

HENRIQUE DE OLIVEIRA AMADOR

O HORTO COMO INSTRUMENTO DE PERCEPÇÃO ETNOBOTÂNICA  
EM UM AMBIENTE DE APOIO E ACOLHIMENTO DE IDOSOS

BELÉM, PARÁ  
2020

HENRIQUE DE OLIVEIRA AMADOR

O HORTO COMO INSTRUMENTO DE PERCEPÇÃO ETNOBOTÂNICA  
EM UM AMBIENTE DE APOIO E ACOLHIMENTO DE IDOSOS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao colegiado do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, Modalidade Biologia da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciatura em Biologia.

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Dra. Marly Pedroso da Costa

BELÉM, PARÁ

2020

HENRIQUE DE OLIVEIRA AMADOR

O HORTO COMO INSTRUMENTO DE PERCEPÇÃO ETNOBOTÂNICA  
EM UM AMBIENTE DE APOIO E ACOLHIMENTO DE IDOSOS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao colegiado do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, Modalidade Biologia da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciatura em Biologia.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dra. Marly Pedroso da Costa  
Universidade Federal do Pará

Avaliadora: Prof<sup>a</sup>. Dra. Ana Cristina Andrade de Aguiar  
Universidade Federal do Pará

Avaliador: Prof<sup>o</sup>. Dr. Rosildo Santos Paiva  
Universidade Federal do Pará

BELÉM, PARÁ

2020

Aos meus pais, Teresa e Ivandir, que são  
meu maior orgulho, força e inspiração  
para querer conquistar cada vez mais.

## **AGRADECIMENTOS**

Em primeiro lugar a Deus, por ter me concedido o dom da vida e saúde para realizar este estudo.

Aos meus familiares pelo incentivo, pelo amor e por sempre me apoiarem nas minhas escolhas. Obrigado por tudo, eu amo vocês.

Aos meus orientadores, Prof<sup>a</sup>. Marly Costa e Prof. Marco Antônio Neto, pela oportunidade, conversas, conselhos, paciência e profissionalismo.

Agradeço ao Prof. Rosildo Paiva e a Prof<sup>a</sup>. Ana Cristina Aguiar, por aceitarem fazer parte da banca.

Aos idosos do Abrigo Nosso Lar Socorro Gabriel, pelas conversas, elogios, histórias contadas e pelo aprendizado pessoal que tive durante esse período.

Agradeço também a direção do abrigo e aos funcionários por acreditarem e terem se envolvido no projeto, realizando ações que foram além de suas atribuições profissionais.

Ao Embrapa por gentilmente ter cedido as mudas para que fossem implantadas no horto .

Ao amigo Eduardo Rocha, por ter ajudado na construção do horto.

Aos meus amigos do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, por toda experiência, convivência e aprendizados compartilhados.

Agradeço a Universidade Federal do Pará, ao Instituto de Ciências Biológicas e ao corpo docente do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, por terem feito parte da minha formação.

A todos aqueles que de alguma maneira contribuíram para que este trabalho fosse realizado

**SUMÁRIO**

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	1
1.1. OBJETIVO GERAL .....	3
1.2. OBJETIVO ESPECÍFICO .....	3
<b>2. MATERIAL E MÉTODOS</b> .....	4
2.1. IMPLANTAÇÃO DO HORTO DE PLANTAS MEDICINAIS E AROMÁTICAS .....	4
2.1.1. Características ambientais do horto .....	4
2.1.2. Preparação das mudas .....	4
2.1.3. Canteiros .....	5
2.1.4. Preparação do solo, distribuição e preenchimento dos pneus .....	6
2.1.5. Plantio das mudas .....	6
2.1.6. Identificação das plantas nos canteiros .....	6
2.2. INTERVENÇÃO ETNOBOTÂNICA COM IDOSOS .....	7
2.3. CONVERSAS INFORMAIS E QUESTIONÁRIOS COM FUNCIONÁRIOS .....	7
<b>3. RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	9
<b>4. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	15
<b>5. REFERÊNCIAS</b> .....	16

## RESUMO

A observação do uso das plantas medicinais e aromáticas e os conhecimentos das mesmas que são passados por gerações, é o objeto de estudo da etnobotânica, que aborda a interação entre as pessoas e as plantas em ambientes dinâmicos. Nesse contexto, foi realizada uma abordagem e intervenção etnobotânica, no Abrigo de Idosos Nosso Lar Socorro Gabriel, situado no bairro Maracangalha, em Belém no estado do Pará. Através da implantação de um horto de plantas medicinais e aromáticas, foi possível a observação e o desenvolvimento do trabalho acadêmico, usando como instrumentos metodológicos para obtenção de dados, formulários e conversas informais, obtidos a partir da intervenção etnobotânica juntamente com a implantação de um horto de plantas medicinais e aromáticas, que através de uma análise qualitativa foi possível descrever os resultados, que mostraram a possibilidade de uma nova atividade recreativa dentro do abrigo, a disponibilidade de 25 espécies de plantas entre medicinais e aromáticas, a utilização das plantas do horto na alimentação diária, reconhecer os conhecimentos prévios dos idosos em relação ao uso de plantas medicinais e identificar as potencialidades da prática da horticultura no contexto psicossocial.

**Palavras-chave: etnobotânica, medicinais, horticultura**

## 1. INTRODUÇÃO

A interação entre o homem e as plantas ocorre de diversas formas e podem ser observadas a partir de diversos pontos de vista devido a sua complexidade. Dentre os aspectos dessa relação, a dependência do homem para sua sobrevivência, seja a dependência direta ou indireta, se mostra com maior evidência (AMOROSO, 2002). A etnobotânica tem como objetivo compreender essas relações de co-dependência entre as pessoas e as plantas, e entender como as plantas são incorporados nas tradições culturais e práticas populares (DAVIS, 1995; BALICK & COX, 1997). Os estudos etnobotânicos são de grande relevância para o uso medicinal de plantas, já que grande parte da população brasileira faz uso de plantas para tratamento de doenças, além de fornecer dados para estudos de conservação (BADKE, 2008).

