

PLANTAS INDICADAS NO TRATAMENTO DE DORES DE CABEÇA PELOS AGRICULTORES DE BASE ECOLÓGICA DA REGIÃO SUL DO RS

VARGAS, Natália Rosiely Costa¹; MENDIETA, Marjoriê da Costa²; PIRIZ, Manuelle Arias³; CEOLIN, Teila⁴; HECK, Rita Maria⁵

¹ Acadêmica do 9º semestre da Faculdade de Enfermagem/UFPel. Bolsista iniciação científica FAPERGS. E-mail: nataliarvargas@gmail.com

² Acadêmica do 8º semestre da Faculdade de Enfermagem/UFPel. Bolsista de iniciação científica CNPq. E-mail: marjo.mendieta@ibest.com.br

³ Acadêmica do 9º semestre da Faculdade de Enfermagem/ UFPel. Bolsista de Iniciação Científica do CNPq. E-mail: manuzinha_piriz@hotmail.com

⁴ Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Professora Assistente da Faculdade de Enfermagem/UFPel. E-mail: teila.ceolin@ig.com.br

⁵ Enfermeira. Professora Adjunta da Faculdade de Enfermagem/UFPel. Doutora em Enfermagem UFSC. E-mail: heckpillon@yahoo.com.br

1 INTRODUÇÃO

A prática milenar de utilização de plantas medicinais foi construída por meio da sabedoria popular articulando cultura e saúde. Esta prática está presente desde a existência do homem, o qual buscava na natureza soluções para os males espirituais e físicos (ALVIM et al., 2006). Dentre as muitas utilizações das plantas medicinais está o uso para tratamento de dores de cabeça. Esta queixa constitui uma das mais frequentes, podendo ter diferentes etiologias: estruturais nervosas ou extra-nervosas, sistêmicas ou quadros disfuncionais (SANVITO; MONZILLO, 1997). De acordo com Oliveira e Speciali (2002), cerca de 96% dos indivíduos de uma população geral experimentam cefaleia, pelo menos, uma vez na vida. Sabe-se que a dor em geral interfere nas atividades diárias, gera restrições funcionais, sociais, familiares e emocionais (SPECIALI, 2011). Neste sentido, busca-se constantemente alívio ou tratamento para cefaleia com diferentes práticas terapêuticas. Na prática de cuidado em enfermagem é extremamente comum cuidar de indivíduos que utilizam terapêuticas não convencionais para o alívio da dor, neste sentido é essencial que o enfermeiro reconheça e integre essas terapêuticas no cuidado aos indivíduos (POSSO et al., 2010). Em 2006, o Ministério da Saúde implementou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS), inserindo as plantas medicinais por meio da fitoterapia, além de outras terapias como a acupuntura, homeopatia, medicina antroposófica e o termalismo (BRASIL, 2006). É de extrema importância que os profissionais de saúde conheçam sobre as plantas e suas utilizações, pois após a PNPIC a utilização de plantas medicinais na atenção básica é incorporada como um novo recurso e opção para a realização do cuidado, podendo ser um complemento ao tratamento da cefaleia. Neste contexto, este resumo tem o objetivo de conhecer as plantas utilizadas pelos agricultores de base ecológica da região Sul do Rio Grande do Sul no tratamento da dor de cabeça.

2 MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa é qualitativa, do tipo exploratória e descritiva. Está vinculada ao projeto Plantas bioativas de uso humano por famílias de agricultores de base ecológica na Região Sul do RS, desenvolvido pela Faculdade de Enfermagem da UFPel e pela Embrapa Clima Temperado. Os locais de estudo foram os domicílios das famílias de agricultores que possuíam uma produção orgânica e a comercializavam na feira ecológica do município de Pelotas, no espaço urbano. Estas famílias foram

escolhidas devido ao vínculo que possuem com a Embrapa Clima Temperado e a facilidade de acesso as mesmas. As propriedades rurais estavam localizadas nos municípios de Pelotas, Morro Redondo, Canguçu e Arroio do Padre, na Região Sul do Rio Grande do Sul. Os sujeitos constituíram-se de oito famílias agricultoras e suas gerações familiares, perfazendo um total de 19 sujeitos. Foram utilizados os seguintes instrumentos de pesquisa: entrevista semiestruturada, observação das plantas com registro fotográfico e construção do genograma e ecomapa (WRIGHT & LEAHEY, 2002). A coleta de dados ocorreu entre janeiro e maio de 2009. Foram respeitados os princípios éticos de pesquisas com seres humanos. O projeto recebeu aprovação (protocolo 072/2007) do Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram citadas um total de 196 plantas medicinais pelos agricultores ecológicos. Destas, oito foram mencionadas como eficazes no tratamento de dores de cabeça. As plantas citadas para este fim foram: aipim-da-cólica (*Apium* sp.), bergamoteira (*Citrus* sp.), figueira (*Ficus carica*), hortelã (*Mentha piperita*), laranjeira (*Citrus sinensis*), marcela (*Achyrocline satureoides*), mil-ramas (*Achillea millefolium*), pessegueiro (*Prunus pérsica*), as quais estão descritas na Tabela 1.

