



Universidade Federal de Pelotas
Faculdade de Enfermagem



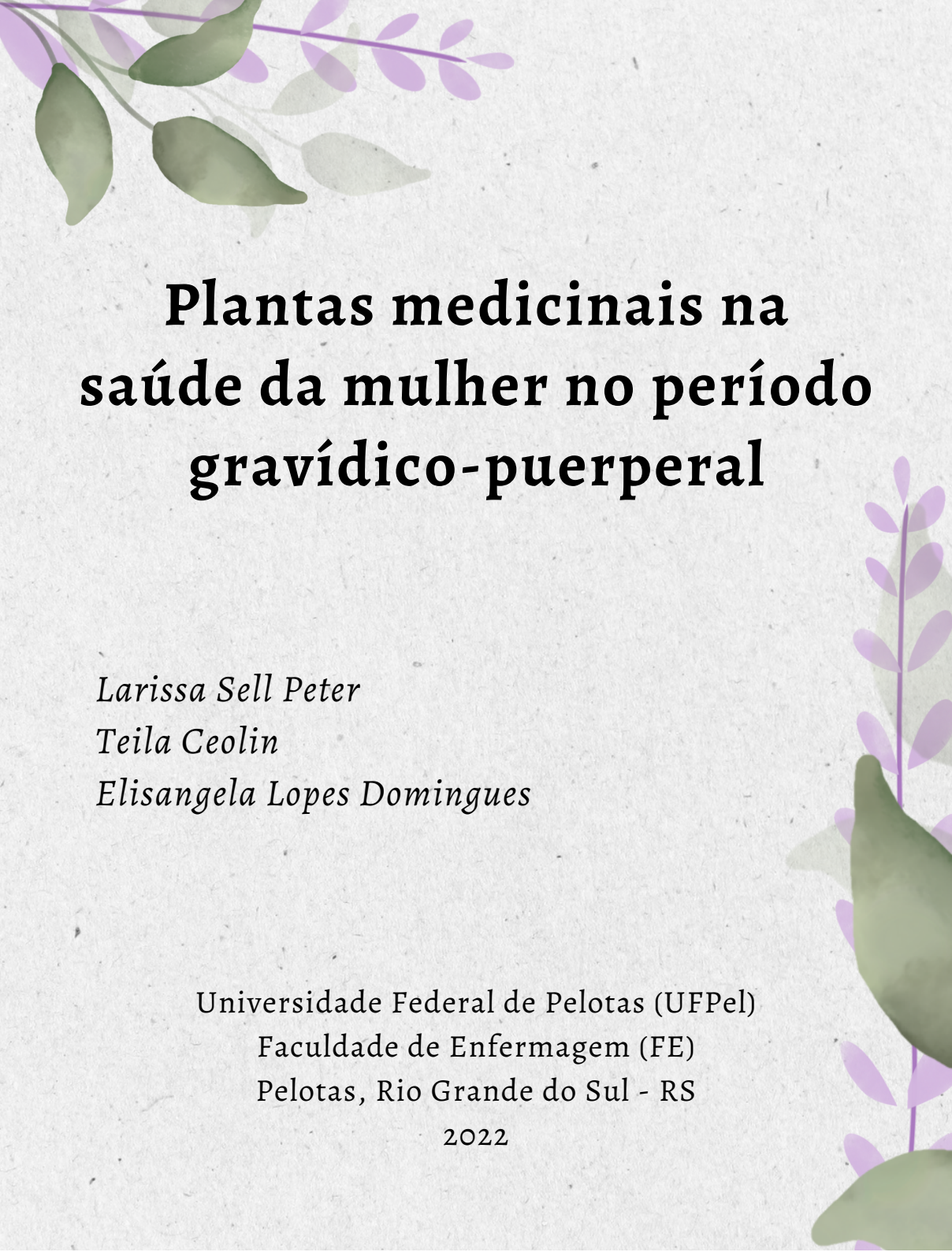
Manual

Plantas medicinais



na saúde da mulher no período
gravídico-puerperal

Pelotas, 2022



Plantas medicinais na saúde da mulher no período gravídico-puerperal

Larissa Sell Peter

Teila Ceolin


Elisangela Lopes Domingues

Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

Faculdade de Enfermagem (FE)

Pelotas, Rio Grande do Sul - RS

2022



Universidade Federal de Pelotas / Sistema de Bibliotecas
Catalogação na Publicação

P478m Peter, Larissa Sell

Manual : plantas medicinais na saúde da mulher no período gravídico-puerperal / Larissa Sell Peter ; Teila Ceolin, orientadora ; Elisangela Lopes Domingues, coorientadora. — Pelotas, 2022.


28 f. : il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) — Faculdade de Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas, 2022.

1. Plantas medicinais. 2. Medicamento fitoterápico. 3. Gravidez. 4. Período pós-parto. 5. Manual de referência. I. Ceolin, Teila, orient. II. Domingues, Elisangela Lopes, coorient. III. Título.