Com a percepção do homem sobre a existência de propriedades nas plantas que podem causar mudanças e reações benéficas ao organismo, adotou-se o uso das plantas medicinais para manutenção e recuperação da saúde humana, desde o uso mais simples e natural até o uso industrial com medicamentos e tecnologias sofisticadas (LORENZI & MATOS, 2008). O uso de ervas, materiais derivados das ervas, preparações de plantas medicinais ou produtos que contem ingredientes como partes ativas de plantas, usadas como medicamentos, constituem a prática da fitoterapia, que concebe a prevenção, o diagnóstico, o tratamento e a melhora dos sintomas físicos e mentais do corpo, através das atividades terapêuticas com os fitoterápicos. (WHO/OMS de 2010). Ainda de acordo com a WHO/OMS (2010) refere-se o termo “Medicina Tradicional” (TM) para as habilidades, teorias e práticas, crenças e experiências que estejam relacionadas ao conhecimento cultural, usadas na manutenção da saúde, que variam de acordo com a região.

Na sociedade atual as plantas assumem seu papel como recurso biológico e cultural, com potencial genético para o desenvolvimento de novos fármacos e como fonte de recursos financeiros (SILVA, 2010). Por outro lado, a modernização dos recursos biológicos com novas opções de tratamentos e cuidados com a saúde reflete a perda ou o abandono das práticas tradicionais de uso medicinal das plantas reforçando a desvalorização da cultura local (AMOROSO, 2002).

Dentre as possibilidades alcançadas pela etnobotânica, a valorização da Cultural Local é um viabilizador do processo de desenvolvimento local, permitindo a adequação de novos métodos de consumo sustentável. Para Castilho et al. (2009) O desenvolvimento local é um processo de transformação social, cultural e econômico que trás benefícios principalmente para os membros da própria comunidade, favorecendo a adequação de novas formas de produção e consumo, melhorando a qualidade de vida.

A Educação Ambiental pode ser observada como uma ferramenta de compromisso com o futuro, e como fator importante de repasse da cultura local, pois é ação que reformula comportamentos sociais humanos e recria valores perdidos, facilitando a compreensão do homem no meio ambiente. Para Bertocello et al. (2003) a educação ambiental desenvolvida em trabalhos com idosos, contribui para mudanças no comportamento em relação ao meio ambiente e melhorias na qualidade de vida, contribuindo para resgatar o papel político-social do idoso.

A horticultura consiste nas práticas ligadas ao cultivo de plantas, horta, jardins e pomar, e pode estar relacionado com alguns campos da saúde, bem-estar humano, educação ambiental, inclusão social e de apoio a pessoas idosas ou com deficiências, em instituições de saúde e reabilitação psicossocial. A horticultura Social e terapêutica (HST) enquadra-se em programas promovidos por instituições sociais, governamentais, estabelecimentos prisionais, instituições de ensino superior, entre outros, que tem como premissa a contribuição social para a melhoria da qualidade de vida, na saúde física, mental e emocional. (CUNHA, 2017; KERRIGAN, 1994).

Almejando aliar a pesquisa-ação e a educação ambiental com a etnobotânica, este estudo realiza uma pesquisa-ação-participativa, encadeando as práticas de estudos etnobotânicos ao resgate de conhecimentos junto aos idosos, buscando realizar a ação educativa ambiental com a participação dos sujeitos envolvidos (TOZONI-REIS, 2003). A Etnobotânica se aproxima conceitualmente da pesquisa-ação-participativa por meio da construção de materiais informativos e orientações sobre o uso de plantas medicinais junto a população, que através destes conhecimentos poderão criar programas de saúde adaptados a sua realidade. Como estratégia de conscientização aos idosos e comunidade do Abrigo de Idosos Nosso Lar Socorro Gabriel, foi instituído o Projeto de Implantação do Horto de Plantas

Medicinais e Aromáticas, com enfoque principal nas plantas medicinais e como metodologia a pesquisa-ação-participativa.

### 1.1. OBJETIVO GERAL

Verificar o conhecimento e uso de plantas medicinais e aromáticas pelos idosos e funcionários do Abrigo Nosso Lar Socorro Gabriel, intervir com a construção de um horto e verificar as implicações da intervenção com a relação etnobotânica.

### 1.2. OBJETIVO ESPECÍFICO

Implantar um horto de plantas medicinais e aromáticas;

Aplicar questionários semiestruturados para uma amostra dos moradores do Abrigo, a fim de perceber conhecimentos prévios e obter resultados;

Apontar as formas de utilização das plantas medicinais e seus fins e indicar quais partes das plantas são utilizadas;

Avaliar a mudança na rotina do abrigo em relação ao uso das plantas após a implantação do horto.

## **2. MATERIAL E MÉTODOS**

A pesquisa se baseou em uma abordagem qualitativa e exploratória, onde os instrumentos de coleta de dados foram a implantação do Horto de Plantas Medicinais e Aromáticas, conversas informais com idosos e funcionários, questionários (Anexo I; Anexo II) e observações.

A Implantação do Horto de plantas medicinais e aromáticas e o desenvolvimento da pesquisa empírica foram realizados no Abrigo de Idosos Nosso Lar Socorro Gabriel, situado no bairro Maracangalha, na cidade de Belém, estado do Pará.

### **2.1. IMPLANTAÇÃO DO HORTO DE PLANTAS MEDICINAIS E AROMÁTICAS**

#### **2.1.1. Características ambientais do horto**

a- Iluminação: Área aberta com pleno sol.

b- Solo: Constituído por muitas pedras e de textura arenoso. Sobre este solo inadequado ao plantio, foi colocada uma camada de terra preta.

c- Localização: Foi priorizado o fácil acesso por parte dos idosos. Desta forma, o Horto ficou localizado próximo a entrada principal e ao lado da área coberta onde ficam os idosos durante o dia. Garantindo assim, o bom acesso físico e visual.

