POLIANNA DOS SANTOS DE FARIAS

Mulheres Plurais & PLANTAS MEDICINAIS

Saberes constituídos no Recôncavo



REALIZAÇÃO

UNIVASF

APOIO

HUMANA POVO PARA POVO BRASIL

INSTITUTO FEDERAL

UFRB

MULHERES DO ASSENTAMENTO BELA VISTA

Associação de Pequenos Agricultores das Comunidades Tabocal, Bom Jardim e Bonfim

Mulheres Plurais & PLANTAS MEDICINAIS

Saberes constituídos no Recôncavo

FICHA CATALOGRÁFICA

Farias, Polianna dos Santos de

F224m Mulheres plurais e plantas medicinais: os saberes constituídos no Território de Identidade Recôncavo / Polianna dos Santos de Farias; orientação de Lucia Marisy Souza Ribeiro de Oliveira e Silvia Helena Nogueira Turco – Juazeiro - BA, 2026.

55 f. : il.

Livro digital (PDF) ISBN: 978-85-5322-400-5

1. Mulheres. 2. Etnobotânica. 3. Sociobiodiversidade. 4. Agroecologia. 5. Ancestralidade. I. Título. II. Oliveira, Lucia Marisy Souza Ribeiro de. III. Universidade Federal do Vale do São Francisco.

CDD 305.4

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema Integrado de Biblioteca SIBI/UNIVASF
Renato Marques Alves e CRB 5-1458

Mulheres Plurais & PLANTAS MEDICINAIS

Saberes constituídos no Recôncavo

Este livreto resulta da Tese de Doutorado em Agroecologia e Desenvolvimento Territorial intitulada “Mulheres rurais e plantas medicinais: os saberes constituídos no território de identidade Recôncavo”, realizada no âmbito do Programa de Pós-graduação em Agroecologia e Desenvolvimento Territorial da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF).

PESQUISADORA RESPONSÁVEL

Polianna dos Santos de Farias

ORIENTAÇÃO

Lucia Marisy Souza Ribeiro de Oliveira

Silvia Helena Nogueira Turco (Coorientadora)

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

ADEQUAÇÃO TEXTUAL

Sarah Ryanne Sukerman Sanches

REALIZAÇÃO

APOIO

SOBRE A AUTORA



Polianna dos Santos de Farias é filha de agricultora e agricultor familiar, trajetória que contribuiu para a construção de sua relação com o campo, os saberes tradicionais e a agricultura familiar.

É Engenheira Agrônoma formada pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, instituição na qual também concluiu o mestrado em Solos e Qualidade de Ecossistemas.

Atualmente, é doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Agroecologia e Desenvolvimento Territorial da Universidade Federal do Vale do São Francisco, desenvolvendo pesquisas voltadas à agroecologia, plantas medicinais, saberes tradicionais e agricultura familiar. Atua como coordenadora de projetos de Assistência Técnica e Extensão Rural (ATER) pela Humana Brasil, com experiência em ações participativas junto a comunidades rurais, fortalecimento de grupos produtivos e valorização dos conhecimentos tradicionais.

AGRADECIMENTOS

Programa de Pós-Graduação
AGROECOLOGIA E DESENVOLVIMENTO TERRITORIAL

Agradeço ao **Programa de Pós-Graduação em Agroecologia e Desenvolvimento Territorial da Universidade Federal do Vale do São Francisco** pela oportunidade de realização deste doutorado, pelo apoio acadêmico e pela contribuição fundamental para minha formação científica e profissional.

HUMANA
POVO PARA POVO BRASIL

Agradeço à **Humana Brasil**, instituição da qual faço parte, pelo apoio, incentivo e pelas condições oferecidas para a realização deste doutorado e desenvolvimento da pesquisa. Sou grata pela compreensão, parceria e pelo compromisso com ações voltadas ao fortalecimento das comunidades rurais e da agricultura familiar, que contribuíram significativamente para minha trajetória acadêmica e profissional.

INSTITUTO FEDERAL
Baiano
Campus Governador Mangabeira

Agradeço ao **Instituto Federal Baiano – *Campus* Governador Mangabeira** pela parceria e apoio na realização das atividades desenvolvidas durante a pesquisa, especialmente na produção e disponibilização de mudas de plantas medicinais, contribuindo de forma significativa para o fortalecimento das ações junto às comunidades participantes.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à **Universidade Federal do Recôncavo da Bahia** pelo apoio junto às comunidades participantes da pesquisa, contribuindo de maneira fundamental para o desenvolvimento das atividades realizadas durante o doutorado e para o fortalecimento das ações de ensino, pesquisa e extensão no território.

Agradeço ao **Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra** e ao grupo **Mulheres do Assentamento Bela Vista** pela acolhida, parceria e participação ativa na pesquisa. Minha gratidão pelo compartilhamento de saberes, pelas trocas construídas coletivamente e pelo compromisso na valorização das plantas medicinais, da agricultura familiar e dos conhecimentos tradicionais presentes no território.

Associação
de Pequenos Agricultores
das Comunidades Tabocal,
Bom Jardim e Bonfim

Agradeço, de maneira especial, à **Associação de Pequenos Agricultores das Comunidades Tabocal, Bom Jardim e Bonfim** pela participação, apoio e contribuição durante o desenvolvimento desta pesquisa. Minha gratidão às famílias e, em especial, às mulheres das comunidades, que compartilharam conhecimentos, experiências e vivências fundamentais para a construção coletiva deste trabalho.