CDD : 610.73

Elaborada por Maria Inez Figueiredo Figas Machado CRB: 10/1612



Informações sobre as autoras

Larissa Sell Peter - Autora

Acadêmica do 10º semestre da Faculdade de Enfermagem, da Universidade Federal de Pelotas.

✉ larissa.s.peter@gmail.com

Teila Ceolin - Orientadora


Doutora em Ciências, Docente da Faculdade de Enfermagem, da Universidade Federal de Pelotas.

✉ teila.ceolin@gmail.com

Elisangela Lopes Domingues - Coorientadora

Enfermeira da Atenção Primária à Saúde, da Prefeitura Municipal de Pelotas. Especialista em Estratégia Saúde da Família e Políticas Públicas de Saúde. Acadêmica em Tecnologia em Práticas Integrativas e Complementares da Faculdade Unicesumar.

✉ elisangeladomingues.domingues@gmail.com



Apresentação

O manual baseia-se nos resultados do Trabalho de Conclusão de curso (TCC), intitulado "Elaboração de um manual sobre o uso de plantas medicinais no período gravídico-puerperal", da Faculdade de Enfermagem (FE) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

O uso das plantas medicinais e/ou fitoterápicos é comum pela população, sendo utilizado como primeira opção ou no cuidado complementar para o tratamento, prevenção de enfermidades ou promoção da saúde.

Entretanto, o uso das plantas medicinais no período gravídico-puerperal pode proporcionar efeitos colaterais graves, tanto para a mulher, quanto para o feto ou bebê, devendo ser utilizado com cautela.

É necessário que o profissional de saúde indague sobre a utilização das plantas medicinais e/ou fitoterápicos durante a consulta de pré-natal e puericultura, para indicar ou interromper o uso, conforme necessário.

Por conta disso, este manual traz informações acerca das plantas medicinais e/ou fitoterápicos que podem ser indicadas no período gravídico-puerperal de maneira segura e qualificada.

Formas de uso

→ **Infusão:** (folhas, flores, inflorescências e frutos)

Colocar água fervente sobre a droga vegetal, após tampar/abafar o recipiente por 5min a 10min. Indicado para partes de consistência menos rígidas. Após, consumir ainda quente.

→ **Decocção:** (cascas, raízes, rizomas, caules, sementes e folhas coriáceas)

Colocar a planta em água potável, ferver entre 5min a 15min. Indicado para partes de consistência mais rígidas. Após a fervura, coar e consumir ainda quente.

→ **Banho de assento:**

Na posição sentada, em uma bacia, realizar a imersão em água morna, cobrindo apenas as nádegas e o quadril. Realizar em bacias/louças apropriadas.

→ **Compressa:**

Colocar um pano ou gaze limpo e umedecido, com a infusão ou decocção, sobre o lugar lesionado. Frio ou aquecido, conforme indicação.

→ **Gargarejo:**

Agitar o infuso, decocto ou maceração na garganta. Após, expelir.

Medidas de referência:

- colher das de sopa: 15 mL / 3 g
- colher das de sobremesa: 10 mL / 2 g
- colher das de chá: 5 mL / 1 g
- colher das de café: 2 mL / 0,5 g
- xícara das de chá ou copo: 150 mL
- xícara das de café: 50 mL
- cálice: 30 mL

Sumário

1. Introdução	08
2. Metodologia	10
3. Resultados e discussão	11
3.1 Quadro 1 - Plantas medicinais indicadas e contraindicadas no período gravídico-puerperal	13
3.2 aroeira-da-praia (<i>Schinus terebinthifolia</i> Raddi)	18
3.3 camomila (<i>Matricaria chamomilla</i> L.)	19
3.4 cranberry (<i>Vaccinium macrocarpon</i> Aiton)	20
3.5 erva-de-bicho (<i>Polygonum punctatum</i> Elliott)	21
3.6 funcho (<i>Foeniculum vulgare</i> Miller)	22
3.7 mirtilo (<i>Vaccinium myrtillus</i> L.)	23
3.8 soja (<i>Glycine max</i> (L.) Merr.)	24
4. Considerações Finais	25
Referências	26



1. Introdução

As plantas medicinais, são espécies vegetais, cultivada ou não, utilizadas com propósitos terapêuticos e/ou profiláticos (BRASIL, 2021), as quais possuem princípios ativos que agem nos órgãos e sistemas (SILVA *et al.*, 2017).

O fitoterápico é o produto obtido exclusivamente de matéria prima ativa vegetal (compreende a planta medicinal, a droga vegetal ou o derivado vegetal), exceto substâncias isoladas, com finalidade profilática, curativa ou paliativa. É simples, quando o ativo é proveniente de uma única espécie vegetal medicinal, composto é quando o ativo é proveniente de mais de uma espécie vegetal medicinal (BRASIL, 2014).

As plantas são utilizadas pela comunidade desde os povos antigos, antes de qualquer forma de escrita, para o tratamento e prevenção das doenças (MCCHESENEY *et al.*, 2007; ROCHA *et al.*, 2015). A partir das diferentes vivências e saberes empíricos/populares, foram realizados estudos científicos e descobertas dos princípios ativos das plantas, visando o uso seguro na saúde humana (BRANDELLI, 2017).

Conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS), 80% dos países em desenvolvimento utilizam plantas com finalidades terapêuticas (ROSA *et al.*, 2011). Normalmente, os saberes são difundidos por mulheres e idosos (GUEDES, 2018).

São mencionadas nas publicações científicas contemporâneas como benéficas, quando complementar à saúde. Diante disso, é necessário capacitar e motivar os profissionais de saúde sobre a temática (PEDROSO; ANDRADE; PIRES, 2021).

Segundo Cardoso e Amaral (2019) a utilização das plantas medicinais durante a gestação é uma prática comum, independente das condições socioeconômicas ou étnico-culturais. De acordo com Bercaw *et al.* (2010) e Campesato (2005), o uso de algumas plantas medicinais e/ou fitoterápicos podem afetar o desenvolvimento do feto por conta da teratogenicidades. Diante disso, são poucas as plantas que podem ser utilizadas com segurança pelas gestantes (CARVALHO, 2016).

Apesar disso, raramente o uso é questionado pelo profissional de saúde durante o atendimento no período gravídico-puerperal. Contudo, é relevante identificar, para assim intervir caso seja necessário, além de reconhecer as plantas que podem ser utilizadas neste período.

O uso das plantas medicinais e/ou fitoterápicos podem ser implementadas no cuidado complementar à puerpera. Tais como: cicatrizantes, galactogogas, depressão pós-parto e ansiedade.

Ademais, há plantas medicinais com efeito galactogogo, as quais podem auxiliar na iniciação, manutenção e/ou aumento da produção de leite (DUARTE *et al.*, 2017). As plantas sedativas são indicadas na prevenção e tratamento coadjuvante da depressão pós-parto e ansiedade. Sendo que os efeitos podem ser sentidos pelo bebê através da amamentação (BASTOS, 2015).

Diante disso, este trabalho teve como objetivo elaborar um manual sobre o uso das plantas medicinais, durante o período gravídico-puerperal.

2. Metodologia

Trata-se em vista que foi uma revisão de literatura a partir de uma pesquisa qualitativa metodológica, como ferramenta obteve-se o presente o manual (POLIT; BECK, 2011).

Visando a segurança das informações acerca das plantas medicinais indicadas no período gravídico-puerperal, foi realizada uma revisão a partir de três publicações do Ministério da Saúde (MS) e Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA): Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira (BRASIL, 2016), Resolução da Diretoria Colegiada nº 10 (BRASIL, 2010) e a 2ª edição do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (BRASIL, 2021).

As três publicações apresentaram um total de 104 plantas medicinais, visto que apenas sete destas são seguras e benéficas para o uso em mulheres no período gravídico-puerperal.

Após, visando ampliar as informações acerca das sete plantas, foram realizadas buscas no Caderno de Atenção Básica na Atenção ao pré-natal de baixo risco (CAB-APBR) (BRASIL, 2012), Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME) (BRASIL, 2022), *Public Medline* (Pubmed), Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO).

3. Resultados e discussão

A Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº10 apresenta 66 espécies vegetais, o Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira (MFFB) lista 28 plantas, e o Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (FFFB) 85 monografias. Diante disso, há plantas que são abordadas em mais de um material, logo, a revisão totalizou 104 plantas medicinais.

A RDC nº 10, de 9 de março de 2010, traz drogas vegetais isentas de prescrição médica (BRASIL, 2010). Portanto, facilitou aos profissionais de saúde orientarem sobre o uso das plantas medicinais de forma segura.

As lacunas na fitoterapia, no Brasil, comprometem o uso racional da terapêutica. O MFFB têm o intuito de diminuir essas questões e contribuir com a fitoterapia racional. O memento é utilizado para avaliar a necessidade de prescrição, sendo um documento para consulta rápida (BRASIL, 2016).

O FFFB informa a forma correta de preparo, as indicações e restrições de uso de cada espécie com requisitos de qualidade para as farmácias de manipulação e farmácias vivas (BRASIL, 2021).

Antes da realização da revisão de literatura a autora e orientadoras tinham a concepção de incluir diversas plantas medicinais, as quais foram descartadas por não apresentarem estudos que comprovem a segurança no período gravídico-puerperal, até mesmo plantas para o uso externo/tópico.

Algumas plantas listadas como contraindicadas no período gravídico-puerperal, como a camomila (*Matricaria chamomilla* L.), o alho (*Allium sativum* L.), o milho (*Zea mays* L.), o gengibre (*Zingiber officinale* Roscoe), a babosa (*Aloe vera* (L.) Burm.f.) e a calêndula (*Calendula officinalis* L.), são rotineiramente utilizadas pelas mulheres nesta fase.

O uso da camomila de forma oral é comum entre as gestantes (ALMEIDA; HENRIQUES, 2022). Visto que a sua indicação de uso é apenas de forma externa/tópica (BRASIL, 2021).

