

AUTOMEDICAÇÃO COM PLANTAS MEDICINAIS E RISCO DE INTERAÇÕES MEDICAMENTOSAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

André dos Anjos Trindade¹, Carla Graziela Rodrigues Cordovil¹, Daniele Salgado², Thyfane Trindade Sousa¹

1. Acadêmico do curso de medicina da Faculdade de Ciências Médicas; 2. Professora do curso de medicina da Faculdade de Ciências Médicas.

thyfanetrindadesousa@gmail.com

Eixo 1 – Saúde

RESUMO

Introdução: A automedicação com plantas medicinais constitui uma prática tradicional presente em diferentes comunidades, estando frequentemente relacionada à transmissão de conhecimentos entre gerações, à cultura local e à busca por alternativas acessíveis para o cuidado com a saúde. Em muitas comunidades, as plantas medicinais representam uma importante forma de cuidado e fazem parte da cultura e do cotidiano da população. Com o desenvolvimento da medicina complementar e alternativa, o uso de fitoterápicos em conjunto com medicamentos recebe cada vez mais atenção por ser uma prática frequentemente realizada sem plena consciência dos riscos potenciais e, muitas vezes, sem supervisão médica. Nesse sentido, a interação entre saber popular e conhecimento científico constitui uma importante estratégia de preservação dos conhecimentos tradicionais e de promoção do uso responsável e seguro das plantas medicinais. **Descrição da experiência:** Posteriormente a uma etapa de reconhecimento da comunidade e levantamento de dados sobre o uso de plantas medicinais pela população idosa da região, a ação contou com um momento de diálogo individualizado entre acadêmicos e participantes. Esse momento possibilitou o entendimento das individualidades de cada rotina de autocuidado e utilização das plantas medicinais, permitindo entender a incorporação da fitoterapia nas práticas de autocuidado e no manejo de diferentes necessidades de saúde. **Conclusão:** A experiência representou uma oportunidade de desenvolver competências relacionadas à comunicação, à abordagem da população idosa e à integração entre conhecimento científico e cultura social, além de compreender um modelo de saúde que reconhece práticas terapêuticas adotadas pelos indivíduos, reforçando a influência de fatores culturais, familiares e sociais nos cotidianos individuais.

Palavras-chave: Plantas medicinais; Idosos; Automedicação; Educação em saúde.

INTRODUÇÃO

A automedicação com plantas medicinais constitui uma prática tradicional presente em diferentes comunidades, estando frequentemente relacionada à transmissão de conhecimentos entre gerações, à cultura local e à busca por alternativas acessíveis para o cuidado com a saúde. Em muitas comunidades, especialmente aquelas com forte vínculo com práticas tradicionais, as plantas medicinais representam uma importante forma de cuidado e fazem parte da cultura e do cotidiano da população¹. Nesse contexto, as comunidades quilombolas destacam-se pela

preservação de práticas tradicionais de cuidado e manejo da natureza, nas quais o uso de plantas medicinais representa um saber ancestral construído e compartilhado ao longo das gerações².

Com o desenvolvimento da medicina complementar e alternativa, a fitoterapia continua sendo amplamente utilizada em todo o mundo, atraindo cada vez mais atenção para a interação entre ervas e medicamentos³. Sob esse viés, ressalta-se que o uso de fitoterápicos em conjunto com medicamentos é uma prática frequentemente realizada sem plena consciência dos riscos potenciais e, muitas vezes, sem supervisão médica. A crença de que produtos de origem natural são necessariamente seguros pode favorecer a automedicação e minimizar a percepção dos riscos associados ao seu consumo, incluindo alterações na eficácia terapêutica e potencialização de efeitos farmacológicos⁴.

