante salientar o tempo reduzido dessa atividade de extensão como uma de suas limitações, uma vez que é difícil dimensionar de forma mais sistemática os efeitos e durabilidade das intervenções realizadas. Por outro lado, tendo em vista a limitação do tempo destinado pela instituição para realização da extensão, a rotina de trabalho desenvolvida pelos usuários para sua manutenção e a própria dinâmica do público-alvo, envolvidos em eventuais processos de recaídas e, por conseguinte, saídas e retornos à Fazenda, o tempo de dois meses é justificável como suficiente para um trabalho de extensão, ao menos embrionário, capaz de capturar outras demandas.

Destarte, a partir dessa atividade de extensão, acredita-se que poderão ser desenvolvidos vários trabalhos relacionados a temáticas como Fitoterapia, plantas medicinais, uso problemático de drogas, saúde mental, práticas complementares e integrativas no SUS, comunidades terapêuticas, etc. Estes devem ter como foco a complexidade que envolve o usuário de drogas enquanto sujeito detentor de potenciais e subjetividades e os próprios entraves inerentes a sua recuperação e ressocialização, compreendendo que as intervenções, para serem adequadas, devem considerar a realidade de tais sujeitos envolvidos, construindo, assim, propostas com maior potencial de afetação e adesão.

REFERÊNCIAS

ACIOLI NETO, M.L.; SANTOS, M.F. **Os usos sociais do crack: construindo uma clínica situada culturalmente**. Recife, PE: Editora Universitária ed UFPE. 2015.

ALCANTARA, R.G.L.; JOAQUIM, R.H.V.T.; SAMPAIO, S.F. Plantas Medicinais: o conhecimento e uso popular. **Revista de APS.**, v. 18, n. 4, 2016.

AMOROZO, M.C.M. A abordagem etnobotânica na pesquisa de plantas medicinais. In: DISTASI, L. C. **Plantas medicinais: arte e ciência.** Um guia de estudo interdisciplinar. São Paulo: Editora da Universidade Estadual Paulista, p. 230, 1996.

ARAÚJO, C. R. F.; MARIZ, S. R.; COUTINHO, M. S.; COSTA, E. P.; OLIVEIRA, J. O. D.; DO BÚ, E. A. Tradição popular do uso de Plantas Medicinais: Ação Extensionista sobre crenças, uso, manejo e formas de preparo. **Revista Saúde E Ciência Online**, v. 4, n.3, 2015.

ARGENTA, S.C.; ARGENTA, L.C.; GIACOMELLI, S.R.; CAZAROTTO, V.S. Plantas Medicinais: cultura popular versus ciências. **Vivências - Revista Eletrônica de Extensão da URI.** v. 7, n.12: p.51-60, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Práticas integrativas e complementares:** plantas medicinais e fitoterapia na Atenção Básica/Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2012. 156 p. : il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica ; n. 31).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS /** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos, Departamento de Assistência Farmacêutica. **Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos.** Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

FIRMO, W.C.A.; MENEZES, V.J.M.; PASSOS, C.E.C.; DIAS, C.N.; ALVES, L.P.L. Contexto Histórico, Uso Popular e Concepção Científica sobre Plantas Medicinais. **Cad. de Pesquisa.**, São Luís, v. 18, n. especial, 2011.

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social /** Antônio Carlos Gil. - 6. ed. - São Paulo: Atlas, 2008.

LIMA, F. A.; DO BÚ, E. A.; SOARES, M. P., ARAÚJO, C. R. F. A fitoterapia e sua inserção no contexto da Atenção Básica. **Revista Saúde E Ciência On Line**, v.4, n. 2, p. 120-128, 2015.

MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais: guia de seleção e emprego das plantas usadas em fitoterapia no Nordeste do Brasil.** 3. ed. Fortaleza: Imprensa Universitária, 2007.

