



Funcionários da saúde com relatos de dor de cabeça em hospital de médio porte no interior de São Paulo e automedicação com analgésicos

Health workers with reports of headache in a medium-sized hospital in the interior of São Paulo and self-medication with analgesics

Trabajadores de la salud con relatos de cefalea en un hospital de mediano porte del interior de São Paulo y automedicación con analgésicos

Gabriel Kurudz Pereira¹

ORCID: 0000-0002-1756-3673

Adilson Lopes Cardoso^{1*}

ORCID: 0000-0003-2791-3937

Fernanda Augusta Penacci¹

ORCID: 0000-0002-9300-9535

Alan Fernandes Guarato¹

ORCID: 0000-0002-2104-3785

Elaine Cristina Navarro¹

ORCID: 0000-0001-6638-1713

Marcia Regina Alves Rocha¹

ORCID: 0000-0003-1867-3783

Francidalma Soares Sousa Carvalho Filha²

ORCID: 0000-0001-5197-4671

Stefania Dias da Silva³

ORCID: 0000-0002-4322-1028

¹Faculdade Eduvale de Avaré. São Paulo, Brasil.

²Universidade Estadual do Maranhão. Bahia, Brasil.

³Centro Universitário Tocantinense Presidente Antônio Carlos. Tocantins, Brasil.

*Autor correspondente: E-mail: cardosolc@uol.com.br

Resumo

Objetivou-se detectar qual o nível de prevalência de cefaleia e conscientização da equipe de enfermagem perante a automedicação para a dor de cabeça, 50 profissionais da área da enfermagem responderam ao questionário aplicado na Santa Casa de Misericórdia de Avaré, os dados obtidos foram analisados pelo *software Epi-Info*[®]. A automedicação com analgésicos é algo muito comum no meio dos profissionais da área da saúde. A enfermagem tem uma base de conhecimento farmacológico e por esse motivo tem uma autoconfiança maior para se automedicar. Com a pesquisa realizada foi evidenciado que 100% das pessoas têm consciência sobre a automedicação e tem pleno conhecimento sobre seus riscos, embora esse conhecimento não impeça que 78,9% das pessoas que participaram da pesquisa se automediquem com analgésicos, a facilidade de acesso aos fármacos facilita para que o indivíduo se automedique para sentir um alívio da dor podendo estar camuflando uma doença mais séria, causando uma dependência crônica ou danos colaterais em seu organismo pelo uso de analgésicos com determinados tipos de princípios ativos. Uma porcentagem relativa procurou atendimento médico para cefaleia embora isso não os impediu de se automedicar com outros fármacos não prescritos.

Descritores: Cefaleia; Automedicação; Conscientização; Enfermagem; Analgésicos.

Como citar este artigo:

Pereira GK, Cardoso AL, Penacci FA, Guarato AF, Navarro EC, Rocha MR, Carvalho Filha FSS, Silva SD. Funcionários da saúde com relatos de dor de cabeça em hospital de médio porte no interior de São Paulo e automedicação com analgésicos. Glob Clin Res. 2022;2(2):e30.

Editor Chefe: Caroliny dos Santos Guimarães da Fonseca

Editor Executivo: Kátia dos Santos Armada de Oliveira

Submissão: 08-06-2022

Aprovação: 13-06-2022



Abstract

The aim was to detect the level of headache prevalence and awareness of the nursing team regarding self-medication for headache, 50 nursing professionals answered the questionnaire applied at Santa Casa de Misericórdia de Avaré, the data obtained were analyzed by the Epi-Info[®] software. Self-medication with analgesics is something very common among health professionals. Nursing has a pharmacological knowledge base and for this reason has greater self-confidence to self-medicate. It was evidenced that 100% of people are aware of self-medication and are fully aware of its risks, although this knowledge does not prevent 78.9% of people who participated in the research from self-medicating with analgesics, the ease of access to drugs makes it easier for the individual to self-medicate to feel pain relief, which may be camouflaging a more serious disease, causing chronic dependence or collateral damage in their body by the use of analgesics with certain types of active principles. A relative percentage sought medical attention for headache although this did not prevent them from self-medicating with other non-prescription drugs.