#### **2.1.2. Preparação das mudas**

A aquisição das mudas ocorreu através de doação por parte do Horto de Plantas Medicinais da Embrapa (Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária), localizado na Av. Perimetral, nº, bairro do Marco, Belém, Pará. As mudas foram preparadas com o auxílio técnico da instituição. Posteriormente, foram selecionadas de acordo com a importância medicinal e a necessidade de uso no abrigo (figura 1).



Figura 1: Preparação das mudas no horto da Embrapa: plantio das mudas em copos plásticos; identificação das plantas e armazenamento em caixas para transporte.

### 2.1.3. Canteiros

Como canteiro para as plantas, foi definido o uso de pneus usados e em boas condições, retirados do meio ambiente na comunidade em que está localizado o abrigo e também feito a aquisição em alguns comércios da região, levando a informação para a comunidade sobre o projeto que estava sendo desenvolvido no abrigo e permitindo a participação através da doação dos pneus. A escolha de pneus possibilitou a aplicação da terra preta e o aumento do nível do solo para o crescimento das raízes. Antes da utilização, os pneus foram pintados com tintas de variadas cores para melhorar o aspecto visual do horto.



Figura 2: Preparação dos pneus que foram usados como canteiro no horto: corte do raio central do pneu e pintura de cores variadas.

#### 2.1.4. Preparação do solo, distribuição e preenchimento dos pneus

Foi realizado o processo de coroamento do solo nos locais onde os pneus iriam ficar. Coroamento é a retirada da camada de grama no local onde os pneus seriam dispostos, para evitar o crescimento de grama nos pneus e competição com as plantas que seriam implantadas. Os pneus foram dispostos entre si, na distância de aproximadamente 60 cm. Em seguida, foi realizado o preenchimento dos pneus com terra preta (figura 3).



Figura 3: Preenchimento dos pneus com terra preta, distribuição e plantio das mudas

#### 2.1.5. Plantio das mudas

O plantio das mudas nos pneus preenchidos com terra foi realizado entre 8 a 10 h, evitando-se assim o excesso de desidratação das plantas. Ocasão esta, que houve a participação direta de alguns idosos moradores do abrigo. A irrigação finalizou a etapa de plantio.

Foram implantadas 32 plantas, de 25 espécies diferentes, sendo 18 medicinais e 7 medicinais e aromáticas.

#### 2.1.6. Identificação das plantas nos canteiros

As plantas foram identificadas em cada pneu, utilizando-se placas de plástico, caneta com tinta permanente e verniz para artesanato, com informações do

nome popular da planta, nome científico e família (figura 4). Para a identificação foi feita uma revisão bibliográfica em artigos e livros, com publicação determinada no intervalo de 10 anos, e na Plataforma Flora do Brasil, para manter as informações atualizadas (tabela 1).



Figura 4. Identificação botânica das plantas do horto em plaquinhas de pvc.

## 2.2. INTERVENÇÃO ETNOBOTÂNICA COM IDOSOS

A abordagem teve a intenção de instigar os conhecimentos pré-existentes quanto ao uso das plantas medicinais e aromáticas. Desta forma, foram realizadas conversas e apresentação de mudas de algumas espécies do Horto do abrigo. Para maior eficácia deste momento, foi consultada a secretaria do abrigo, que através da assistência social do mesmo, pré-definiu 11 idosos, levando-se em consideração aspectos individuais, visto que, alguns idosos não dispõem de condições intelectuais para esse tipo de abordagem. No momento da intervenção foram apresentadas aos idosos as mudas de três espécies de plantas escolhidas pela sua popularidade na região (Hortelã, Boldo e Babosa) e neste momento feito perguntas, para identificar se o idoso reconhecia a plantas que estavam sendo apresentadas, se já havia feito uso da planta de forma medicinal, se sabia o uso medicinal das plantas e se conhecia outras plantas e o uso medicinal dessas outras plantas, com a finalidade de estimular a memória (anexo I).

### 2.3. CONVERSAS INFORMAIS E QUESTIONÁRIOS COM FUNCIONÁRIOS

Antes da implantação do horto, foram realizadas abordagens com os funcionários, principalmente com os da cozinha. Inicialmente foi através de conversas informais, onde foram abordados quais os usos de plantas na rotina do abrigo e quais as necessidades e dificuldades para sua utilização.

Aproximadamente com um ano da implantação do horto, iniciou-se o consumo das plantas pela cozinha no preparo de chá e condimentos nas comidas dos idosos. Com o objetivo de avaliar novamente o uso das plantas, outra abordagem foi realizada, desta vez utilizando um questionário (anexo II), com a Sr<sup>a</sup> Lucia, responsável pela cozinha do abrigo, onde foram feitas perguntas sobre os usos das plantas na cozinha do abrigo, quais plantas estavam sendo utilizadas e quais as formas de utilização, além disso, a frequência em que cada planta era utilizada.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A coleta dos dados para os resultados foram obtidas principalmente a partir do projeto de implantação do horto de plantas medicinais e aromáticas, que almejou o alcance dos objetivos do projeto e serviu como apoio a intervenção etnobotânica. Utilizando o método qualitativo e exploratório, vários fatores decorrem como resultados da implantação do horto, como a possibilidade da reutilização de materiais que estavam no meio ambiente no bairro Maracangalha, além da conscientização da comunidade sobre o trabalho no abrigo. Outros alcances mais intrínsecos são a possibilidade de mais uma atividade dentro do abrigo, a interação com os idosos e a disponibilidade das plantas para a utilização medicinal e como suporte para a cozinha do abrigo na alimentação diária dos idosos.

Com a metodologia aplicada ao projeto e como principal resultado do projeto de implantação do horto de plantas medicinais e aromáticas no abrigo, foram implantadas 32 plantas (tabela 1) no horto que estão disponíveis para uso medicinal e na alimentação diário no abrigo.