Apesar do alho e milho serem contraindicados na gestação (BRASIL, 2010; BRASIL, 2016; BRASIL, 2021), o Caderno de Atenção Básica na Atenção ao pré-natal de baixo risco, do Ministério da Saúde, recomenda ambos (BRASIL, 2012).

O gengibre, na RDC nº10 é recomendado no alívio e prevenção de desconfortos gastrointestinais para gestantes, mas o FFFB traz que o uso na gestação é contraindicado, pois pode afetar a ação da testosterona no concepto (BRASIL, 2010; BRASIL, 2021).

As sete plantas selecionadas para integrarem o manual sobre o uso de plantas medicinais no período gravídico-puerperal, foram: aroeira-da-praia (*Schinus terebinthifolia* Raddi), camomila (*Matricaria chamomilla* L.), cranberry (*Vaccinium macrocarpon* Aiton), erva-de-bicho (*Polygonum punctatum* Elliott), funcho (*Foeniculum vulgare* Miller), mirtilo (*Vaccinium myrtillus* L.) e soja (*Glycine max* (L.) Merr.).

No quadro 1, são apresentadas as 104 plantas medicinais indicadas e/ou contraindicadas no período gravídico-puerperal.

Plantas medicinais

Quadro 1 - Plantas medicinais indicadas e contraindicadas no período gravídico-puerperal.

Nome popular	Nome científico	Gestação		Lactação	
		Indicado	Contraindicado	Indicado	Contraindicado
abacateiro	<i>Persea americana</i> Mill.		X		X
alcachofra	<i>Cynara scolymus</i> L.		X		X
alcaçuz	<i>Glycyrrhiza glabra</i> L. e/ou <i>Glycyrrhiza inflata</i> Batalin e/ou <i>Glycyrrhiza uralensis</i> Fisch. ex DC.		X		X
alecrim	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.		X		X
alecrim-pimenta, alecrim-bravo	<i>Lippia sidoides</i> Cham.		X		X
agno-casto	<i>Vitex agnus-castus</i> L.		X		X
agripalma	<i>Leonurus cardiaca</i> L.		X		X
alfazema, lavanda	<i>Lavandula angustifolia</i> Mill.		X		X
alho	<i>Allium sativum</i> L.		X		X
aloísia	<i>Aloysia polystachya</i> (Griseb.) Moldenke		X		X
anis-estrelado	<i>Illicium verum</i> Hook F.		X		X
anis, erva-doce	<i>Pimpinella anisum</i> L.		X		X
amica	<i>Arnica montana</i> L.		X		X
aroeira-da-praia	<i>Schinus terebinthifolia</i> Raddi		X	X	
aroeira-do-sertão	<i>Myracrodruon urundeuva</i> Allemão		X		X
assa-peixe	<i>Vernonia polyanthes</i> (Spreng.) Less		X		X
babosa	<i>Aloe vera</i> (L.) Burm.f.		X		X
barbatimão	<i>Stryphnodendron</i> <i>adstringens</i> (Mart.) Coville		X		X
bardana	<i>Arctium lappa</i> L.		X		X
boldo-nacional, hortelã homem, falso-boldo, boldo-africano	<i>Plectranthus barbatus</i> Andrews		X		X
boldo-baiano	<i>Vernonia condensata</i> Baker	-	-	-	-

boldo-do-chile, boldo-verdadeiro	<i>Peumus boldus</i> Molina		X		X
cajueiro	<i>Anacardium occidentale</i> L.		X		X
calêndula	<i>Calendula officinalis</i> L.		X		X
camomila, matricária, maçanilha	<i>Matricaria chamomilla</i> L.		X	X	X
canela, canela-do-ceilão	<i>Cinnamomum verum</i> J. Presl		X		X
capim-santo, capim-limão, capim-cidrô, capim-cidreira	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf		X		X
carqueja, carqueja-amarga	<i>Baccharis trimera</i> (Less.) DC.		X		X
cáscara-sagrada	<i>Rhamnus purshiana</i> DC.		X		X
cardo-marinho	<i>Silybum marianum</i> (L.) Gaertn.		X		X
castanha-da-india	<i>Aesculus hippocastanum</i> L.		X		X
cavalinha	<i>Equisetum arvense</i> L.		X		X
chambá, chachambá, trevo-cumaru	<i>Justicia pectoralis</i> Jacq.		X		X
chapéu-de-couro	<i>Echinodorus macrophyllus</i> (Kunth) Micheli	-	-	-	-
cimicifuga	<i>Cimicifuga racemosa</i> (L.) Nutt	-	-	-	-
colônia	<i>Alpinia zerumbet</i> (Pers.) B.L. Burtt & R.M. Sm.		X		X
confrei	<i>Symphytum officinale</i> L.		X		X
cranberry	<i>Vaccinium macrocarpon</i> Aiton	X		X	
cratego	<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.; <i>Crataegus rhipidophylla</i> Gand.; <i>Crataegus laevigata</i> (Poir.) DC.; <i>Crataegus pentagyna</i> Waldst. & Kit. ex Willd.; <i>Crataegus nigra</i> Waldst. & Kit. e <i>Crataegus azarolus</i> L.		X		X