SANTOS-LIMA, T.M. et al . Plantas medicinais com ação antiparasitária: conhecimento tradicional na etnia Kantaruré, aldeia Baixa das Pedras, Bahia, Brasil. **Rev. bras. plantas med.** v. 18, n. 1, supl. 1, p. 240-247, 2016.

SILVA, J.P.A.; SAMPAIO, L.S.; OLIVEIRA, L.S.; REIS, L.A. Plantas medicinais utilizadas por portadores de diabetes mellitus tipo 2 para provável controle glicêmico no município de Jequié-BA. **Revista Saúde.com**, v.4, n.1, p.10-18, 2008.

PIRES, I.F.B. et al. Plantas medicinais como opção terapêutica em comunidade de Montes Claros, Minas Gerais, Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 16, n.2, supl. I, p.426-433, 2014

THIOLLENT, M. **Notas Para o Debate Sobre Pesquisa-Ação**. In: Brandão, C. R. (Org.). *Repensando a Pesquisa Participante*, 3ª ed. São Paulo: Brasiliense, 1987.

ANEXO 1

QUESTIONÁRIO DE NÚMERO: _____

1 - DOS SINTOMAS LISTADOS, QUAIS ESTEVIRAM MAIS PRESENTES NOS PRIMEIROS DIAS APÓS CHEGAR NA FAZENDA?

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> DOR DE CABEÇA | <input type="checkbox"/> INSÔNIA | <input type="checkbox"/> TRANSPIRAÇÃO EXCESSIVA |
| <input type="checkbox"/> NÁUSEAS | <input type="checkbox"/> ANSIEDADE | <input type="checkbox"/> TREMOR NAS MÃOS |
| <input type="checkbox"/> IRRITABILIDADE | <input type="checkbox"/> AUMENTO DO APETITE | <input type="checkbox"/> DIARRÉIA |
| <input type="checkbox"/> AGITAÇÃO | <input type="checkbox"/> PRISÃO DE VENTRE | |
| <input type="checkbox"/> TAQUICARDIA | <input type="checkbox"/> DELÍRIO | |
| <input type="checkbox"/> HIPERTENSÃO | <input type="checkbox"/> FASTIO | |
| <input type="checkbox"/> AGRESSIVIDADE | <input type="checkbox"/> DORES MUSCULARES | |
| <input type="checkbox"/> SONOLÊNCIA | <input type="checkbox"/> ANGÚSTIA | |
| <input type="checkbox"/> DEPRESSÃO | <input type="checkbox"/> FADIGA | |
| <input type="checkbox"/> TRANSPIRAÇÃO EXCESSIVA | | |

2 - VOCÊ JÁ UTILIZOU ALGUMA PLANTA MEDICINAL?

- SIM. QUAL? _____ NÃO

3 - QUANDO PRECISOU DE ALGUMA PLANTA MEDICINAL, ONDE CONSEGUIU? PARA QUÊ UTILIZOU?

- COMPROU
 ALGUM AMIGO OU VIZINHO
 EM AMBIENTES ABERTOS
 NA PRÓPRIA CASA
 OUTROS: _____
-

ANEXO 2: CADERNO DE RECEITAS – QUE TAL FAZER UM CHÁ?









Que tal fazer um chá?

CADERNO DE RECEITAS

Este **Caderno de Receitas** foi pensado e elaborado a partir das visitas e rodas de conversa que aconteceram entre os alunos do **PET Fitoterapia**, da Universidade Federal de Campina Grande, e os internos da **Fazenda do Sol** de Campina Grande. Aqui, o objetivo é que façamos uso das plantas medicinais de forma racional, visando sempre o autocuidado e o cuidado para com o outro. Em cada uma das páginas que se seguem serão encontrados alguns sintomas (“quando tomar?”) e o chá adequado para cada um deles, assim como o “modo de preparo” e utilização de cada uma. Façamos um bom uso deste material e sejamos protagonistas de nossa história.

Campina Grande, julho de 2015.