Tabela 1. Classificação das espécies implantadas no horto do abrigo: com classificação botânica contendo família e nome científico; nome popular; e classificação medicinal com o uso medicinal, parte usada e principais indicações.

FAMÍLIA	NOME CIENTÍFICO	NOME POPULAR	USO	PARTE USADA	PRINCIPAIS INDICAÇÕES
Acanthaceae	<i>Justicia pectoralis</i> Jacq.	Anador	Medicinal	Folhas	Tosse, bronquite e asma
Amaranthaceae	<i>Alternanthera brasiliana</i> var. <i>brasiliana</i> (L.) Kuntze	Terramicina	Medicinal	Folhas e Inflorescências	Tosses
	<i>Dysphania ambrosioides</i> (L.) Mosyakin & Clemants	Mastruz Erva-de-santa-maria	Medicinal	Folhas, Sementes e raízes	Reumatismo, digestiva, vermífuga e no tratamento de bronquite.
Amaryllidaceae	<i>Allium</i> L	Alho	Medicinal	Bulbilhos (dentes)	Laxante, vermífugo, expectorante, analgésico, hipotensor, anti-inflamatório.
Asphodelaceae	<i>Aloe vera</i> L. Burm.f.	Babosa	Medicinal	Folhas (gel da babosa)	Laxante, compressas e massagens, queda de cabelo, queimadura, tumor cancerígeno.

Tabela 1. Classificação das espécies implantadas no horto do abrigo: com classificação botânica contendo família e nome científico; nome popular; e classificação medicinal com o uso medicinal, parte usada e principais indicações.

FAMÍLIA	NOME CIENTÍFICO	NOME POPULAR	USO	PARTE USADA	PRINCIPAIS INDICAÇÕES
Asteraceae	<i>Eupatorium triplinerve</i> Vohl.	Japana Branca, Japana Rocha	Medicinal	Folhas e Caule	Tosses e dores de garganta, estimulantes, tônicos, adstringente e sudoríferos.
	<i>Solidago chilensis</i> Meyen	Arnica-Brasileira	Medicinal	Cápulos florais e rizomas.	Contusões e inchaços, anti-inflamatória, anti-hemorrágica, antirreumática e odontológica.
Bignoniaceae	<i>Arrabidaea chica</i> (Bonpl.) Verl.	Pariri	Medicinal	Folhas	Anemias, lesões e infecções.
Caricaceae	<i>Carica papaya</i> L.	Mamão	Medicinal	A flor masculina, fruto, sementes, folhas e o látex.	Asma, bronquite, tosse, circulação/coração, problemas de pele, problemas digestivos e vermes.
Crassulaceae	<i>Kalanchoe pinnata</i> (Lam.) Pers.	Pirarucu	Medicinal	Folha Fresca	Gastrite e úlceras, cicatrizante, cataplasmas e emplastos.
Fabaceae	<i>Libidibia férrea</i> (Mart. ex Tul.) L.P. Queiroz	Jucá	Medicinal	Fruto, cascas, raízes e sementes.	Asma, bronquite, gripe, febre, diarreia, reumatismo, dor de garganta, sinusite, rins e calmante.
Labiatae	<i>Mentha x piperita</i> L.	Hortelã	Medicinal / Aromática	Folhas	Vermífuga, analgésica, antisséptica, anti-inflamatória e tônica.
	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Alecrim	Medicinal / Aromática	Folhas secas e sumidades florais.	Carminativo, antiespasmódico, sedativo, diurético, antimicrobiano, tratamento hemorroidas e cefaleia.
Lamiaceae	<i>Ocimum basilicum</i> L.	Manjeriço	Medicinal / Aromática	Folhas	Tosse, febre, ferida, afecção de garganta e intestino.
	<i>Ocimum</i> L.	Alfavaca	Medicinal / Aromática	Folhas e na culinária a planta inteira.	Aftas e gases intestinais
	<i>Plectranthus barbatus</i> Andr.	Boldo-Nacional	Medicinal	Folhas	Hipotensora, calmante, antirreumática, hiposecretora gástrica.

Tabela 1. Classificação das espécies implantadas no horto do abrigo: com classificação botânica contendo família e nome científico; nome popular; e classificação medicinal com o uso medicinal, parte usada e principais indicações.

FAMÍLIA	NOME CIENTÍFICO	NOME POPULAR	USO	PARTE USADA	PRINCIPAIS INDICAÇÕES
Lamiaceae	<i>Origanum vulgare</i> L.	Orégano	Medicinal / Aromática	Sumidades floridas	Anorexia, má digestão, gases intestinais, bronquite úmida, dermatites, febres, reumatismos, torcicolo e tosses.
Malvaceae	<i>Gossypium arboreum</i> L.	Algodão	Medicinal	Folhas, flores, raízes e sementes	Diarreia, feridas, queimaduras, asma, anemias, catarros, disenteria e inflamações do intestino.
Phyllanthaceae	<i>Phyllanthus</i> L.	Quebra-pedra	Medicinal	Toda a planta (exceto a raiz)	Cálculos renais, hipoglicemiante, diurético.
Piperaceae	<i>Piper callosum</i> Ruiz & Pav	Elixir Paregórico	Medicinal	Folhas	Dispepsia e dor estomacal
Poaceae	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf	Capim-santo Capim-limão	Medicinal	Folhas, rizomas e raízes.	Calmante, analgésico, antifebril, antirreumático, antitussígeno, diaforético, digestivo, hipotensor.
Rubiaceae	<i>Coccocypselum capitatum</i> (Graham) C.B.Costa & Mamede	Hortelâzinho	Medicinal / Aromática	Folhas	Expectorante, antigripal, hipertensão, derrame, vermífugo e cefaleia.
Simaroubaceae	<i>Quassia amara</i> L.	Quina	Medicinal	Folhas e Cascas	Afecções sanguíneas e dermatológicas, febre, malária, diarreia, cólica e congestões hepáticas;
Verbenaceae	<i>Lippia alba</i> (Mill.) N.E.Br. ex P. Wilson	Erva-cidreira	Medicinal	Folhas	Mal-estar gástrico, cólica menstrual, diarreia, nervosismo e gripe.
Zingiberaceae	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	Gengibre	Medicinal / Aromática	Rizoma (raiz)	Reumatismos, traumatismos e rouquidão.

