



A IMPORTÂNCIA DO USO DE PLANTAS MEDICINAIS PARA UM GRUPO DE IDOSAS COM DOENÇAS CRÔNICAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

ANDRESSA CARVALHO ROCHA; RÔMULO OLIVEIRA DO VALE CARNEIRO; NICOLAS MILHOME DE LIMA; FLAVIO MARQUES DAMASCENO

Introdução: A fitoterapia é uma intervenção terapêutica que visa o uso de medicamentos e insumos que tem como base plantas medicinais, no qual seu uso traz consigo muitos benefícios para tratar diversas doenças, tendo um menor custo e menos efeitos colaterais. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma educação em saúde sobre o uso de plantas medicinais, seus benefícios e malefícios realizado para um grupo de idosas com doenças crônicas. **Metodologia:** Este trabalho é um relato de experiência sobre a realização de uma educação em saúde por parte de uma equipe de residentes em saúde da família junto com a liga acadêmica de plantas medicinais (LAPLAM) vinculado ao Centro Universitário Inta sobre plantas medicinais no auditório do Centro de Saúde da família (CSF) do Alto da Brasília, no município de Sobral-Ceará. O Público alvo da ação foram idosas com idade entre 60 e 82 anos, que fazem parte do território e que são acompanhadas pelo CSF. **Resultados:** Durante a atividade foi aberto um espaço de diálogo sobre as plantas, suas ações terapêuticas e efeitos colaterais, efeitos associados aos medicamentos de uso crônico, preparo correto de chás e lambedores. Tivemos como ponto positivo as dúvidas pertinentes tiradas sobre a intervenção, no qual os participantes compartilharam seus saberes a respeito do uso de plantas medicinais e levantaram questionamentos sobre os seus efeitos colaterais e a importância de ser acompanhado por um profissional de saúde. Como ponto negativo podemos citar o espaço que era pequeno para desenvolver de forma mais efetiva as atividades. É pertinente ressaltar que no final do momento foram distribuídas mudas de plantas medicinais e velas aromáticas que foram fabricadas pela liga, que também vimos como ponto positivo. **Conclusão:** A educação em saúde sobre os fitoterápicos foi de grande relevância, uma vez que as participantes puderam tirar suas dúvidas sobre a temática, trazendo também o entendimento que o uso incorreto pode ocasionar efeitos colaterais e por isso a importância de procurar um profissional de saúde antes de fazer o uso de qualquer medicamento sem prescrição.

Palavras-chave: **FITOTERAPIA; SAÚDE DA FAMÍLIA; PROMOÇÃO DE SAÚDE; SAÚDE DO IDOSO; ATENÇÃO PRIMÁRIA**