Tabela 1 – Plantas citadas para tratamento de dores de cabeça pelos agricultores e comparação com estudos científicos. Pelotas/RS, 2009.

Nome popular e científico	Uso mencionado pelos entrevistados	Comprovação de estudos farmacológicos
Aipim-da-cólica (<i>Apium</i> sp.)	Analgésico, para dor de estômago, de cabeça e cólica menstrual.	Os efeitos antinociceptivo e anti-inflamatório do extrato aquoso e hexano das sementes de <i>Apium graveolens</i> L. (Apiaceae) foram avaliadas em camundongos. A fração de hexano contribuiu para a atividade antinociceptiva geral. As frações (aquoso e hexano) apresentaram efeito anti-inflamatório (RAMEZANI; NASRI; YASSA, 2009).
Bergamoteira (<i>Citrus</i> sp.)	Usada no tratamento da gripe, dor de cabeça, resfriado; dor de barriga e como calmante.	Um estudo realizado em ratos para investigar o potencial antioxidante, anti-inflamatório e analgésico do extrato de casca de <i>Citrus decumana</i> demonstrou atividade antioxidante significativa, diminuição do volume da pata e dor quando comparados com drogas de referência diclofenaco e morfina, respectivamente (SOOD et. al, 2009).
Figueira (<i>Ficus carica</i>)	Utilizada para tratar a dor de cabeça.	A infusão da folha de <i>Ficus carica</i> apresentou efeito anti-inflamatório e analgésico <i>in vivo</i> (ratos) <i>Ficus carica</i> a 10% têm propriedades anti-inflamatórias e efeito analgésico nas doses de 750 e 1000 mg / kg (KNOBLICH, 2005).
Hortelã (<i>Mentha piperita</i>)	Utilizada para tratar dor de cabeça.	O efeito de uma preparação de óleo de <i>Mentha piperita</i> aplicado localmente para tratar cefaleia do tipo tensional foi examinado em um estudo randomizado. Este estudo controlado mostrou que um óleo de hortelã-pimenta a 10% em solução de etanol aliviou de forma eficiente a cefaleia do tipo tensional (GOBEL, 1996).
Laranjeira (<i>Citrus sinensis</i>)	Para tratar resfriado, gripe, ferida, tosse presa, dor de barriga, labirintite,	Foi realizado um estudo clínico com mulheres que foram expostas ao odor de laranja, estas mulheres tiveram um menor nível de ansiedade, um estado de espírito mais positivo, e um maior nível de tranquilidade comparado

	dor de cabeça, melhorar a circulação do cérebro, para reumatismo, compõe elixir para frieira; possui efeito calmante e auxilia no bom funcionamento do intestino.	com o controle (LEHRNER et. al, 2000). Um estudo transversal realizado demonstrou que o consumo regular de suco de laranja elevou o aporte de vitamina C na dieta e foi associado à menor incidência de hipertensão arterial e obesidade em homens (BONIFÁCIO; CÉSAR, 2009).
Marcela (<i>Achyrocline satureoides</i>)	Auxilia na digestão. Usada no tratamento da dor de estômago, dor de cabeça, cólica intestinal e dor de garganta.	Um estudo realizado com ratos comprovou o potencial anti-inflamatório, sedativo e analgésico da <i>Achyrocline satureoides</i> (SIMOES et al., 1988).
Mil-ramas (<i>Achillea millefolium</i>)	Dor de cabeça, hemorragias, infecção urinária, compõe vários elixires.	Em um estudo realizado com camundongos, o extrato hidroalcolóico de <i>Achillea millefolium</i> apresentou efeito antinociceptivo periférico moderado. Este resultado pode estar relacionado à alta concentração de rutina, ácido hidroxibenzóico e derivados do ácido caféico, pois esses compostos estão presentes em alto teor no extrato testado (PIRES et al., 2009).
Pessegueiro (<i>Prunus persica</i>)	No tratamento de dor de cabeça.	Um dos constituintes químicos da <i>Prunus persica</i> é o amygdalin (um glicosídeo). Foi realizado um estudo para investigar a atividade de alívio da dor induzida em ratos, neste estudo a injeção intramuscular de amygdalin reduziu significativamente a dor tônica induzida tanto precocemente quanto em fases tardias. Estes resultados sugerem que amygdalin é eficaz em aliviar a dor inflamatória e que pode ser usado como um analgésico com atividades antinociceptiva e anti-inflamatório (HWANG et. al, 2008).

Fonte: Projeto Plantas bioativas de uso humano por famílias de agricultores de base ecológica na Região Sul do RS, 2009.

Das oito plantas citadas na tabela acima, sete (*Apium sp.*, *Citrus sp.*, *Ficus carica*, *Mentha piperita*, *Achyrocline satureoides*, *Achillea millefolium* e *Prunus persica*) possuem comprovações científicas de propriedades analgésicas. Apenas para uma planta, *Citrus sinensis*, não foi encontrada comprovação sobre a propriedade em questão. Contudo, ela possui comprovação de efeitos anti-hipertensivo e calmante, que pode ter efeito na cefaleia ocasionada pela hipertensão e com as dores de cabeça de origem tensional emocional. Ainda há limitações com relação aos estudos, pois na maioria das vezes estes não detalham quais os constituintes relacionados à eficácia dessas plantas.