Em conversas informais que antecederam a implantação do horto, foi informado pelos funcionários da cozinha, que era pouco frequente a utilização de plantas na alimentação dentro do abrigo, pois não eram cedidos pelo governo esse tipo de alimentos. Os resultados em relação à utilização das plantas no abrigo foram obtidos aproximadamente após 01 (um) ano da implantação do horto, através de entrevistas com os funcionários da cozinha, onde foi observada a utilização de algumas espécies (tabela 2), que foram classificadas em 16% com uso muito frequente e necessárias para o abrigo e 24% das plantas com utilização pouco frequente, mas que tinham alguma utilidade (gráfico 1). Foi observado nesse momento de entrevista (anexo II), que as plantas que estavam sendo usadas, eram plantas mais comuns e conhecidas na região e que os próprios funcionários já tinham o conhecimento sobre a utilidade da planta e como fazer o uso delas, e que havia a necessidade de informações sobre outras plantas. Para suprir a necessidade de informações sobre o uso medicinal foi ministrada uma palestra, onde foi produzido dois banners com informações sobre as plantas mais utilizadas e condições médicas mais comuns a idosos (anexo III; anexo IV) e nesse momento entregue a direção do abrigo o livro “PLANTAS MEDICINAIS: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular” que foi a principal referencia para a escolha das espécies implantadas no horto (figura 5)..

Tabela 2. Plantas do horto que são utilizadas na cozinha do abrigo, com o nome da planta, formas de uso e frequência da utilização.

<b>Plantas</b>	<b>Formas de Uso</b>	<b>Frequência de usos</b>
Alfavaca	Aromática	Pouco frequente
Capim-santo	Chá	Muito frequente
Cebola Capim	Aromática	Pouco frequente
Chicória	Aromática	Pouco frequente
Espinafre	Aromática	Muito frequente
Erva Cidreira	Chá	Muito frequente
Gengibre	Chá	Pouco frequente
Hortelãzinho	Aromática	Pouco frequente
Japana Branca e Rocha	Banhos	Pouco frequente
Manjerição	Aromática	Muito frequente
Orégano	Aromática	Pouco frequente
Tomilho	Aromática	Muito frequente

Gráfico 1: Frequência de utilização das plantas do horto no abrigo, de acordo com a entrevista com a Sr<sup>a</sup> Lucia (tabela 2).

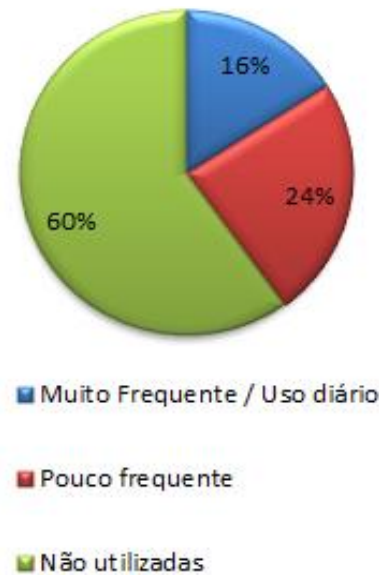


Figura 5. Palestra apresentada aos idosos e funcionário sobre a utilização das plantas medicinais e entrega do livro “PLANTAS MEDICINAIS: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular” à direção do abrigo, como referência para o uso medicinal das plantas no abrigo.

O uso dos pneus como objeto de reaproveitamento e reciclagem de materiais, buscou levantar as questões relacionadas com a educação ambiental e preservação do meio ambiente, levando para a comunidade do abrigo, a comunidade em torno do abrigo e oficinas de automóveis no bairro em que o abrigo está situado, a informação de novas perspectivas sobre o reaproveitamento dos

pneus usados, ainda que de forma paliativa na preservação do meio ambiente, essas medidas de reutilização podem minimizar a degradação e problemas ambientais na comunidade.

O trabalho de implantação do horto despertou interesse nos idosos desde o início, inicialmente como objeto de curiosidade, com uma atividade e pessoas diferentes dos seus cotidianos, alguns idosos e funcionários questionando sobre o que estava sendo feito no local, e aos poucos a informação foi se espalhando entre eles. No momento da intervenção etnobotânica e apresentação do projeto aos idosos, ficaram evidentes os conhecimentos pré-existentes sobre a utilização de plantas medicinais ao longo de suas vidas, e o momento resgatou memórias sobre a utilização das plantas, alguns idosos tiveram algumas dificuldades, mas com um estímulo mais intenso tinham acesso a suas memórias e conhecimentos.

A interação e convivência com os idosos e funcionários do abrigo ocorreram durante o processo de implantação e cuidados diários com o horto, durante o processo de implantação alguns dos idosos demonstravam interesse perguntando sobre o horto e demonstrando afeto elogiando o trabalho que estava sendo feito. Durante a construção e implantação do horto, um idoso se prontificou em ajudar participando frequentemente de algumas fases do processo e após a implantação outro idoso se interessou pelos cuidados diários, desta forma, caracterizando uma atividade no cotidiano dos idosos que se envolveram ativamente no horto.

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A interdisciplinaridade da etnobotânica no contexto do desenvolvimento local possibilita diversas aplicações sociais, neste sentido, foi considerado os aspectos psicológicos e sociais, de saúde, intelectuais e educacionais. Neste trabalho evidenciou-se a importância de projetos acadêmicos em ambientes institucionalizados, trazendo para estes conhecimentos e ações que dinamizam e promovem o bem-estar.