curcuma, açafroa, açafrao-da- terra	<i>Curcuma longa</i> L.		X		X
dente-de-leão	<i>Taraxacum officinale</i> F. H. Wigg.		X		X
equinácea	<i>Echinacea angustifolia</i> DC.		X		X
equinácea	<i>Echinacea purpurea</i> (L.) Moench		X		X
erva-baleeira	<i>Cordia verbenácea</i> DC.		X		X
erva-cidreira, falsa-erva- cidreira, falsa- melissa	<i>Lippia alba</i> (Mill.) N.E. Br. ex Britton & P. Wilson		X		X
erva-de- bicho, pimenteira- d'água	<i>Polygonum punctatum</i> Elliott		X	X	
erva-de-são- joão, hipérico	<i>Hypericum perforatum</i> L.		X		X
espinheira- santa	<i>Maytenus ilicifolia</i> Mart.ex Reissek e <i>Maytenus aquifolia</i> Mart.		X		X
eucalipto	<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.		X		X
eucalipto	<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.; <i>Eucalyptus polybractea</i> R.T. Baker e/ou <i>Eucalyptus smithii</i> R.T. Baker		X		X
funcho	<i>Foeniculum vulgare</i> Miller		X	X	
funcho- amargo	<i>Foeniculum vulgare</i> Miller subsp. <i>vulgare</i> var. <i>vulgare</i>		X		X
funcho-doce	<i>Foeniculum vulgare</i> Miller subsp. <i>vulgare</i> var. <i>dulce</i> (Miller) Thellung.		X		X
garra-do- diabo	<i>Harpagophytum procumbens</i> DC. e <i>Harpagophytum zeyheri</i> subsp. <i>schijffii</i> Ihlenf. & H. Hartmann		X		X
garra-do- diabo	<i>Harpagophytum procumbens</i> DC. ex Meissn. e/ou <i>Harpagophytum zeyheri</i> Decne		X		X
gingibre	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe		X		X
ginkgo	<i>Ginkgo biloba</i> L.		X		X

ginseng	<i>Panax ginseng</i> C. A. Mey.		X		X
goiabeira	<i>Psidium guajava</i> L.		X		X
guaçatonga, erva-de- bugre, erva- de-lagarto	<i>Casearia sylvestris</i> Sw.		X		X
guaco	<i>Mikania glomerata</i> Spreng.		X		X
guaco	<i>Mikania laevigata</i> Sch.Bip. ex Baker		X		X
guaraná	<i>Paullinia cupana</i> Kunth ex H.B.K. var. <i>sorbilis</i> (Mart.) Ducke		X		X
hamamélis	<i>Hamamelis virginiana</i> L.		X		X
hortelã- pimenta	<i>Mentha x piperita</i> L.		X		X
jucá, pau- ferro	<i>Caesalpinia férrea</i> Mart.	-	-	-	-
jucá, pau- ferro	<i>Libidibia ferrea</i> (Mart.) L. P. Queiroz		X		X
jurubeba	<i>Solanum paniculatum</i> L.	-	-	-	-
kava-kava	<i>Piper methysticum</i> G. Forst		X		X
laranja- amarga	<i>Citrus aurantium</i> L.		X		X
macela; marcela; marcela-do- campo	<i>Achyrocline satureioides</i> DC.		X		X
malva	<i>Malva sylvestris</i> L.		X		X
maracujá	<i>Passiflora alata</i> Aiton	-	-	-	-
maracujá, flor da paixão, maracujá doce	<i>Passiflora incarnata</i> L.		X		X
maracujá- azedo	<i>Passiflora edulis</i> Sims	-	-	-	-
melão-de- são-caetano	<i>Momordica charantia</i> L.	-	-	-	-
melissa, erva- cidreira	<i>Melissa officinalis</i> L.		X		X
mentrasto, catinga-de- bode	<i>Ageratum conyzoides</i> L.		X		X
mil-folhas	<i>Achillea millefolium</i> L.		X		X
milho	<i>Zea mays</i> L.		X		X