CHÁ DE BOLDO

Quando tomar?
quando estiver com problemas na digestão, suando frio, prisão de ventre, azia, crise de gastrite.



MODO DE PREPARO:
para preparar o chá de boldo, basta adicionar as folhas da planta em uma xícara com água fervente e deixar descansar por alguns minutos. O chá deve ser bebido até 4 vezes ao dia, pois tem alto teor de toxicidade!



CHÁ DE CAMOMILA

Quando tomar?
quando estiver ansioso, estressado, irritado, com dor de cabeça, com a imunidade baixa e com insônia.



MODO DE PREPARO:
Para preparar um delicioso chá de camomila, você deve pegar algumas folhas e flores secas desta planta e colocá-las para ferver na água. Depois de quinze minutos de fervura, deixe repousar por mais cinco e em seguida coe. Já está pronto para ser bebido! Tome de 4 a 6 vezes ao dia. Não vá exagerar e ter uma queda na pressão, hein?

CHÁ DE CAPIM SANTO

Quando tomar?
Quando estiver com problemas na digestão, azia, estressado, com pressão alta, com insônia, dor muscular, tosse, asma, catarro, dor de cabeça, febre, diarreia.



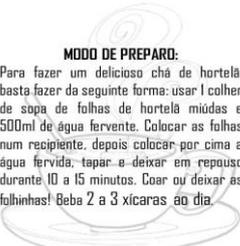
MODO DE PREPARO:
Pegue 4 a 6 folhas frescas e lave bem. Corte as folhas em pedaços pequenos numa xícara bem limpa. Derrame água que acabou de ferver em cima das folhas cortadas. Depois, cubra a xícara e deixe coar. **Nunca ferva** as folhas, pois elas perdem muito de seu efeito. Para preparar meio litro de chá, use 20 folhas. Essa quantidade dá para 4 xícaras. **Tomar 2 a 3 vezes por dia.**

CHÁ DE HORTELÃ

Quando tomar?
Quando estiver com tosse, resfriado, crise de asma, dores musculares, diarreia e cólicas, dores no estômago, dor na garganta e mau hálito.



MODO DE PREPARO:
Para fazer um delicioso chá de hortelã, basta fazer da seguinte forma: usar 1 colher de sopa de folhas de hortelã mídas e 500ml de água fervente. Colocar as folhas num recipiente, depois colocar por cima a água fervida; tapan e deixar em repouso durante 10 a 15 minutos. Coar ou deixar as folhinhas! Beba 2 a 3 xícaras ao dia.

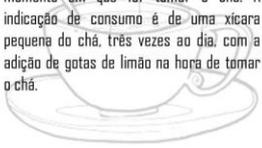


CHÁ DE CIDREIRA

Quando tomar?
quando estiver tossindo, com insônia, gases, cólicas intestinais, dor de cabeça e enjoo. Ainda ajudar a prevenir os problemas renais!



MODO DE PREPARO:
Para preparar o chá, ferva um litro de água e, após desligar o fogo, 30 gramas de folhas e flores de erva cidreira e deixe abafando por aproximadamente 12 minutos. Após esse tempo, coe e adicione limão no momento em que for tomar o chá. A indicação de consumo é de uma xícara pequena do chá, três vezes ao dia, com a adição de gotas de limão na hora de tomar o chá.



CHÁ DE GENGIBRE

Quando tomar?
quando estiver com dores musculares, imunidade baixa, estressado. O Gengibre é um potente anti-inflamatório e ajuda o nosso organismo a absorver os nutrientes.



MODO DE PREPARO:
- 1 xícara de chá de água.
- 1 colher de chá de gengibre ralado ou 4 rodela da raiz.
Uma das formas de fazer o chá: Coloque a água em uma panela ao fogo e despeje o gengibre ralado nela. Deixe exposto ao calor até que a água comece a fazer bolhinhas, mas antes de levantar fervura. Depois disso, desligue o fogo.