A socialização das pessoas em ambientes institucionalizados com a aplicação de projetos acadêmicos de extensão, se mostras eficaz pela criação de novas atividades, práticas e formas de convivência, além do estímulo intelectual. Inserir o uso de plantas no cotidiano de um abrigo de idosos fornece aos abrigados os benefícios psicossociais de resgate de conhecimentos, acesso as memórias afetivas, mudança visual do ambiente de vivência e a prática de atividades físicas.

A inclusão de plantas medicinais e aromáticas através do horto aumenta a oferta de alimentos de elevado poder nutritivo e melhora as condições de vida com efeitos diretos na saúde da comunidade do abrigo, trazendo para a instituição segurança alimentar e nutricionais, com recursos adquiridos de forma sustentável.

O presente estudo não permitiu alcançar uma generalização de suas conclusões, devido a abordagem qualitativa aplicada, no entanto, fornece resultados e observações que evidenciam os benefícios na qualidade de vida. Por estes motivos, considera-se que apresenta potencialidades na implementação de Hortos de Plantas Medicinais e Aromáticas em instituições de apoio e de acolhimento de idosos.

## 5. REFERÊNCIAS

CUNHA, JOAQUIM ALMEIDA et al. Actas Portuguesa de Horticultura, I Colóquio Nacional de Horticultura Social e Terapêutica, Associação Portuguesa de Horticultura (APH); <http://www.aphorticultura.pt>. 2017.

AMOROSO, M. C. M. Uso e diversidade de plantas medicinais em Santo Antônio do Leverger, MT, Brasil. Acta Botânica Brasílica. v.16, p.189-203, 2002.

BADKE, M. R. Conhecimento popular sobre o uso de plantas medicinais e o cuidado de enfermagem. Universidade Federal de Santa Maria-RS. Centro de Ciências da Saúde. 2008.

BALICK, M. J.; COX, P. A. Plants, people, and culture: the Science of Ethnobotany. New York: Scientific American Library, 1997. 228p.

BERTONCELLO, S.L.; SCAPOL, M.E.S.; PINTO, G.C.F.; TOZONI-REIS, M.F.C.; DINIZ, R.E.S. Educação Ambiental e terceira idade: análise de um processo de conscientização. In: ENCONTRO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL – EPEA, 2. São Carlos, 2003

CASTILHO, Maria A.; ARENHARDT, Mauro M.; Le BOURLEGAT, Cleonice A. Cultura e identidade: os desafios para o desenvolvimento local no assentamento Aroeira, Chapadão do Sul, MS. Interações, Campo Grande, MS, v. 10, n. 2, p. 159-169, jul./dez. 2009.

DAVIS, E. W. 1995. Ethnobotany: an old practice, a new discipline. In: Schultes, R. E. & Reis, S. von (eds.). Ethnobotany evolution of a discipline. Discorides Press. Pp. 40-51.

LORENZI, H. e MATOS, F. J. Plantas Medicinais no Brasil: nativas e exóticas. 2. Ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum. 2008.

OMS - Organização Mundial de Saúde. WHO guidelines on good herbal processing practices for herbal medicines. Disponível em: [https://www.who.int/traditional-complementary-integrative-medicine/publications/trs1010\\_annex1.pdf?ua=1](https://www.who.int/traditional-complementary-integrative-medicine/publications/trs1010_annex1.pdf?ua=1). Acesso em: 07/10/2019.

SILVA, M. S. Uso e Avaliação Farmacológica de Plantas Medicinais Utilizadas na Medicina Popular do Povoado Colônia Treze em Lagarto/SE. Disponível em: [http://www.anppas.org.br/encontro\\_anual/encontro2/GT/GT02/GTMariaSilene.pdf](http://www.anppas.org.br/encontro_anual/encontro2/GT/GT02/GTMariaSilene.pdf)  
Acesso em: 07/10/2019

TOZONI-REIS, M.F.C.; DINIZ, R.E.S. A formação dos educadores ambientais na universidade: contribuições da metodologia da pesquisa-ação-participativa. In: ENCONTRO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL – EPEA, 2., 2003, São Carlos. Anais... São Carlos, 2003. 1 CD-ROM.

**ANEXO I – CONVERSA/ENTREVISTA COM IDOSOS PARA IDENTIFICAR  
CONHECIMENTOS PRÉVIOS SOBRE O USO MEDICINAL DAS PLANTAS**

**RECONHECIMENTO DAS PLANTAS**

<b>IDOSO</b>	<b>BOLDO</b>	<b>BABOSA</b>	<b>HORTELÃ</b>	<b>REALIZOU USO MEDICINAL?</b>
Coutinho	x	x	-	SIM
Douglas	x	x	-	SIM
Francisco	x	x	-	SIM
Graça	x	x	x	NÃO
Iracema	-	x	-	SIM
João Bosco	x	x	x	SIM
Madalena	-	-	-	SIM
Porfírio	x	x	x	SIM
Rosalina	-	x	-	SIM
Santana	-	x	-	SIM
Totó	x	x	-	SIM

(x) Reconheceu a planta                      (-) Não Reconhecer

Obs: A maioria dos idosos precisou de algumas dicas para reconhecer a planta e para lembrar sua utilidade medicinal,

**Observação individual:**

<b>IDOSO</b>	
Coutinho	
Douglas	
Francisco	
Graça	Não aceitou ajuda para reconhecer a planta, afirmou não ter feito uso medicinal, mas que conhecia por ter cultivado várias plantas ao longo da sua vida.
Iracema	
João Bosco	
Madalena	A idosa estava indisposta no momento da conversa e preferiu não participar.
Porfírio	Reconheceu todas as plantas e ainda citou outras o qual já tinha feito uso medicinal.
Rosalina	
Santana	
Totó	Revelou já ter trabalhado com horticultura e conhecer várias plantas e usos medicinais.

ANEXO II – ENTREVISTA COM A SR<sup>a</sup> LUCIA, SOBRE O USO DAS PLANTAS DO HORTO NA COZINHA DO ABRIGO

1 – As plantas do horto estão sendo utilizadas na cozinha?

2 – Quais plantas são utilizadas?