mirtilo	<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	X		X	
mulungu	<i>Erythrina mulungu</i> Benth.		X		X
oliveira	<i>Olea europaea</i> L.		X		X
perpétua-do-brasil, sempre-viva	<i>Alternanthera brasiliana</i> (L.) Kuntze		X		X
picão	<i>Bidens pilosa</i> L.		X		X
pitangueira	<i>Eugenia uniflora</i> L.		X		X
poejo	<i>Mentha pulegium</i> L.		X		X
polígala	<i>Polygala senega</i> L.		X	X	
quebra-pedra	<i>Phyllanthus niruri</i> L.		X		X
romã	<i>Punica granatum</i> L.		X		X
sabugueiro	<i>Sambucus nigra</i> L.		X		X
sabugueiro- do-brasil	<i>Sambucus australis</i> Cham. & Schlttdl.		X		X
salgueiro, salgueiro- branco	<i>Salix</i> [várias espécies incluindo <i>S. purpurea</i> L., <i>S. daphnoides</i> Vill., <i>S. fragilis</i> L.]		X		X
salgueiro	<i>Salix alba</i> L.	-	-	-	-
sálvia	<i>Salvia officinalis</i> L.		X		X
saw-palmetto	<i>Serenoa repens</i> (W. Bartram) Small		X		X
sene, sena	<i>Senna alexandrina</i> Mill.		X		X
soja	<i>Glycine max</i> (L.) Merr.	X		X	
tanaceto	<i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Sch.Bip.		X		X
tanchagem	<i>Plantago lanceolata</i> L.		X		X
tanchagem; tansagem, tranchagem	<i>Plantago major</i> L.		X		X
trevo- vermelho	<i>Trifolium pratense</i> L.		X		X
unha-de-gato, espera-aí, junpindá	<i>Uncaria tomentosa</i> (Willd.) DCX		X		X
valeriana	<i>Valeriana officinalis</i> L.		X		X

aroeira-da-praia

18

Schinus terebinthifolia Raddi

* período: PUERPERAL



imagem: Teila Ceolin.

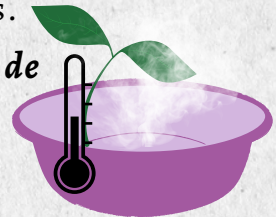
INDICAÇÃO:

Anti-inflamatória, cicatrizante, hemostática e adstringente para o uso sistema ginecológico. Pode ser utilizada em casos de inflamações vaginais e leucorreia.

MODO DE USO E POSOLOGIA:

»»» Uso tópico. Decocção de cascas do caule secas.

1 grama em 1 litro de água. Realizar banho de assento ou aplicar compressas na região afetada, duas vezes ao dia.



→ **Contemplado na RENAME:**

Dose diária: 1,932 mg de ácido gálico.
Forma farmacêutica: gel vaginal ou óvulo vaginal.

camomila

Matricaria chamomilla L.

* período: GRAVÍDICO E PUERPERAL



imagem: Teila Ceolin

Indicação:

* uso interno:

Prevenção da ansiedade e depressão pós-parto.

* uso tópico:

- Diminuição da intensidade da dor e fissura mamilar;
- Anti-inflamatório em afecções da cavidade oral;
- Alívio de afecções cutâneas da pele e mucosa da região anal e genital.

os efeitos da camomila podem ser sentidos pelo bebê através da amamentação.

⚠ **Gestantes: somente uso tópico!**

Modo de uso e posologia:

- Uso interno: 3g (1 col sopa) em 150mL (xíc chá), 3 a 4 xíc por dia.
- Uso tópico: Infusão de 6-9g (2-3 col sopa) em 150 mL (xíc chá), aplicar de 3 a 4 vezes ao dia, em forma de compressas ou bochechos/gargarejos.



Contraindicação:



Gestantes, devido à atividade emenagoga e relaxante da musculatura lisa. Menores de 6 meses. Inalação em menores de 6 anos. Uso externo é recomendado somente para pessoas maiores de 12 anos de idade e contraindicado em casos de lesões profundas ou extensas.



cranberry

Vaccinium macrocarpon Aiton

* período: GRAVÍDICO E PUERPERAL



imagem: Wildfeuer.

Indicação:

Auxiliar na prevenção e tratamento sintomático de infecções do trato urinário. Uso adjuvante em casos de cistite recorrente.

Infecções urinárias são comuns durante a gestação e podem estar associadas com desfecho perinatal adverso!

Modo de uso e posologia:

»»» Uso interno. Tomar uma cápsula de extrato seco do fruto 400 a 450 mg, duas vezes ao dia.

podem ser utilizadas em forma de SUCO!



Deve ser utilizado com precaução na gravidez, lactação e por diabéticos!

Contraindicação:



Pessoas que apresentam litíase urinária, insuficiência renal ou pielonefrite devem usar produtos contendo a espécie vegetal somente após consultar um profissional especializado. O uso concomitante de cranberry e varfarina deve ser evitado.



erva-de-bicho

Polygonum punctatum Buch.-Ham. ex D. Don

* período: PUERPERAL



imagem: Teila Ceolin.

Indicação:

Doença arterial periférica. Varizes. Úlceras varicosas.
Hemorroidas.

Modo de uso e posologia:

»»» Uso Tópico. Partes aéreas. Infusão, 3 g (1 col sopa) em 150 mL (xíc chá).
Aplicar na região afetada 3 vezes ao dia, em forma de compressas.

**NO TRATAMENTO DE HEMORROIDAS É FEITO
EM FORMA DE BANHO DE ASSENTO**

Contraindicação:

contraindicado durante a gestação.



funcho

Foeniculum vulgare Miller

* período: PUERPERAL



imagens: Teila Ceolin.