Descriptors: Headache; Self Medication; Awareness; Nursing; Analgesics.

Resumén

El objetivo fue detectar el nivel de prevalencia de cefalea y conciencia del equipo de enfermería respecto a la automedicación para la cefalea, 50 profesionales de enfermería respondieron el cuestionario aplicado en la Santa Casa de Misericordia de Avaré, los datos obtenidos fueron analizados por el software Epi-Info[®]. La automedicación con analgésicos es algo muy habitual entre los profesionales sanitarios. Enfermería tiene una base de conocimientos farmacológicos y por ello tiene mayor confianza en sí misma para automedicarse. Con la investigación realizada se evidenció que el 100% de las personas conocen la automedicación y son plenamente conscientes de sus riesgos, aunque este conocimiento no impide que el 78,9% de las personas que participaron en la investigación se automediquen con analgésicos, la facilidad de acceso a los medicamentos facilita que el individuo se automedique para sentir alivio del dolor, lo que puede estar camuflando una enfermedad más grave, provocando dependencia crónica o daños colaterales en su organismo por el uso de analgésicos con cierto tipo de principios activos. Un porcentaje relativo buscó atención médica por dolor de cabeza, aunque esto no impidió que se automedicaran con otros medicamentos sin receta.

Descriptoros: Cefalea; Automedicación; Concienciación; Enfermería; Analgésicos.

Introdução

Grande parte dos pacientes com cefaleia crônica diária ou eventual usam analgésicos em excesso, muitas das vezes se automedicando. Os mecanismos pelos quais estes interferem e causam a cronificação começam a ser conhecidos. A Organização Mundial de Saúde (OMS) propõe que, para o uso racional de medicamentos, é preciso, em primeiro lugar, estabelecer a necessidade do uso do medicamento e que se receite o medicamento apropriado, a melhor escolha, de acordo com os ditames de eficácia e segurança comprovados e aceitáveis.

Além disso, é necessário que o medicamento seja prescrito adequadamente, na forma farmacêutica, doses e período de duração do tratamento; que esteja disponível de modo oportuno, a um preço acessível, e que responda sempre aos critérios de qualidade exigidos; que se dispense em condições adequadas, com a necessária orientação e responsabilidade, e, finalmente, que se cumpra o regime terapêutico já prescrito, da melhor maneira possível.

De acordo com estudo, no Brasil pelo menos, 35% dos medicamentos adquiridos são utilizados através de automedicação. Existem várias razões que levam o indivíduo a automedicação com analgésicos como a dificuldade de acesso aos serviços de saúde, às vezes, esperar dias e até meses para ser atendido por um médico, baixo poder aquisitivo da população e a precariedade dos serviços de saúde contrastam como a facilidade de se obter

medicamentos sem qualquer tipo de receita e propaganda de medicamentos nos balcões das farmácias^{1,2}.

Havendo também a propaganda de medicamentos, que tem sido um estímulo frequente para o uso inadequado dos medicamentos para dores de cabeça, sobretudo, porque tende a ressaltar os benefícios e omitir ou minimizar os riscos e os possíveis efeitos adversos, dando a impressão, especialmente as pessoas leigas, que são produtos inofensivos, influenciando a consumir como qualquer outra mercadoria. Para agravar ainda mais esta situação, foi constatada a utilização crescente da Internet para disseminar propaganda para os consumidores, muitas delas assumindo uma forma menos explícita já que tentam dar a impressão de que são instrumentos educativos ou de informação, objetivando promover a saúde³.

Segundo o Conselho Federal de Farmácia (CFF), um relatório concluído recentemente pela Organização das Nações Unidas (ONU) alerta as autoridades sanitárias do mundo para o rápido tráfico de drogas lícitas (medicamentos controlados) pelas farmácias virtuais, que têm como principal forma de atuação os *e-mails*. O CFF se pronunciou chamando a atenção de que a venda de medicamentos é muito mais grave do que se imagina, pois além do tráfico, acumula outros graves problemas à saúde da população.

