

LEVANTAMENTO DAS PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS POR IDOSOS: UMA REVISÃO

Maria Aparecida Pereira da Silva^{*}
Vânia Jesus dos Santos de Oliveira^{**}

Atualmente têm-se observado um crescimento na utilização de plantas medicinais. Muitos estudos são necessários para que essa prática milenar, não se perca e que seja utilizada de forma correta pela população idosa. É preciso cuidado para evitar riscos, já que o princípio ativo das plantas é diferenciado e muitas vezes são utilizadas de forma inadequada sem um acompanhamento de um profissional e pode levar a toxicidade. No entanto os idosos trazem consigo o conhecimento popular, acerca do uso das plantas medicinais como meio de atenuar problemas de saúde. Este estudo teve como objetivo verificar quais são as plantas medicinais mais utilizadas pela população idosa e suas indicações. Para isso, foi realizado um levantamento bibliográfico, com a temática sobre plantas medicinais utilizadas por idosos. Foram utilizadas as bases de dados Scielo e Lilacs, os descritores utilizados foram “plantas medicinais”, “fitoterapia” e “idoso”. Como critério de inclusão artigos completos, com trabalhos publicados no período de 2013 a 2018 realizado com idosos, em português. Foram encontrados 25 artigos, porém dez foram selecionados por atenderem aos critérios de inclusão, excluindo todos outros que não se adequaram ao critério de inclusão. A prática difundida do uso das plantas medicinais levou ao incentivo de várias pesquisas e políticas públicas. De acordo com o levantamento bibliográfico as plantas medicinais mais utilizadas pelos idosos foram: Capim Santo (*Cymbopogon citratus*), Hortelã (*Mentha sp.*), Boldo (*Phyllanthus barbatus*), Camomila (*Matriacaria chamomilla*), Erva-cidreira (*Lippia alba*), Alecrim (*Rosamarinus officinalis*), Erva-doce (*Foeniculum vulgare*) e Pata de Vaca (*Bauhinia forficata*). O modo de preparo depende da parte da planta utilizada, prevalecendo à forma de infusão, já que o chá era o mais consumido. Observou-se que o uso das plantas medicinais não era só para doenças comuns, mas também como coadjuvante para tratamentos de doenças crônicas como hipertensão arterial, diabetes, dentre outras. O uso das plantas medicinais pelos idosos trata de importante alternativa para o tratamento de patologias devido o saber popular muito respeitado nessa faixa etária e por ser de fácil obtenção.

Palavras chave: População idosa. Saúde Publica. Fototerapia.

^{*} Discente do curso Bacharelado em Nutrição pela Faculdade Maria Milza.- Governador Mangabeira – BA.
E-mail: cidoca.ufrb@gmail.com

^{**} Doutora em Ciências Agrárias, Docente da Faculdade Maria Milza (FAMAM). Governador Mangabeira-BA.
E-mail: vania79br@yahoo.com.br