

DO SABER TRADICIONAL À CIÊNCIA: PLANTAS MEDICINAIS DO ESTADO DE SÃO PAULO.

Ivanna Malofyeyeva y Rodolfo Liporoni Dias.

Cita:

Ivanna Malofyeyeva y Rodolfo Liporoni Dias (2025). *DO SABER TRADICIONAL À CIÊNCIA: PLANTAS MEDICINAIS DO ESTADO DE SÃO PAULO. XIII Jornada de Produção Científica e Tecnológica, XVI Ciclo de Palestras Tecnológicas, I Semana da Pedagogia e X Semana da Biologia. Instituto Federal de São Paulo - Câmpus São Roque, São Roque.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/jpctifpsrq/40>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/paWp/7OU>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.
Para ver una copia de esta licencia, visite
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>.

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite:
<https://www.aacademica.org>.

DO SABER TRADICIONAL À CIÊNCIA: PLANTAS MEDICINAIS DO ESTADO DE SÃO PAULO

Ivanna Malofyeyeva

Rodolfo Liporoni, rodolfo.liporoni@ifsp.edu.br

Resumo

O presente trabalho tem como objetivo realizar um estudo sobre o uso de plantas medicinais nativas e exóticas de fácil acesso no estado de São Paulo, buscando facilitar o acesso a informações confiáveis sobre suas propriedades, formas de uso e cultivo sustentável. A metodologia aplicada envolve a revisão bibliográfica de artigos científicos, visitas a farmácias vivas e observações de plantas na região, além da catalogação das espécies selecionadas. Os resultados preliminares indicam que a maioria das plantas estudadas possuem propriedades anti-inflamatórias e antimicrobianas, mostrando como é importante a correta identificação botânica para evitar riscos à saúde. O projeto também visa popularizar o cultivo caseiro dessas plantas, promovendo a fitoterapia como uma prática acessível e sustentável. Espera-se que a divulgação dos dados em formato de cartilha contribua para a valorização do conhecimento tradicional aliado à ciência, incentivando o uso seguro e consciente das plantas medicinais.

Palavras-chave: Fitoterapia; Sustentabilidade; Meio Ambiente; Medicina; Saúde.

Modalidade: Ensino Médio (Meio Ambiente)

Apresentação

As plantas medicinais (PM) são espécies vegetais que podem ser usadas de forma terapêutica, seja em sua íntegra ou para a formulação de outros remédios (OMS, 2003). O uso das PM no tratamento de doenças remete a práticas ancestrais. Ainda hoje, em regiões mais pobres, urbanas e rurais, elas permanecem como uma das principais formas de tratamento, já que o acesso aos serviços de saúde pode ser limitado. Além disso, em algumas comunidades e grupos étnicos, são parte dos conhecimentos herdados e desenvolvidos de forma tradicional e prioritária na comunidade.

As observações populares sobre o uso e a eficácia de PM contribuem de forma relevante para a divulgação e estudos de seus efeitos, para assim tornar válidas as informações terapêuticas acumuladas em vários séculos (Maciel *et al.*, 2002). Atualmente, no Brasil, as PM são vistas como forma oficial de terapia complementar, visto que a utilização das PM vai muito além de apenas o uso individual e caseiro. Com isso, o não aprofundamento sobre as práticas metodológicas destas por profissionais da área da saúde afeta diretamente a questão da não adesão às políticas nacionais de práticas integrativas e complementares (PNPIC), quando necessárias (Patrício *et al.*, 2021).

Mesmo com esse reconhecimento, seu uso pela população geral se manteve principalmente em regiões mais pobres que podem ter dificuldade no acesso a tratamentos convencionais e em algumas comunidades tradicionais as quais tem o uso das PM como algo cultural e indispensáveis (Figueiredo & Barros, 2014). Além disso, considerando a grande variedade de PM existentes, algumas das mais conhecidas são muitas vezes confundidas entre si, seja por compartilharem o mesmo nome popular (como as ervas cidreiras), por apresentarem semelhanças morfológicas (como espécies do gênero *Mentha*), ou por outros fatores. Essa situação reforça a importância de diferenciar corretamente cada espécie, visto que cada uma possui propriedades, contra indicações e formas de preparo específicas (Rensis, 2009).