Nesse sentido, a automedicação com plantas medicinais deve ser compreendida como uma prática que envolve fatores culturais, sociais e de saúde, representando um importante patrimônio de sobrevivência para as comunidades tradicionais. A interação entre saber popular e conhecimento científico constitui uma importante estratégia de preservação dos conhecimentos tradicionais e de promoção do uso responsável e seguro das plantas medicinais⁵. Desse modo, este estudo busca relatar a experiência dos estudantes de medicina na ação que teve como objetivo valorizar os saberes populares relacionados ao uso de plantas medicinais, conscientizando a comunidade sobre os riscos da automedicação, dos efeitos adversos e das possíveis interações com medicamentos de uso contínuo.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A experiência foi desenvolvida no bairro Vila Sinhá, no município de Bragança-PA, tendo como cenário o domicílio de uma residente vinculada à área da saúde, que disponibilizou o espaço para a execução da atividade. A atividade foi conduzida por cerca de 12 acadêmicos do curso de Medicina, envolvendo cerca de 25 idosos com 60 anos ou mais, sendo todos residentes da própria comunidade que relataram fazer uso de plantas medicinais como recurso terapêutico para o manejo de diferentes sintomas e condições de saúde. A escolha desse público levou em consideração a expressiva presença de práticas tradicionais de cuidado entre pessoas idosas, bem como a necessidade de ampliar a orientação quanto ao uso simultâneo de preparações vegetais e medicamentos convencionais, considerando os possíveis riscos dessa associação.

Anteriormente à atividade, realizou-se uma etapa de aproximação com a comunidade, por meio de visitas domiciliares às famílias envolvidas. Essa aproximação inicial possibilitou conhecer a realidade local e identificar as principais plantas medicinais utilizadas pelos

moradores para o tratamento ou alívio de sintomas, permitindo identificar as plantas mais frequentemente utilizadas, suas respectivas finalidades terapêuticas e as formas de preparo e utilização adotadas pelos idosos. Com base nesse levantamento, os acadêmicos procederam à análise e organização das informações obtidas, buscando relações entre os saberes populares identificados no território e conhecimentos científicos disponíveis acerca dos possíveis benefícios terapêuticos, contraindicações, efeitos adversos, riscos de toxicidade e potenciais interações medicamentosas.

A atividade iniciou-se com uma exposição dialogada sobre as plantas medicinais previamente identificadas, abordando seus usos tradicionais e respectivas finalidades terapêuticas. A abordagem não se restringiu apenas aos possíveis benefícios associados ao uso adequado das plantas medicinais, enfatizando também a necessidade de compreender que produtos de origem vegetal também possuem compostos biologicamente ativos podendo, portanto, ocasionar reações adversas, apresentar restrições ao uso e estabelecer interações com medicamentos administrados simultaneamente. Sob essa perspectiva, foram abordados os possíveis riscos relacionados à automedicação com plantas medicinais, enfatizando a atenção aos idosos que fazem uso de medicamentos de forma contínua. A atividade buscou desconstruir a ideia de que uma planta considerada “natural” é necessariamente isenta de riscos, ressaltando que sua utilização pode ocasionar efeitos indesejados e comprometer a segurança do tratamento, principalmente quando seu uso ocorre sem orientação adequada, em doses desconhecidas ou concomitantemente a outros medicamentos. A estratégia foi conduzida de maneira acessível, procurando utilizar do conhecimento científico sem desconsiderar os saberes construídos pela própria comunidade, abordados como fatores essenciais para a comunicação em saúde e para o fortalecimento de práticas de autocuidado mais seguras.

Posteriormente a exposição inicial, foi realizado um espaço de escuta individual entre os idosos e os acadêmicos, no qual cada estudante estabeleceu uma conversa com um participante, buscando aprofundar a compreensão da sua relação cotidiana com as plantas medicinais. Ao longo desses diálogos, foram explorados fatores como as principais plantas utilizadas pelo idoso, as finalidades atribuídas ao seu uso, a frequência e a forma de utilização, além da utilização concomitante de medicamentos convencionais e outros aspectos relacionados à rotina de cuidado dos participantes. Essas informações possibilitaram entender a incorporação da fitoterapia nas práticas de autocuidado e no manejo de diferentes necessidades de saúde. Esse momento de escuta individual favoreceu a troca de saberes entre acadêmicos e idosos, possibilitando reconhecer a influência de conhecimentos transmitidos entre gerações, experiências familiares e percepções sobre saúde e doença na adesão à

fitoterapia, simultaneamente permitindo aos estudantes compartilhar orientações voltadas à utilização mais consciente e segura desses recursos.