Os usuários de múltiplas drogas, os pacientes, que se tornam dependentes e permanecem fazendo uso de medicamentos, mesmo depois de terem concluído o



tratamento, e as pessoas que preferem a comodidade de receber produtos em casa e a preços baixos são os alvos do “cyber tráfico”. Ainda é importante lembrar que esse tipo de comércio remoto, por fugir à fiscalização e a outros tipos de controle, pode ainda fazer com que produtos falsificados ou com prazo de validade vencida vão parar nas mãos de usuários pouco cautelosos³.

A proposta de alívio imediato do sofrimento, como em um passe de mágica, consumindo medicamentos sem necessidade de consulta médica é um apelo atraente, mas tem seu preço. Este preço nem sempre se restringe a fatores financeiros e pode ser descontado na própria saúde. A noção de que existe uma ecologia do corpo, que merece ser preservada e poupada da poluição e intervenções farmacológicas desnecessárias, vem emergindo, ainda que lentamente, em meio à névoa densa de promessas extraordinárias e duvidosas de analgésicos que podem ser adquiridos sem prescrição médica⁴.

A equipe de enfermagem atuando em contato com medicações e tendo uma facilidade para obter um nível de conhecimento para saber as indicações dos mesmos, tem facilidade para se automedicar e indicar medicamentos quando apresentando cefaleia sem passar por um especialista ou fazer exames mais complexos para poder adotar um tratamento adequado para cada tipo de dor de cabeça.

Cefaleia é um sintoma muito frequente e deve ser considerado um sinal de alerta, seja ela consequência de problemas graves ou não. A classificação das cefaleias tem utilidade clínica, auxiliando no estabelecimento do diagnóstico, prognóstico e abordagem em terapêutica, e científica, uniformizando a nomenclatura dos diversos tipos de cefaleia. Cefaleias primárias são as que ocorrem sem etiologia demonstrável pelos exames clínicos ou laboratoriais usuais. Cefaleias secundárias são as provocadas por doenças demonstráveis pelos exames clínicos ou laboratoriais⁵.

Nestes casos, a dor seria consequência de uma agressão ao organismo, de ordem geral ou neurológica. Cefaleias explosivas são as que surgem abruptamente, em fração de segundo, atingindo a intensidade máxima instantaneamente, às vezes, com o paciente se referindo a um estalo. Esta instalação sugere a ruptura de um aneurisma arterial intracraniano ou de outras malformações vasculares. Cefaleias agudas são as que atingem seu máximo em minutos ou poucas horas. Tanto as cefaleias primárias como as secundárias podem apresentar este tipo de instalação. Cefaleias crônicas são as que persistem por meses ou anos e, em geral, são primárias. Podem ser recidivas, ocorrendo por períodos de minutos, horas ou dias para depois desaparecerem, reaparecendo algum tempo depois. Podem ser persistentes, aparecendo diariamente ou quase diariamente, por um período mínimo de quatro horas⁵.

A intensidade da dor deve permanecer mais ou menos a mesma no decorrer dos meses. São estas as características da cefaleia crônica diária, uma das que mais aparecem em consultórios médicos, especializados em cefaleia. O médico deve estar atento, nas cefaleias crônicas, para mudanças das características ou da intensidade da dor,

pois podem indicar o aparecimento de cefaleia secundária associada⁶.

Os analgésicos, antitérmicos e anti-inflamatórios, estão entre os medicamentos mais amplamente utilizados para cefaleia, com ou sem prescrição médica. A maioria dos indivíduos saudáveis, quando ingere doses habituais de analgésicos por um período não muito prolongado, não apresenta reações anormais a esses fármacos e, por serem considerados seguros, muitos são comercializados sem necessidade de receita médica.