Hoje, a maior parte das PM vendidas possui um processo de embalagem, conservação e colheita sem certificação pela Anvisa, o que põe em risco a segurança dos usuários, além de serem cultivadas de forma a se distanciar das práticas tradicionais que se utilizam da flora nativa de cada região. É crescente também o uso de plantas estrangeiras, como chinesas e hindus, utilizadas em suas respectivas medicinas tradicionais, frequentemente com sua venda acompanhada de propagandas que prometem efeitos milagrosos.

"Muitas vezes, entretanto, as supostas propriedades farmacológicas anunciadas não possuem validade científica, por não terem sido investigadas, ou por não terem tido suas ações farmacológicas comprovadas em testes científicos pré-clínicos ou clínicos" (Maciel *et al.*, 2005). Além dessas questões, ao fazer a utilização de espécies cultivadas ou encontradas *in natura*, a falta de identificação ou identificação botânica incorreta pode levar a conclusões equivocadas ou ao uso indevido da espécie. Muitos são os casos de intoxicações com plantas, pois suas semelhanças morfológicas levam pessoas ao consumo de uma acreditando ser outra. Uma das formas de evitar esse problema é com trabalhos científicos, os quais devem ter seus resultados abertos ao público geral. Assim, aumentar o acesso a informações confiáveis sobre os nomes científicos, características visuais e propriedades específicas de cada planta é um esforço essencial para evitar confusões perigosas (Silva & Verdam, 2010).

O uso das PM pode ser de forma parcial ou integral. Geralmente, as folhas são as mais utilizadas, seguidas pelo uso íntegro da planta e, posteriormente, pelas raízes e caules. Além disso, podem ser usadas em diversos estados, como frescas ou ressecadas. Também há várias formas de preparo, sendo o chá a mais comum, seguido pelos sucos, embora também seja possível formular tinturas, pomadas, extratos, pós, macerados, garrafadas e outros. Cada forma de uso serve para um tratamento distinto, mesmo tratando-se da mesma planta, o que reforça a importância de conhecer corretamente as indicações e modos de preparo (Pinheiro, 2016).

Atualmente, o cultivo de PM em ambientes domésticos e comunitários é uma forma eficaz de promover o acesso à fitoterapia, manter saberes tradicionais e incentivar práticas sustentáveis, como o uso de espécies nativas, adubação orgânica e cultivo em recipientes reaproveitados (Silva *et al.*, 2014). Nesse contexto, o presente projeto busca não apenas identificar algumas das plantas medicinais regionais, mas também facilitar o acesso da população a informações claras sobre seus nomes científicos (que são únicos), nomes populares mais recorrentes, imagens detalhadas das espécies, propriedades e formas de uso. Além disso, objetiva-se popularizar as farmácias vivas (Fiocruz, 2023) e estimular práticas de cultivo caseiro de baixo custo, de modo a tornar esse tipo de tratamento mais acessível, seguro e valorizado, ao mesmo tempo em que promove a preservação ambiental e a sensibilização popular sobre a importância das áreas verdes.

Dessa forma, compreender os aspectos científicos, culturais, sociais e práticos é essencial para garantir o uso seguro e eficaz das plantas medicinais. O fortalecimento do conhecimento popular somado ao científico fortalece não apenas tratamentos complementares acessíveis, como também a preservação de saberes e recursos naturais. Assim, o presente trabalho tem como objetivo realizar um estudo sobre o uso de plantas medicinais nativas e exóticas de fácil acesso no estado de São Paulo, buscando facilitar o acesso às informações confiáveis sobre suas propriedades, formas de uso e cultivo sustentável.

Materiais e métodos

O presente estudo foi desenvolvido para organizar dados referentes às propriedades medicinais de algumas plantas comuns no estado de São Paulo. Inicialmente, foram feitas leituras de artigos científicos já publicados encontrados no Google Acadêmico. Todos os artigos lidos nesta etapa foram com o objetivo de levantar dados gerais relativos à temática "plantas medicinais". Os artigos foram encontrados ao pesquisar com as seguintes palavras chaves: Plantas medicinais e Fitoterapia.