3 – Qual a frequência de uso?

4 – Quais plantas são necessárias ter em maior quantidade?

5 – Quais plantas estão faltando no horto do abrigo?

## ANEXO III – BANNER I USADO NA PALESTRA



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
FACULDADE DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
CURSO: LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
DOCENTE: MARLY PEDROSO DA COSTA  
DISCENTE: HENRIQUE DE OLIVEIRA AMADOR



## HORTO NOSSO LAR SOCORRO GABRIEL

## BABOSA

**Nome Científico:** Aloe vera L.

**Família:** Asphodelaceae

**Nome Vulgar:** Babosa folha miúda, babosa folha grande, erva babosa, caragiatá, Aloé.

**Parte usada:** Látex dessecado das folhas e mucilagem obtida das folhas, conhecidas como gel da babosa.

**Usos Medicinais:**

- **Como laxante:** Obtém-se a resina cortando transversalmente a base das folhas deixando-as penduradas por 1 ou 2 dias para escorrer o sumo, que deve ser seco ao fogo ou ao sol. Quando bem seco, pode ser transformado em pó. Tomar 0,1 a 0,2 g do pó dissolvido em água com açúcar.

- **Para utilizar em compressas e massagens nas contusões, entorses e dores reumáticas:** Tintura: triturar 50 g de folhas descascadas em 250 ml de álcool e 250 ml de água. Coar.

- **Queda de cabelo e queimaduras:** 1 folha de babosa, algumas gotas de limão e 1 pitada de sal. Bater no liquidificador a folha (sem a casca) as gotas de limão e o sal. Aplicar na região afetada e deixar agir por 30 minutos, em seguida, lavar.

- **Tumor cancerígeno:** 1 metro de folha verde de babosa em 300 ml de mel em 1 cálice de álcool de cereais. Bater no liquidificador o material (retirando a casca da folha). Tomar 20 ml 3 vezes ao dia.



## BOLDO

**Nome Científico:** Plectranthus barbatus Andrews

**Família:** Labiatae

**Nome Vulgar:** Boldo, boldo-de-jardim, boldo-silvestre, falso-boldo, boldo-nacional, boldo-do-reino, tapete-de-oxalá, sete-dores, malva-amarga, malva-santa, sete-sangrias.

**Parte usada:** folhas

**Uso medicinal:**

- **Dispepsia (digestão difícil) / dor estomacal:** 2 gramas de folhas verdes em 200 ml de água. Fazer chá por infusão durante 12 minutos. Tomar 1 xícara de chá por dia.



## ALECRIM

**Nome científico:** Rosmarinus officinalis L.

**Família:** Labiatae

**Nome vulgar:** alecrim-de-jardim; rosmaninho; libanotis; alecrim-de-cheiro; alecrim-de-horta.

**Parte usada:** Folhas secas e sumidades florais.

**Usos medicinais:**

- **Hemorroidas:** 250 gramas de folhas verdes em 750 ml de álcool de cereais a 70%. Deixar 10 dias em maceração, protegido da luz solar, coar e transferir para frasco âmbar. Tomar 20 gotas diluídas em ½ copo de água, uma vez ao dia, durante um período de 10 a 15 dias.



## ELIXIR PAREGÓRICO

**Nome Científico:** Piper callosum Ruiz & Pav

**Família:** Piperaceae

**Nome vulgar:** Óleo-Elétrico, João-brandinho, matricá, ventre-livre.

**Parte Usada:** Folhas

**Usos medicinais:**

- **Dispepsia (digestão difícil) / dor estomacal:** 3 gramas de folhas verdes em 1 copo e ½ (300 ml) de água. Fazer chá por infusão durante 12 minutos. Tomar um copo por dia.



## HORTELÃ

**Nome científico:** Mentha x piperita L.

**Família:** Labiatae

**Nome vulgar:** Hortelã; hortelã-pimenta, menta.

**Parte usada:** Folhas

**Usos medicinais:**

- **Para dores dentárias, fazer bochechos:** Infusão: Usar 1 colher de sobremesa de folhas por xícara. Tomar 3 xícaras ao dia, após ou entre as refeições.

- **Sauna facial para nevralgias faciais provocadas pelo frio:** Usar 25 g de folhas em 500 ml de água fervente. Expor o rosto aos vapores. Cobrindo a cabeça com uma toalha.



## GENGIBRE

**Nome Científico:** Zingiber officinale Roscoe

**Família:** Zingiberaceae

**Nome vulgar:** Gengibre; mangarataia; mangaratiá.

**Parte usada:** Rizoma (raiz)

**Usos Medicinais:**

- **Asma:** 10 gramas de raízes verdes em 200 ml de água. Fazer chá por decoção durante 3 a 6 minutos. Tomar 1 xícara de chá, 3 vezes ao dia, adoçando com 2 colheres de mel.

- **Gripes/Resfriados/Bronquite:** 10 gramas de raízes verdes em 200 ml de água. Fazer chá por decoção durante 3 a 6 minutos. Tomar 1 xícara de chá, 3 vezes ao dia, adoçando com 2 colheres de mel.

- **Reumatismos, traumatismos:** Compressa: Preparar compressas com o decocto e colocar no local afetado

- **Rouquidão:** Rizoma fresco - Mascar um pedaço.



PARA MAIS INFORMAÇÕES, CONSULTAR O LIVRO:

"PLANTAS MEDICINAIS: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular"

DISPONÍVEL NA SECRETARIA DO ABRIGO

**Referências:**

- Lameira, Osmar Alves; Pinto, José Eduardo Brasil Pereira. **Plantas Medicinais: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular.** - Belém, PA: Embrapa Amazônia Oriental, 2008.

- Ribeiro, Paulo Guilherme Ferreira; Diniz, Rui Cépil. **PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS Cultivo e Utilização.** Londrina-Pr: Instituto Agronômico do Paraná, 2008.