Apesar da relativa segurança e do amplo uso de analgésicos, não se pode esquecer que qualquer medicamento pode causar efeitos indesejáveis. A ingestão de doses excessivas de analgésicos pode causar eventos adversos. Eventualmente, mesmo nas doses habitualmente recomendadas, podem ocorrer reações. Infelizmente existe uma falta de consciência generalizada sobre os riscos da automedicação⁶.

Objetivou-se realizar levantamento de dados sobre consumo de analgésicos sem prescrição médica e relacionado com incidência de cefaleia crônica, investigar o uso da automedicação de analgésicos para cefaleia, analisando o hábito do consumo de analgésicos sem conscientização adequada para seu uso.

Metodologia

Foi desenvolvido de forma descritiva através de aplicação de questionário aos profissionais da área da enfermagem que estiveram nos setores de segunda a sexta feira durante o período de 2 meses, com questões pertinentes aos problemas identificados.

Para a realização desta investigação científica serão empregados os métodos dedutivos e indutivos. De acordo com estudo, estes consistem em recursos metodológicos gerais da ciência, que orientam as vias de raciocínio no desenvolvimento de pesquisas. O método dedutivo orienta do geral (hipóteses) ao particular (conclusões). Já o método indutivo orienta do particular (fatos específicos) ao geral (conclusões gerais). Segundo o mesmo autor, ambos os recursos metodológicos se complementam, ou seja, a utilização de um não exclui o outro⁷.

A escolha de tais métodos justificou-se pelo fato de que, a partir destes, será possível compilar os conhecimentos teóricos a respeito do tema, através da fundamentação teórica, bem como possibilitará generalizar este conhecimento, através da proposta de intervenção, de tal modo que, estes métodos mostrar-se-ão adequados à que se propõe à atuação.

A amostra desta pesquisa foram 50 pessoas dos 137 profissionais de enfermagem da Santa Casa de Misericórdia de Avaré que estiveram nos dias e horários descritos, o questionário constará de 22 perguntas abertas pertinentes ao assunto em questão, os entrevistados responderam ao questionário após assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e da aprovação da Pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa contidas na Resolução n.º 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Pesquisa aprovada pelo Parecer n.º 773.406 pela Associação Educacional do Vale da



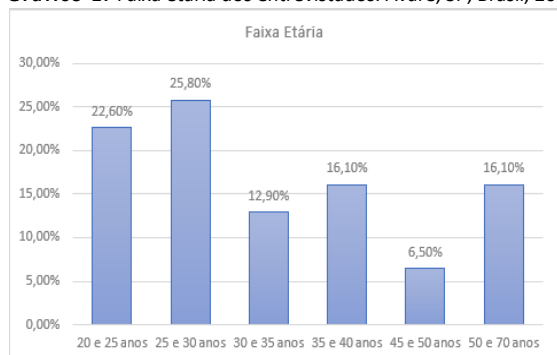
Jurumirim, emitido pela Faculdade de Medicina de Botucatu (UNIESP), sob CAAE: 34607714.4.0000.5411.

As informações foram armazenadas em banco de dados do *software Epi-Info*®, versão 6.04. Para o estudo estatístico utilizando o teste do Qui-quadrado nas comparações de proporções 2 X 2 e o teste de Goodman nas comparações múltiplas. Para qualquer resultado será adotada 5% como limite de confiança ($p < 0,05$)⁸.

Resultados e Discussão

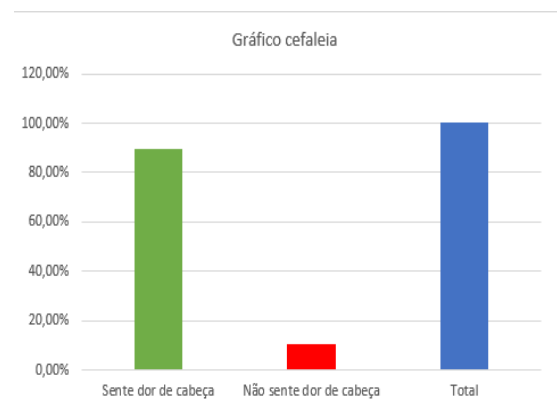
Participaram da pesquisa 50 pessoas que atuam na área da enfermagem, os gráficos a seguir representam as questões que tiveram os valores relevantes com margem de erro abaixo de 0,5% no *software Epi-info*® utilizadas no questionário respondido pelos Funcionários da área da enfermagem da Santa Casa de Misericórdia de Avaré.