Dos artigos sugeridos pelos sites, foram lidos em ordem de aparição os resumos e introduções, disso foram selecionados os 7 mais próximos ao objetivo idealizado pelo projeto (Importância dos conhecimentos científicos para o uso tradicional de plantas medicinais). Posteriormente, foram realizadas visitas ao projeto de Farmácia Viva do Núcleo de Estudos em Gênero, Raça e Agroecologias (NEGRAS) do IFSP, Campus São Roque e leituras do livro 'Plantas medicinais do Brasil: nativa e exóticas' escrita por Lorenzi e Harri (3ª edição).

Além disso, foram feitas observações das plantas com propriedades medicinais que são encontradas em diversos locais, muitas vezes nascendo sozinhas na região. Foram escolhidas as plantas a serem estudadas: *Baccharis dracunculifolia*; *Bougainvillea glabra*; *Cymbopogon citratus*; *Lippia alba*; *Melissa officinalis*; *Tithonia diversifolia*; *Plantago major*; *Ricinus communis*; *Sechium edule* e *Sonchus oleraceus*. Com as plantas para estudo já determinadas foram feitas pesquisas sobre seu nome científico em sites confiáveis como o Flora e Funga do Brasil. Após a certeza sobre a nomenclatura da espécie a ser estudada, realizou-se um estudo prévio de suas propriedades medicinais e origem por meio de revisões bibliográficas, além de observações de campo relativas à incidência de tais na região, além de formas de desenvolvimento e uso comum. Posteriormente com pesquisas mais aprofundadas em sites, livros, revistas e artigos científicos que terão preferência como fonte, os dados levantados em todas as etapas serão revisados e organizados no formato de cartilha (Figura 1) para assim facilitar o acesso da população a informações confiáveis sobre o uso medicinal das plantas.

Resultados preliminares

A pesquisa encontra-se em andamento, com término previsto para novembro de 2025. Até o momento foram obtidos resultados preliminares por meio de observação de campo realizadas tanto na farmácia viva do NEGRAS no IFSP - Campus São Roque quanto em áreas de vegetação regional. Também foram feitos levantamentos bibliográficos iniciais com as espécies selecionadas.

As observações de campo evidenciaram que a maioria das espécies estudadas não apresentam a necessidade de um cultivo direcionado, muitas vezes tidas até como pragas, desenvolvendo-se em áreas de beira de estradas, terrenos baldios, ou locais com condições específicas de solo ou luminosidade. O alecrim dourado, também conhecido como alecrim do campo ou vassourinha (*Baccharis dracunculifolia*) foi frequentemente encontrado em áreas de elevada incidência solar, sendo comumente a espécie dominadora, o que sugere uma baixa dependência de manejo humano. De modo semelhante a Mão de Deus também conhecida como margaridão do mato (*Tithonia diversifolia*) e a mamona (*Ricinus communis*), a primeira sendo mais encontrados em locais levemente mais sombreados que a espécie anterior e a segunda sendo amplamente conhecida por sua toxicidade e propriedades nutritivas para cabelos, mas não por suas demais propriedades medicinais.

De forma quase contrária a estas, a primavera (*Boungainvillea glabra*) e o chuchu (*Sechium edule*) são cultivados com finalidades respectivamente ornamentais e alimentares (Figura 2), havendo pouca valorização de suas propriedades medicinais.

No grupo denominado como trindade das cidreiras (Figura 3) - capim-cidreira também conhecido como capim-limão ou capim-santo (*Cymbopogon citratus*), falsa-cidreira, cidreira brasileira ou melissa (*Lippia alba*) e a erva cidreira ou melissa (*Melissa officinalis*) - verificou-se uma diferença na frequência de ocorrência e facilidade de propagação. A *M. officinalis* mostrou-se com maior dificuldade de acesso em viveiros, lojas e quintais, embora quando encontrada mostrou-se bem adaptada ao ambiente; a *L. alba* por sua vez foi de ocorrência intermediária, enquanto que a *C. citratus* mostrou-se mais frequente, apesar de ter uma menor propagação que as demais.

As outras espécies a serem estudadas, tanchagem (*Plantago major*) e a serralha ou dente-de-leão (*Sonchus oleraceus*) (Figura 4), frequentemente vistas apenas como ervas daninhas, mostraram ampla distribuição, inclusive em áreas urbanas como calçadas e áreas de plantio de outras espécies. No caso da *S. oleraceus*, há registros de consumo das folhas como salada, mas ambas costumam ter suas propriedades medicinais menosprezadas.