Ao fim da experiência, foi desenvolvida uma coletânea sistemática, reunindo as principais informações obtidas ao longo do contato com a comunidade e da ação educativa. A sistematização das informações, incluindo dados sobre plantas medicinais, seus usos, possíveis benefícios terapêuticos, efeitos adversos, contraindicações e interações medicamentosas, permitiu transformar as experiências individuais observadas durante a atividade em um registro coletivo da realidade encontrada no território. A coletânea, constituindo um produto acadêmico da ação, também possibilitou preservar parte dos conhecimentos populares identificados e, simultaneamente, organizá-los à luz das informações científicas discutidas pelos estudantes.

A experiência ampliou a percepção dos acadêmicos acerca da influência dos aspectos culturais, dos conhecimentos transmitidos no ambiente familiar e das experiências individuais na incorporação das plantas medicinais às práticas cotidianas de cuidado. Paralelamente, a atividade permitiu reconhecer que a associação entre o conceito de “natural” e a ideia de inocuidade pode levar à minimização dos possíveis efeitos biológicos e riscos relacionados a esses recursos, sobretudo quando utilizados concomitantemente a medicamentos de uso contínuo.

CONCLUSÃO

A atividade proporcionou, dentre tantos aprendizados, o entendimento da escuta qualificada com um pilar essencial para a valorização dos saberes populares no processo de educação em saúde. No âmbito acadêmico, a experiência representou uma oportunidade de desenvolver competências relacionadas à comunicação, à abordagem da população idosa e à integração entre conhecimento científico e cultura social, além de compreender um modelo de saúde que reconhece práticas terapêuticas adotadas pelos indivíduos. Nesse sentido, a abordagem reforçou a influência de fatores culturais, familiares e sociais na história de cada indivíduo, de modo a confirmar a necessidade da escuta qualificada, capaz de identificar possíveis riscos sem deslegitimar conhecimentos e experiências individuais.

Diante disso, a experiência realizada na comunidade Vila Sinhá evidenciou a necessidade de fortalecer as ações de educação em saúde e ampliar o diálogo sobre o uso consciente de plantas medicinais, sobretudo entre pessoas idosas mais suscetíveis à polifarmácia, o que amplia a possibilidade de interações entre diferentes substâncias. Nesse contexto, a atividade favoreceu a inserção dos acadêmicos na realidade da comunidade e possibilitou o fortalecimento de uma perspectiva de educação em saúde pautada no respeito aos

saberes culturais, na comunicação efetiva e na promoção do uso seguro e consciente das práticas terapêuticas.

REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO

1. NOVAIS, J. S. et al. Discourse of the collective subject of river dwellers in the Brazilian Amazon regarding the transmission of knowledge about medicinal plants. **Anais da Academia Brasileira de Ciências**, v. 95, n. 3, p. e20220832, 2023.
2. RAMOS, L. F. S. et al. Ethnobotanical Surveys of Plants Used by Quilombola Communities in Brazil: A Scoping Review. **Life**, v. 14, n. 10, p. 1215, 24 set. 2024.
3. CHENG, W. et al. Herb-Drug Interactions and Their Impact on Pharmacokinetics: An Update. **Current Drug Metabolism**, v. 24, n. 1, p. 28–69, jan. 2023.
4. BERNARDO, J.; VALENTÃO, P. Herb-drug interactions: A short review on central and peripheral nervous system drugs. **Phytotherapy Research**, v. 38, n. 4, p. 1903–1931, abr. 2024.
5. DINIZ, R. D. C. M. et al. Care practices, popular knowledge, and health promotion among quilombola woman in Brazil. **PLOS One**, v. 21, n. 2, p. e0343298, 20 fev. 2026.