## ANEXO IV – BANNER II USADO NA PALESTRA



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
 INSTITUTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
 FACULDADE DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
 CURSO: LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
 DOCENTE: MARLY PEDROSO DA COSTA  
 DISCENTE: HENRIQUE DE OLIVEIRA AMADOR



## HORTO NOSSO LAR SOCORRO GABRIEL

### QUEBRA-PEDRA

**Nome científico:** *Phyllanthus niruri* L.

**Família:** Euphorbiaceae

**Nome Vulgar:** Arranca-pedra, erva-pombinha, saxifraga, conami, arrebenta-pedra, fura-parede, erva-pombinha-do-ceará, saudade-da-mulher, saúde-da-mulher.

**Parte usada:** Toda a planta, menos as raízes.

**Usos medicinais:**

- **Infuso ou decocto a 2%:** usar de 50 a 200 ml por dia:
- \***Para diabetes:** fazer o infuso com 75 g de erva seca para 1 litro de água. Tomar 2 xícaras ao dia.
- \***Para diurese:** 35 g de erva seca por litro de água. Tomar 3 xícaras ao dia.
- **Cálculos Renais:** 2 plantas inteiras em ½ litro de água. Fazer o chá por decoção durante 15 a 20 minutos. Tomar 2 a 3 xícaras por dia. Após a utilização do chá por 10 dias consecutivos, suspender o seu uso por 2 semanas.



### ALFAVACA

**Nome Científico:** *Ocimum selloi* Benth

**Família:** Lamiaceae

**Nome vulgar:** Atroveran, alfavaquinha e elixir-paregórico.

**Parte Usada:** Principalmente as folhas, frescas ou secas. Na culinária, para chás ou extração de óleo, a planta toda pode ser utilizada.

**Formas de Uso:**

- **Aftas:** 2 a 3 gramas de material fresco em 200 ml de água. Fazer chá por infusão durante 12 minutos. Fazer gargarejos 3 a 4 vezes ao dia.
- **Gases intestinais:** 2 a 3 gramas de folhas verdes em 200 ml de água. Fazer chá por decoção durante 2 minutos, seguido por infusão de 12 minutos. Fazer gargarejos 3 a 4 vezes ao dia.



### ERVA-CIDREIRA

**Nome Científico:** *Lippia* (Mill) N. E. Brown

**Família:** Verbenaceae

**Nome Vulgar:** Alecrim-do-campo, alecrim selvagem, alecrim, cidreira-brava, falsa-melissa, capitão-de-mato, salva-limão, sálvia-da-gripe.

**Parte usada:** Folhas

**Usos medicinais:**

- **Palpitações Cardíacas:** Três colheres de sopa de folha seca em ½ litro de água. Fazer chá por infusão durante 12 minutos. Tomar uma xícara de chá 4 vezes ao dia.
- **Gases Intestinais:** 2 gramas de folhas verdes em 200 ml de água. Fazer chá por infusão durante 12 minutos. Tomar uma xícara de chá 4 vezes ao dia.



### ANADOR

**Nome Científico:** *Justicia pectoralis* Jacq.

**Família:** Acanthaceae

**Nome vulgar:** Chambá, Anador, Melhoral.

**Parte Usada:** Folhas

**Usos Medicinais:**

- **Tosse, bronquite e asma:** Utiliza-se a infusão das folhas frescas ou secas, 1 xícara (150ml) de 1 a 3 vezes por dia.



### ALGODÃO

**Nome Científico:** *Gossypium arboreum* L.

**Família:** Malvaceae

**Nome vulgar:** Algodão; Algodoeiro.

**Parte Usada:** As folhas, flores, raízes (com cascas) e sementes.

**Usos medicinais:**

- **Diarreia:** 2 gramas de material verde em 200 ml de água. Fazer chá por infusão durante 12 minutos. Tomar 4 a 5 xícaras de chá por dia.
- **Feridas:** Aplicar o sumo das folhas ou das flores, é cicatrizante.
- **Queimaduras:** Aplicar as folhas ou flores moídas, o sumo ou o chá sobre o local.
- **Asma:** Tomar duas xícaras ao dia, da decoção da semente\*, com mel.
- **Digestivo, diurético e para combater anemias, catarros, disenteria e inflamações do intestino:** Tomar duas xícaras ao dia, da decoção das raízes ou das folhas\*\*.

\* **Decocção da semente:** Ferver uma semente, em uma xícara de água.

\*\* **Decocção das Raízes:** Colocar um pedaço de raiz, bem picada, em meio litro de água e ferver por 5 minutos, abafar, deixar esfriar e coar.



### MASTRUZ

**Nome Científico:** *Chenopodium ambrosioides* L.

**Família:** Chenopodiaceae

**Nome Vulgar:** Mastruzo, menstruz, canudo, erva-santa, mastruz, mata-cobra, anserina-vermífuga, erva-mata-pulgas, erva-das-cobras, erva-formigueira, erva-vomiqueira, erva-das lombrigas, Erva-de-Santa-Maria.

**Parte usada:** folhas, sementes e raízes.

**Usos medicinais:**

- **Externamente:** as raízes frescas são utilizadas no tratamento de reumatismo.
- **Digestivas, vermífugas e em casos de bronquite:** Tritura-se as folhas nas doses de 0,1 a 0,3 g da planta por kg de peso da pessoa. O tratamento deve durar no máximo 1 semana, sendo suspenso por 3 a 4 semanas, para então, ser retomado.



PARA MAIS INFORMAÇÕES, CONSULTAR O LIVRO:

"PLANTAS MEDICINAIS: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular"

DISPONÍVEL NA SECRETARIA DO ABRIGO

**Referências:**

- Lameira, Osmar Alves; Pinto, José Eduardo Brasil Pereira. **Plantas Medicinais: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular.** - Belém, PA: Embrapa Amazônia Oriental, 2008.
- Ribeiro, Paulo Guilherme Ferreira; Diniz, Rui Cépil. **PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS Cultivo e Utilização.** Londrina-Pr: Instituto Agronômico do Paraná, 2008.