Gráfico 1. Faixa etária dos entrevistados. Avaré, SP, Brasil, 2015



Segundo os dados demonstrados na pesquisa, 22,6% dos entrevistados tem entre 20 e 25 anos, 25,8% tem entre 25 e 30 anos, 12,9% tem entre 30 e 35 anos, 16,1% tem entre 35 e 40 anos, 6,5% tem entre 45 e 50 anos e 16,1% tem entre 50 e 70 anos de idade.

Gráfico 2. Incidência de dor de cabeça mensal. Avaré, SP, Brasil, 2015



O gráfico acima demonstra que, 89,7% dos entrevistados sentem dor de cabeça ao menos uma vez ao mês. Mesmo com os valores de incidência de dor com nível baixo, não impedem que o indivíduo pratique a automedicação.

Os profissionais da área da Enfermagem tem ampla consciência e conhecimento sobre os riscos da automedicação, mostrando que 100% dos indivíduos que participaram da pesquisa tem a base de conhecimento

farmacológica sobre os efeitos de se automedicar. Estudos indicam que as pessoas com maior nível de escolaridade tem mais conhecimento e se sentem mais confiantes em tomar medicamentos sem prescrição médica⁹.

Gráfico 3. Indivíduos que tem consciência sobre automedicação. Avaré, SP, Brasil, 2015

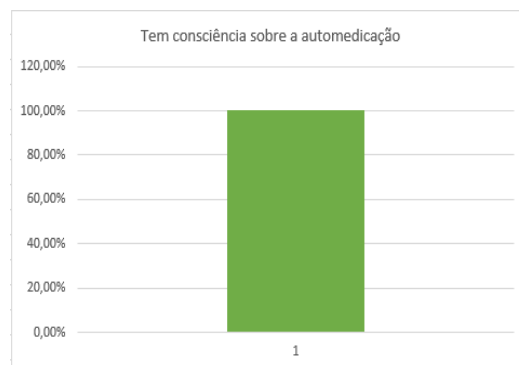
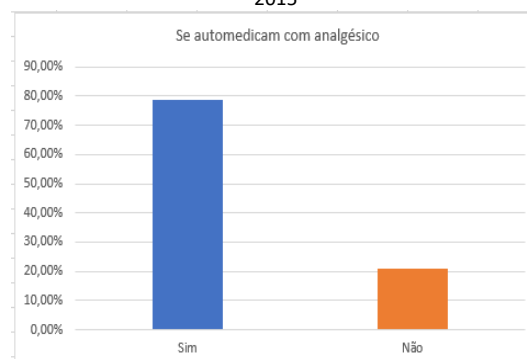
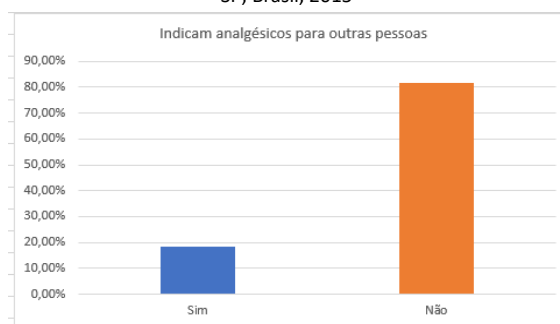


Gráfico 4. Tomam analgésicos sem prescrição médica. Avaré, SP, Brasil, 2015



O gráfico acima demonstra que 78,9% se automedicam com analgésico e 21,1% não se automedicam. A automedicação é muito comum em casos de dores de cabeça. Porém, esta não é uma prática isenta de riscos.