Indicação:

Atividade galactagoga. Auxiliar no tratamento sintomático de queixas gastrintestinais leves.

Modo de uso e posologia:

»»» Uso interno. Infusão, 5 a 7 g do fruto para uma vez ao dia, 150 mL de água.

Aumenta a secreção de leite, pois em sua composição agentes que possuem atividade estrogênica, visto que os estrogênios estimulam a liberação da prolactina.



Contraindicação:

O uso é contraindicado durante a gestação. Podem ocorrer reações alérgicas cutâneas e respiratórias. Não deve ser utilizado em pessoas com histórico de convulsões.



mirtilo

Vaccinium myrtillus L.

* período: GRAVÍDICO E PUERPERAL



imagem: Paulo Lanzetta

Indicação:

Diarreia leve não infecciosa. Inflamações leves da cavidade oral. Prevenção do ganho de peso gestacional excessivo e melhora do controle glicêmico.

O mirtilo apresenta em composição rica em
 - vitaminas (A, B, C e K), folatos, potássio,
 - magnésio, ferro, entre outros!



Indicado para mulheres com alto risco de desenvolver diabetes mellitus gestacional!

Modo de uso e posologia:

- »»» Oral. Decocção. Frutos 5-15 g para 250 mL de 3-4 vezes por dia.
- »»» Externo. Bochechos/gargarejos, várias vezes ao dia (20 g para 200mL).

Contraindicação:



Menores de 12 anos devido à falta de estudos adequados nesta faixa etária. No caso de uso oral, suspender o uso caso os sintomas persistirem por mais de três dias durante a utilização do fitoterápico.

soja

Glycine max (L.) Merr.

* período: GRAVÍDICO E PUERPERAL



imagem: Jurema Oliveira.

ALIMENTO FONTE DE FERRO

Indicação:

Prevenção da anemia. Alívio dos sintomas do climatério (sintomas vasomotores, tais como: ondas de calor e sudorese). É considerado modulador seletivo de receptores estrogênicos.

Modo de uso e posologia:

- Uso interno. Dose diária entre 50 e 120 mg de isoflavonas.
- Uso interno. Consumir diariamente 1 colher de sopa de soja cozida.

➔ Contemplado na RENAME:

Dose diária: 50 a 120 mg de isoflavonas.

Forma farmacêutica: cápsula ou comprimido.

É importante que a gestante seja orientada e incentivada sobre o uso.

Contraindicação:

⚠ Utilizar óleo de soja para cozinhar! 🌟



Contraindicado para menores de 12 anos. Pacientes com histórico de hipersensibilidade e alergia a qualquer um dos componentes do fitoterápico não devem fazer uso do mesmo.

4. Considerações finais

Devido a proposta abordar o uso de plantas medicinais em uma fase relevante para a vida da mulher, o tema exige cautela na escolha das plantas, sendo viável utilizar publicações com indicações, segurança e eficácia.

Diversas mulheres utilizam as plantas medicinais no período gravídico-puerperal, por isso é necessário questionar o uso durante as consultas.

Após a revisão de literatura, de 104 plantas listadas nas três publicações investigadas, foi possível utilizar apenas sete para incluir no manual, tendo sido desconsideradas plantas que muitas vezes são utilizadas no cotidiano por falta de segurança quanto ao uso neste período.

Durante a construção do manual, houve a limitação pela opção de utilizar as publicações do Ministério da Saúde e ANVISA, excluindo outras que poderiam conter informações acerca. Além disso, foram encontradas controversas na literatura sobre a temática, sendo relevante que o Ministério da Saúde e ANVISA revejam as recomendações sobre a utilização das plantas no período gravídico-puerperal.

Todavia, o manual possibilita aos profissionais de saúde orientar o uso de plantas medicinais no período gravídico-puerperal de forma segura, interrompendo a indicação daquelas que não são favoráveis nesta fase.

Referências

ALMEIDA, I. S.; HENRIQUES, B. O. **Plantas medicinais na gestação: análise do grau de conhecimento das pessoas em relação aos seus efeitos prejudiciais.** 2022. Disponível em: <http://200.229.206.180/bitstream/handle/123456789/126/Isabela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 27 jul. 2022.

BASTOS, A. **Plantas Medicinais Brasileiras Aplicadas aos Princípios da Medicina Chinesa.** E-book. 2015. Disponível em: <https://naturologiaunisul.files.wordpress.com/2017/07/guia-de-plantas-medicinais-brasileiras-aplicada-c3ao-medicina-tradicional-chinesa.pdf>. Acesso: 27 jul. 2022.

BASU, A. *et al.* Dietary Blueberry and Soluble Fiber Supplementation Reduces Risk of Gestational Diabetes in Women with Obesity in a Randomized Controlled Trial. **J Nutr.** 2021 May 11;151(5):1128-1138. doi: 10.1093/jn/nxaa435.

BERCAW, J. *et al.* The use during pregnancy of prescription, over-the-counter, and alternative medications among Hispanic women. **Birth**, v. 37, n. 3, p. 211-218, 2010.

