



PROMOÇÃO DE CONHECIMENTOS SOBRE O USO RACIONAL E SEGURO DE PLANTAS MEDICINAIS NA COMUNIDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

MARIA EDUARDA MONTENEGRO; RAFAELA TEIXEIRA BAYER PIRES; MARIA IZABEL DE SOUSA NEGREIROS; PAULO ROBSON GOMES COSTA; KAUA TELES PINHO

Introdução: O uso de plantas medicinais é uma prática amplamente difundida na cultura popular, sendo uma alternativa terapêutica importante para diversas condições de saúde. Contudo, seu uso seguro e racional ainda representa um desafio, exigindo conhecimento acerca das propriedades farmacológicas, compostos químicos e modos de preparo dessas plantas. Neste contexto, é necessário promover o uso consciente de plantas medicinais junto à comunidade. **Objetivo:** Promover a conscientização da comunidade sobre o uso racional e seguro das plantas medicinais, destacando sua eficácia no tratamento complementar de diversas patologias, suas funções terapêuticas específicas e os possíveis efeitos adversos. **Relato de experiência:** Trata-se de uma atividade educativa promovida por estudantes de Medicina que fazem parte do projeto de extensão: Saúde Verde na Comunidade, realizada em uma UBS localizada no município de Itapipoca-CE, tendo como público-alvo cerca de 20 pessoas, entre pacientes e funcionários da Unidade de Saúde. A ação abordou os seguintes temas: nome científico, partes utilizadas, atividades farmacológicas, compostos químicos e possíveis efeitos adversos de plantas que são muito utilizadas pela comunidade, entre elas: *Allium sativum* (Alho), *Chamomilla recutita* (Camomila), *Curcuma longa* (Açafrão), *Foeniculum vulgare* (Erva-Doce), *Eucalyptus* spp. (Eucalipto). Inicialmente, foram apresentados conceitos fundamentais para contextualizar o tema, como a diferença entre fitoterápicos e fitofármacos, a relevância das plantas medicinais e os tipos de preparos disponíveis. O formato escolhido foi o de uma palestra, durante a qual os temas mencionados foram detalhados juntamente com um banner ilustrativo e com a distribuição de folders contendo informações adicionais sobre o assunto para facilitar a compreensão dos participantes. **Conclusão:** A ação realizada possibilitou integrar conhecimentos populares e científicos sobre plantas medicinais, promovendo seu uso seguro e consciente, mitigando possíveis efeitos adversos a partir da ampliação dos conhecimentos dos participantes acerca do assunto, além de reforçar a aplicabilidade dessas no autocuidado. Essa iniciativa está alinhada com as diretrizes do SUS, que incentivam a integração de ervas medicinais e fitoterápicos na atenção básica, visando ampliar as opções terapêuticas disponíveis à população. Em síntese, a ação contribuiu para o empoderamento dos participantes, valorizando saberes tradicionais e promovendo práticas de saúde integrativas e seguras.

Palavras-chave: **PLANTAS MEDICINAIS; CONSCIENTIZAÇÃO; USO RACIONAL; COMUNIDADE; FITOTERÁPICOS**