Gráfico 5. Indicam Analgésicos para outras pessoas. Avaré, SP, Brasil, 2015

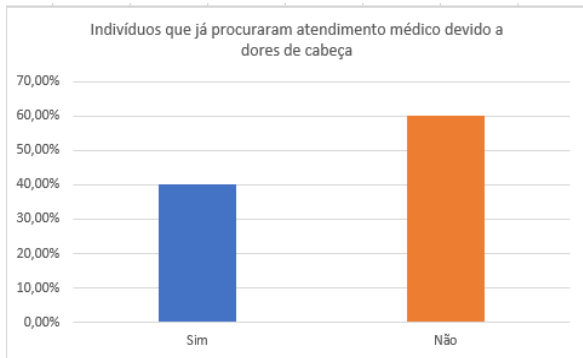


O uso frequente de analgésicos por tempo prolongado pode contribuir para desenvolver no paciente um quadro de dor de cabeça crônica. O organismo fica dependente dessas substâncias e quando o paciente não as ingere, a falta delas desencadeia o quadro de dor. Ou seja, em vez dos remédios eliminarem a dor de cabeça, eles acabam contribuindo para o agravamento do problema⁹.

O gráfico acima indica que 18,4% dos profissionais indicam medicamentos analgésicos para as outras. Em

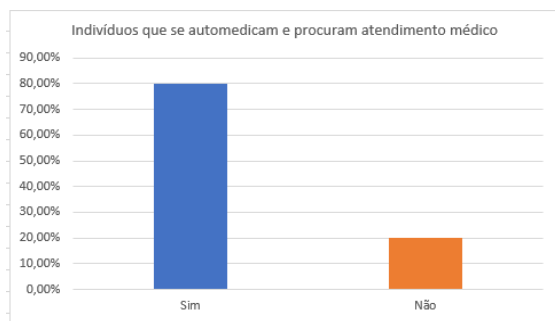
contrapartida 81,6% dos profissionais da saúde não indicam medicamentos analgésicos para outras pessoas.

Gráfico 6. Índice de procura médica por relato de dor de cabeça. Avaré, SP, Brasil, 2015



Apresenta-se a partir da análise gráfica, que 89,7% dos indivíduos que participaram da pesquisa já sentiram ou sentem dores de cabeça ao menos uma vez no mês, embora dessa porcentagem 40% das pessoas já procuraram atendimento médico queixando-se de dor de cabeça e 60% não.

Gráfico 7. Relação de automedicação e procura médica. Avaré, SP, Brasil, 2015



Apresenta-se a partir da análise gráfica que 80% das pessoas que tomam analgésicos sem prescrição médica procuraram atendimento por sentir dor de cabeça, embora a busca pelo profissional não impeça o ato da automedicação com outros analgésicos que não foram prescritos pelo profissional. No gráfico abaixo, aponta-se que 9,1% tomam medicamentos caseiros e os outros 90,9% não tomam medicamento caseiro.

Gráfico 8. Tomam medicamentos caseiros. Avaré, SP, Brasil, 2015

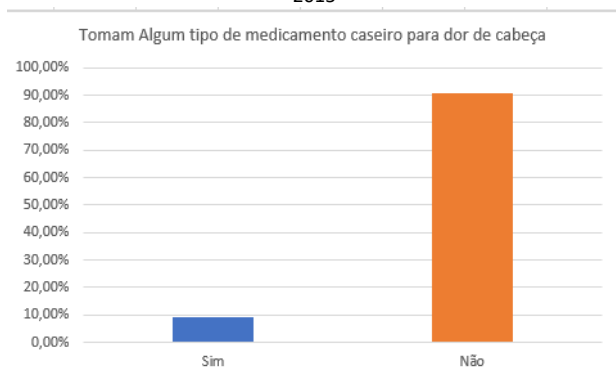
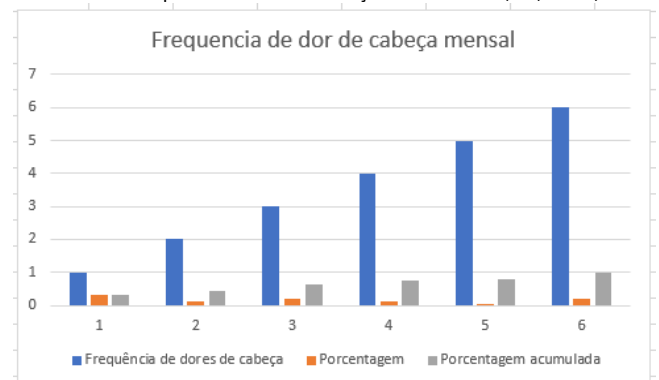