MONTEIRO, S. C; BRANDELLI, C. L. C. Farmacobotânica - aspectos teóricos e aplicação. Porto Alegre: **ArtMed**, 1-13 p. 2017.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira.** 2 ed. Brasília: Anvisa, 2021. 223 p.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira.** 1 ed. Brasília: ANVISA, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Instrução normativa nº 02, de 13 de maio de 2014.** Publica a “Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado” e a “Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado”. Brasília, DF, p. 32, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Atenção ao pré-natal de baixo risco**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2012. 318 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (Rename)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. 181 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Schinus terebinthifolius* Raddi, Anacardiaceae (aroeira-da-praia)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. 81 p.

BRASIL. **Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) nº 10, de 9 de março de 2010**. Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências. Brasília, DF. 2010.

CAMPESATO, V. R. **Uso de plantas medicinais durante a gravidez e risco para malformações congênitas**. Tese de Doutorado, Programa de Pós-Graduação em Genética e Biologia Molecular. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2005. 138 p.

CARDOSO, Bruce S.; AMARAL, Vanessa C. S. O uso da fitoterapia durante a gestação: um panorama global. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, 1439-1450 p. 2019.

CARVALHO, C. F. C. **Fitoterapia na Gravidez: segurança e eficácia de Produtos à Base de Plantas no alívio de sintomas e desconfortos associados à gravidez**. Monografia realizada no âmbito da unidade de Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas. Faculdade de Farmácia, Universidade de Coimbra, 2016. 42 p.

DUARTE, A. F. S. *et al.* O uso de plantas medicinais durante a gravidez e amamentação. **Visão Acadêmica**, [S.l.], v. 18, n. 4, fev. 2018. ISSN 1518-8361.

GARLET, T. M. B. **Plantas medicinais nativas de uso popular no Rio Grande do Sul**. Santa Maria, RS: UFSM, PRE, 2019

GUEDES, A. C. B. **Mulheres Quilombolas e uso de plantas medicinais: práticas de cura em Santa Rita de Barreira/PA**. 2018. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Pará, Núcleo de Altos Estudos Amazônicos, Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Sustentável do Trópico Úmido, Belém, 2018. 199p.

HOLST, L & al. The use and the user of herbal remedies during pregnancy. **J Altern Complement Med.**, v. 15, n. 7, p. 787-92, 2009.

HOSPITAL ISRAELITA ALBERT EINSTEIN. **Guia do Episódio de Cuidado Infecção Trato Urinário na Gestação**. 2021. Disponível em: <https://medicalsuite.einstein.br/pratica-medica/Pathways/Infeccao-do-Trato-Urinario-na-Gestacao.pdf>. Acesso em 10 nov. 2022.

HUMPHREY, S. Herbal therapeutics during lactation. **Textbook of Human Lactation**. Texas: Hale Publishing; chapter 18, p.1-26, 2007.

MCCHESENEY, J. D.; VENKATARAMAN, S.K.; HENRI, J.T. Plant Natural Products: Back to the Future or Into Extinction? **Phytochemistry**, v. 68, n. 14, p. 15-22, 2007.

PEDROSO, R. S.; ANDRADE, G.; PIRES, R. H. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 2, e310218, 2021. 19 p.

OLIT, D. F.; BECK, C. T. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática da enfermagem**. 7ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.

OLIVEIRA, J. **Soja (*Glycine max* (L.) Merr.)**. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Soybean.USDA.jpg>. Acesso em: 16 nov. 2022.

ROCHA, F. A. et al. O uso terapêutico da flora na história mundial. **HOLOS**, v. 31, n. 1, p. 49-61, 2015.

ROSA, C.; CÂMARA, S.G.; BÉRIA, J.U. Representações e Intenção de Uso da Fitoterapia na Atenção Básica à Saúde. **Ciências & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 1, p. 311-318, 2011.

SILVA, N. C. S.; VITOR, A. M.; BESSA, D. H. S.; BARROS, R. M. S. A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos em prol da saúde. **Única Cadernos Acadêmicos**, v. 3, n. 3, sp, 2017.

SOFIATI, F. T. **Estudo fitoquímico e atividades biológicas preliminares de extratos de *Polygonum acre* H.B.K. (Polygonaceae) e *Synadenium Carinatum* Boiss (Euphorbiaceae)**. [Dissertação]. Araraquara, 2009.

TAMAZZONI, M. I.; NEGRELLE, R. R. B.; CENTA, M. DE L. Fitoterapia popular: a busca instrumental enquanto prática terapeuta. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 15, n. 1, 2006.

WILDFEUER. **cranberry (*Vaccinium macrocarpon* Aiton)**. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:2006-10-22Vaccinium02-02.jpg>. Acesso em: 16 nov. 2022.





Universidade Federal de Pelotas (UFPEL)
Práticas Integrativas e Complementares na
Rede de Atenção à Saúde (PIC-RAS)
Faculdade de Enfermagem (FE)
Pelotas, Rio Grande do Sul - RS