O levantamento bibliográfico preliminar indicou que apenas 30% das espécies são nativas do Brasil (*B. dracunculifolia*; *B. glabra*; *L. alba*); dentre elas, nenhuma é endêmica. Quanto às partes vegetais mais usadas, verificou-se predominância do uso de folhas e flores. Em relação às propriedades medicinais, verificou-se que 80% das espécies possuem a propriedade antiinflamatória e 50% possuem atividade antimicrobiana, além de outras propriedades apresentadas na Tabela 1.

Considerações finais

O estudo preliminar sobre o uso de plantas medicinais de fácil acesso no estado de São Paulo sugere a importância da correta identificação botânica para garantir a segurança e eficácia no uso das espécies. Foi observado que a maioria das plantas selecionadas, apesar do fácil acesso na região, são naturais de biomas externos ao Brasil. Também foi visto que a maioria destas plantas possuem ao menos uma de suas propriedades anti-inflamatórias e/ou antimicrobiana. Além disso, o projeto visa destacar a importância de popularizar o cultivo das farmácias vivas, uma vez visto que muitas das ervas vendidas possuem seus processos de embalagem e colheita com questões sanitárias duvidosas. Espera-se que a cartilha a ser elaborada contribua para a disseminação de informações confiáveis, promovendo a valorização da ciência aliada aos saberes tradicionais. Futuramente é recomendado o aprofundamento em análises químicas e farmacológicas das plantas estudadas e também de outras da região, assim fortalecendo a integração entre a tradição e a ciência além de incentivar a práticas interativas e sustentáveis.

Referências

BORSATON, A. V.; SILVA, A.; SANTOS, A. G.; JORGE, M. H. Plantas medicinais e agroecologia: uma forma de cultivar o saber popular na região de Corumbá, MS, 2009.

FLORES, M. R.; GALARZA, M. A.; IÑIGUEZ, J. G.; HERNÁNDEZ, R. S.; POSADAS, L. R.; MERINO, F. G. Características Nutracêuticas dos extratos e suco dos frutos de chuchu (*Sechium edule* (Jacq.) Sw.), 2008.

JITENDRA, J.; ASISH, G. *Ricinus communis* linn: A phytopharmacological review. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 2012.

LOPES, J. F.; OLIVEIRA, C. A.; FRANÇA, F. H.; CHARCHAR, J. M.; MAKISHIMA, N.; FONTES, R. R. A cultura do chuchu. Embrapa, 1994.

LORENZI, H.; MATOS, F. A. *Plantas medicinais do Brasil nativas e exóticas 3ª edição*, 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Política Nacional de Práticas Integrativas e complementares no SUS, 2º edição, 2015.

RANKINGS, S. I. *Plantas medicinais: uma abordagem sobre uso seguro e racional*, 2021.

RODRIGUES, A. G.; MARIA, L. S. Utilização de plantas medicinais no povoado de Sapucaia, Cruz das Almas - Bahia, 2006.

SANTOS, R. L.; GUIMARÃES, G. P.; NOBRE, M. S.; PORTELA, A. S. Análise sobre a fitoterapia como prática integrativa no sistema único de saúde, 2011.

SILVA, M. A. Avaliação da capacidade antioxidante do extrato de *Sechium edule* (chuchu), 2024.

SILVA, D.; PINHO, L.; RECK, R. T.; FONSECA, F. N. Desenvolvimento de formas Farmacêuticas semi sólidas a partir do capim Limão (*Cymbopogon citratus*) *Saúde e meio ambiente: revista interdisciplinar*, 2016.

SILVA, P.; OLIVEIRA, R.; OLIVEIRA, L. S. Os benefícios medicinais da própolis verde (*Baccharis dracunculifolia* DC) utilizado popularmente através de suas propriedades antiinflamatória e antibacteriana, 2021.

SOARES, L. Estudo tecnológico, fitoquímico e biológico de *Lippia alba* (Miler) N. E Brown Ex Britt Etamp; Wils (Falsa Melissa) Verbenaceae, 2001.

SOARES, L. J. Avaliação do potencial terapêutico da *Bougainvillea glabra choisy* frente a neurotoxicidade induzida por Paraguai em *Drosophila melanogaster*, 2017.