Tabela 1. Medicamentos caseiros consumidos. Avaré, SP, Brasil, 2015

Medicamento caseiro	Porcentagem	Porcentagem acumulada
Chá de ervas não especificadas	66,7%	66,7%
Chá de camomila	33,3%	100%

Os chás de ervas são facilmente encontrados em residências de pessoas que costumam tomar medicações derivadas diretamente da planta natural, embora não implique que os mesmos tenham efeitos no organismo como qualquer medicamento industrializado. Entende-se como planta medicinal aquela que, nativa ou cultivada, é utilizada com fins medicinais. Estas devem sua ação farmacológica a princípios ativos conhecidos, fornecendo eventualmente matéria-prima para a indústria farmacêutica^{10,11}.

Gráfico 9. Frequência de dor de cabeça mensal. Avaré, SP, Brasil, 2015



O gráfico demonstra a incidência de vezes em que o entrevistado sente dor de cabeça no mês. Já a tabela abaixo demonstra o índice de porcentagem em que o indivíduo sente dor de cabeça relacionado com a automedicação, portanto a incidência maior se dá as pessoas que sentem dores de cabeça 1, 3 e 6 vezes ao mês.

Tabela 2. Frequência de dor mensal e automedicação. Avaré, SP, Brasil, 2015

Frequência de dores de cabeça no mês	Porcentagem	Porcentagem acumulada
1	32,1%	32,4%
2	10,7%	42,9%
3	21,4%	64,3%
4	10,7%	75%
5	3,6%	78,6%
6	21,4%	100%

Gráfico 10. Índice de porcentagem de indivíduos que tomam medicações por indicações de outras pessoas. Avaré, SP, Brasil, 2015



Tabela 3. Intensidade de dor de cabeça. Avaré, SP, Brasil, 2015

Indivíduos	Intensidade
12	Muita
7	Pouca
14	Razoável

A partir da análise da tabela, a incidência de dor razoável se sobrepôs indicando que os indivíduos tendem a automedicação. A partir da análise gráfica, pode-se perceber que 47,4% das pessoas já tomaram medicações por

indicação, que além de estarem se automedicando estão consumindo analgésicos que não foram prescritos por um profissional capacitado para poder proporcionar o tratamento correto para cada tipo de cefaleia.

Outro problema relacionado à automedicação é a interação medicamentosa. Ainda, determinadas substâncias usadas indiscriminadamente alteraram as condições fisiológicas do organismo de um paciente e essas alterações são muitas vezes ignoradas e isso deve ser considerado.

Tabela 4. Índices de consciência sobre automedicação e as taxas de indivíduos que se automedicam. Avaré, SP, Brasil, 2015

Tem consciência dos riscos da automedicação?	Porcentagem	Porcentagem acumulada
Sim	100,0%	100,0%
Costuma tomar analgésicos para dor de cabeça sem prescrição?	Porcentagem	Porcentagem acumulada
Sim	78,9%	78,9%
Não	21,1%	100,0%

Os resultados obtidos demonstram claramente que os indivíduos têm plena consciência sobre os riscos da automedicação. Embora isso não os faça deixar de se automedicar com analgésicos para dor de cabeça. Assim, é possível observar que 89,7% sentem dores de cabeça mensais e o uso de analgésicos é muito comum entre os entrevistados e que maior parte dos estudados utilizam o analgésico sem prescrição médica. Os dados obtidos demonstram que 100% dos entrevistados têm consciência sobre tal ato, mas isso não impede que 78,9% se automediquem com analgésicos.