4 CONCLUSÃO

É possível perceber que as plantas utilizadas pelos agricultores para tratamento de dor de cabeça em sua maioria possuem comprovação científica, o que indica a riqueza de conhecimentos que estes possuem a respeito das plantas. É necessário que os profissionais da saúde reconheçam as práticas terapêuticas utilizadas, unindo o conhecimento popular ao científico na realização do cuidado à saúde.

5 REFERÊNCIAS

- ALVIM, N. A. T.; FERREIRA, M.A. ; CABRAL, I.E.; ALMEIDA FILHO, A. J. O uso de plantas medicinais como recurso terapêutico: das influências da formação profissional às implicações éticas e legais de sua aplicabilidade como extensão da prática de cuidar realizada pela enfermeira. **Revista Latino-Americana de Enfermagem** (Ribeirão Preto, SP), v.14, n.3, p. 1-9, maio./jun. 2006.
- BONIFÁCIO, N.P.; CÉSAR, T.B. Influência da ingestão crônica do suco de laranja na pressão arterial e composição corporal. **Rev Bras Hipert** .v. 16, n. 2, p. 76-81, 2009.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- GOBEL, H.; FRESENIUS, J.; HEINZE, A.; DWORSCHAK, M.; SOYKA, D. Effectiveness of oleum menthae piperitae and paracetamol in therapy of headache of the tension type [German]. **Nervenarzt**. v. 67, p. 672-681, 1996.
- HWANG, H.J.; KIM, P.; LEE, H.J.; SHIM, I.; YIN, C.S.; YANG, Y.; HAHM, D.H. Antinociceptive effect of amygdalin isolated from *Prunus armeniaca* on formalin induce pain in rats. **Biol. Pharm. Bull.** v. 31, p. 1559-1564, 2008.
- KNOBLICH, A.B.M.F. **Validación farmacológica del efecto analgésico y antiinflamatorio, de hoja de *Ficus carica* (higuera), de hoja de *Persea americana* (aguacate) y flor de *Calendula officinalis* (flor de muerto) en infusión acuosa (fase i)**. Agosto, 2005. Tese (título de Química Farmacêutica)-Facultad De Ciencias Químicas Y Farmacia, Universidad De San Carlos De Guatemala, Guatemala, Agosto 2005.
- LEHRNER, J.; ECKERSBERGER, C.; WALLA, P.; POETSCH, G.; DEECKE, L. Ambient odor of orange in a dental office reduces anxiety and improves mood in female patients. **Physiol Behav.** v.71, p. 83-86, 2000.
- OLIVEIRA, M.F.; SPECIALI, J.G. Cefaléia crônica diária: Conceitos e tratamentos. **Medicina**, Ribeirão Preto, v. 35, p. 455-463, 2002.
- PIRES, J.M.; MENDES, F.R.; NEGRI, G.; DUARTE-ALMEIDA, J.M.; CARLINI, E.A. - Antinociceptive peripheral effect of *Achillea millefolium* L. and *Artemisia vulgaris* L.: both plants known popularly by brand names of analgesic drugs. **Phytotherapy Research**. v.23 , n.2, p. 212-219, 2009.
- POSSO, M.B.S.; SANT'ANNA, A.L.G.G.; GIARETTA, V.M.A.; CHAGAS,L.R. Terapêuticas não convencionais para o alívio da cefaleia. **Rev Dor**. v.11, n.2, p. 122-129, 2010.
- RAMEZANI, M.; NASRI, S.; YASSA, N. Antinociceptive and anti-inflammatory effects of isolated fractions from *Apium graveolens* seeds in mice. **Pharmaceutical biology**. v.47, n.8, p.740-743, 2009.
- SANVITO, W. L.; MONZILLO, P.H. Cefaléias primárias: aspectos clínicos e terapêuticos. **Medicina**, Ribeirão Preto, v. 30, p. 437-448, 1997.
- SIMOES, C.M.; SCHENKEL, E.P.; BAUER, L., LANGELOH, A. Pharmacological investigations on *Achyrocline satyroides* (Lam) DC. (Compositae). **J Ethnopharmacol**. v.22, p. 281-93, 1988.
- SOOD, S.; ARORA, B.; BANSAL, S.; MUTHURAMAN, A.; GILL, N.S.; ARORA, R.; BALI, M.; SHARMA, P.D. Antioxidant, anti-inflammatory and analgesic potential of the *Citrus decumana* L. peel extract. **Inflammopharmacol**. v.17, p. 267-274, 2009.
- SPECIALI, J.G. Cefaleias. **Cienc. Cult.**, São Paulo, v. 63, n. 2, p.38-42, 2011.
- WRIGHT, L.M.; LEAHEY, M. **Enfermeiras e famílias: um guia para avaliação e intervenção em família**. 3.ed. São Paulo: Roca, 2002.