SOARES, M. B.; SOUSA, L. C.; PASSOS, M. S. Uso etnobotânico da *Lippia* Linn (Verbenaceae) uma revisão de literatura, 2022.

SOUZA, M. A. FALSA-MELISSA: *Lippia alba*. Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Unicamp. Monografia, Campinas 2023.

XIII Jornada de Produção Científica e Tecnológica

XVI Ciclo de Palestras Tecnológicas

I Semana da Pedagogia

X Semana da Biologia

Apêndice

Propriedade/Planta*	Badr	Bogl	Cyci	Lial	Meof	Tidi	Plma	Rico	Seed	Sool
Antiinflamatória	X	X	X			X	X	X	X	X
Antimicrobiana	X		X	X		X		X		
Antioxidante	X				X				X	X
Cicatrizante	X						X	X		
Antisséptica		X								
Expectorante		X								
Calmante			X		X		X			
Digestiva			X		X					
Analgesica				X		X				
Ansiolítica				X			X			
Antiespasmódica				X	X					
Sedativa				X						
Antiviral										
Laxante					X			X		
Hipoglicêmica									X	
Hepatoprotetora										X
Diurético									X	X

Tabela 1. Relação das plantas (nomes em sigla, conforme legenda) e suas propriedades medicinais.

*Legenda: Badr-Baccharis dracunculifolia; Bogl-Boungainvillea glabra; Lial-Lippia alba; Meof-Melissa officinalis; Tidi-Tithonia diversifolia; Plma-Plantago major; Rico-Ricinus communis; Seed-Sechium edule; Sool-Sonchus oleraceus.

XIII Jornada de Produção Científica e Tecnológica

XVI Ciclo de Palestras Tecnológicas

I Semana da Pedagogia

X Semana da Biologia



Lippia Alba

CIDREIRA DE PAU; MELISSA, FALSA CIDREIRA;
CIDREIRA BRASILEIRA

É uma planta aromática nativa das regiões tropicais e subtropicais das Américas, amplamente encontrada em áreas rurais e urbanas do Brasil. É muito apreciada pelo aroma cítrico característico, que vem de seus óleos essenciais, e tem grande importância cultural por estar presente em tradições e costumes populares em diversos países latino-americanos. De crescimento rápido e fácil cultivo, adapta-se bem a climas quentes, sol pleno e solos férteis e bem drenados, sendo resistente a podas e frequentemente cultivada em jardins, hortas e quintais.

Formas de uso:

- Chá ou infusão: folhas frescas ou secas são colocadas em água quente para fazer um chá, usado para relaxar, aliviar ansiedade e melhorar a digestão.
- Óleo essencial: extraído das folhas ou flores, pode ser usado em difusores, aromaterapia ou diluído em óleos vegetais para massagens relaxantes.
- Compressa: folhas maceradas podem ser aplicadas diretamente sobre a pele para ajudar em inflamações leves ou pequenas irritações.
- Inalação / vapor: colocar folhas em água quente e inalar o vapor pode ajudar em problemas respiratórios leves, como congestão nasal.

Propriedades medicinais:

- Combate a germes: ajuda a eliminar algumas bactérias e fungos, podendo proteger contra infecções leves.
- Antioxidante: protege as células do corpo contra danos causados pelos radicais livres.
- Alívio da dor e inflamação: pode ajudar a reduzir dores e inflamações leves.
- Efeito calmante: tem ação relaxante, ajudando a diminuir a ansiedade e melhorar o sono.
- Combate a parasitas: estudos mostram que pode agir contra alguns parasitas, como o que causa a doença de Chagas.

Mesmo sendo natural, o uso deve ser moderado. Pessoas grávidas, crianças pequenas ou quem tem condições de saúde devem procurar orientação médica antes de usar.

Figura 1. Página modelo de como será a cartilha final. Fonte: os autores.



Figura 2. *Bougainvillea glabra* e *Sechium edule*. Fonte: (Bogl) os autores; (Seed) Wikipedia.



Figura 3. Trindade das cidreiras. Fonte: os autores



Figura 4. Da esquerda para direita, *Plantago major* e *Sonchus oleraceus*. Fonte: os autores