A maioria das pessoas sente dores de cabeça ao menos uma vez ao mês, conseqüentemente, aumenta a incidência da automedicação com analgésicos.

Portanto, a automedicação e a cefaleia interferem com a vida no dia a dia. O ato de se automedicar é muito comum, consistindo no consumo de um produto para tratar

ou aliviar sintomas e doenças, até mesmo na promoção de saúde. Podem ser usados, medicamentos industrializados ou remédios caseiros.

Conclusão

A partir dos dados obtidos na pesquisa, verificou-se que todos os profissionais da área da enfermagem que participaram têm consciência sobre a automedicação, embora a maioria costume se automedicar.

Os níveis de dores de cabeça são variáveis, no entanto a quantidade seja de apenas uma vez por mês. O costume de tomar analgésicos sem prescrição médica é evidenciado na pesquisa de forma a demonstrar que todos sabem os riscos de se tomar qualquer medicamento analgésico de forma indiscriminada. Os prejuízos a saúde a longo prazo do organismo deve ser um assunto abordado em outros estudos.

Referências

- Vitor RS, Lopes CP, Menezes HS, Kerkhoff CE. Padrão de consumo de medicamentos sem prescrição médica na cidade de Porto Alegre, RS. Ciênc. Saúde Coletiva. 2008;13(suppl). DOI: 10.1590/S1413-81232008000700024
- Domingues PHF, Galvão TF, Andrade RC, Araújo PC, Silva MT, Pereira MG. Prevalência e fatores associados à automedicação em adultos no Distrito Federal: estudo transversal de base populacional. Epidemiol. Serv. Saúde. 2017;26(2). DOI: 10.5123/s1679-49742017000200009
- Aquino DS. Por que o uso racional de medicamentos deve ser uma prioridade? Ciênc. Saúde. coletiva. 2008;13(suppl). DOI: 10.1590/S1413-81232008000700023
- Pereira JR, Soares L, Hoepfner L, Kruger KE, Gutierrez ML, Tonni KC, et al. Riscos da automedicação: tratando o problema com conhecimento [Internet]. 2020 [acesso em 20 jan 2020]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/premio_medica/pdfs/trabalhos/mencoes/januar_amos_trabalho_completo.pdf
- Sousa LS, Pinheiro MSC, Rodrigues JLG. Uso indiscriminado dos opioides e suas conseqüências PubSaúde. 2021;6(a190). DOI: 10.31533/pubsau6.a190
- Oliveira ALM, Pelógia NCC. Cefaleia como principal causa de automedicação entre os profissionais da saúde não prescritores. Revista Dor. 2011;12(2). DOI: 10.1590/S1806-00132011000200004
- Rodrigues WC. Metodologia Científica. Rio de Janeiro: FAETEC; 2007



8. Rocha ALR. Uso racional de medicamentos [Monografia]. Curso de especialização em tecnologia industrial farmacêutica da Fundação Oswaldo Cruz [Internet] Rio de Janeiro; 2014 [acesso em 20 jan 2020]. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/11634/1/25.pdf>
9. Galato D, Madalena J, Pereira GB. Automedicação em estudantes universitários: a influência da área de formação. Ciênc. Saúde coletiva. 2012;17(12). DOI: 10.1590/S1413-81232012001200017
10. Organização Mundial da Saúde (OMS). 56ª Assembleia Mundial de Saúde [Internet]. Genebra (GE): OMS; 2003 [acesso em 23 jan 2020]. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/259840/WHA56-2003-REC-3-part1-spa.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
11. Rizzini TC, Mors WB Botânica Econômica Brasileira. 3 ed. São Paulo: Âmbito Cultural; 1976