SUMÁRIO

PARTE 1

MULHERES PLURAIS E SEUS SABERES

INTRODUÇÃO 9

COMUNIDADES 13

MULHERES PLURAIS 14

AS MULHERES E AS PLANTAS 16

PARTE 2

AS OFICINAS

OFICINAS CRIATIVAS 24

REFLEXÕES FINAIS 29

ÁLBUM VISUAL 31

PARTE 3

PLANTAS MEDICINAIS

ESPÉCIES DE PLANTAS 38

FORMAS DE PREPARO 49

REFERÊNCIAS 53



PARTE 1

MULHERES PLURAIS E SEUS SABERES

CAPÍTULO 1

INTRODUÇÃO

O QUE SÃO AS PLANTAS MEDICINAIS?



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

As plantas medicinais são definidas como **aquelas utilizadas para prevenir, aliviar ou curar doenças**, possuindo uma tradição consolidada de uso por diferentes povos e comunidades ao longo do tempo (Brasil, 2022). Esse conhecimento, construído historicamente, integra sistemas de cuidado baseados na experiência empírica e na observação da natureza, **sendo fundamental para a manutenção da saúde**, especialmente em contextos de acesso aos serviços formais.

O manejo e a utilização de plantas medicinais estiveram, historicamente, associados às mulheres, que desempenham papel central na seleção, preparo e administração desses recursos terapêuticos no âmbito doméstico e comunitário. Ainda que os homens também detenham conhecimentos sobre as propriedades das plantas, em geral, **são as mulheres aquelas responsáveis pela sistematização e compartilhamento desses saberes**.

Tal dinâmica relaciona-se aos **processos de socialização de gênero**, que historicamente associaram as mulheres às práticas de cuidado, alimentação e saúde no ambiente doméstico e comunitário. Segundo Siliprandi (2015), **as mulheres desempenham papel central na conservação da agrobiodiversidade**, na manutenção dos quintais produtivos e na transmissão dos saberes tradicionais relacionados ao cuidado e à alimentação.

A IMPORTÂNCIA DAS PLANTAS



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

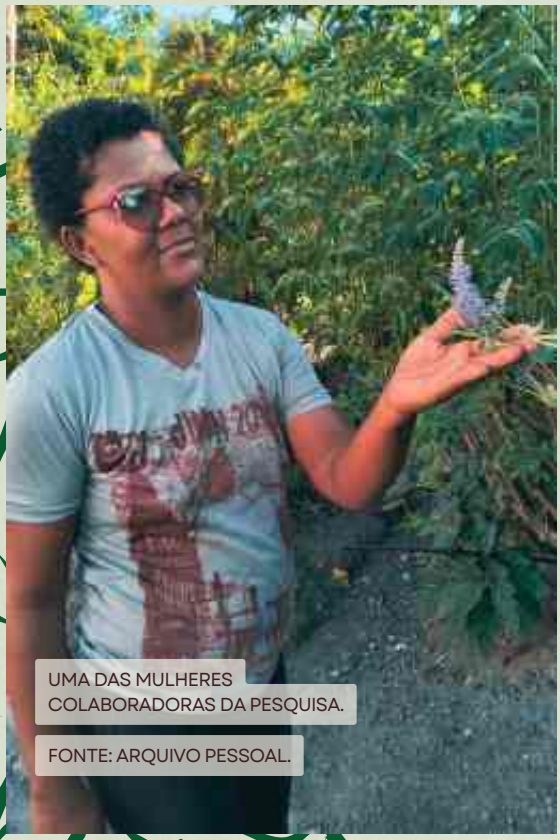
O uso de plantas acompanha o desenvolvimento da humanidade, sendo empregado não apenas na alimentação, mas também na construção de habitações, na produção de vestimentas e, sobretudo, no tratamento de enfermidades humanas e animais (Giordani et al., 2016).

Nesse contexto, **as plantas medicinais assumem dupla importância**: como **fonte de matéria-prima** para a indústria farmacêutica e como **recurso terapêutico** acessível às populações. No entanto, sua utilização exige conhecimentos específicos, como a identificação correta das espécies, as partes utilizadas e as dosagens adequadas, uma vez que o uso inadequado pode comprometer sua eficácia ou causar efeitos adversos (Zhan; Zhou, 2003).

Com o avanço das tecnologias e a intensificação das ações antrópicas sobre os ambientes naturais, **observa-se uma progressiva redução no uso da medicina tradicional**, colocando em risco importantes conhecimentos empíricos e um vasto patrimônio biocultural construído historicamente pelas comunidades tradicionais (Toledo; Barrera-Bassols, 2015).

Nesse cenário, o resgate, **a valorização e a sistematização desses saberes tornam-se fundamentais**, sobretudo para comunidades tradicionais, nas quais a fitoterapia caseira representa, muitas vezes, o principal – ou único – meio de cuidado com a saúde. A forma como esses grupos utilizam os recursos naturais disponíveis em seus territórios constitui uma construção histórica e social, configurando-se como elemento central de sua identidade cultural (Vanini, 2010).

OS POVOS & AS PLANTAS



UMA DAS MULHERES COLABORADORAS DA PESQUISA.

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

O estudo das relações entre seres humanos e plantas é denominado **etnobotânica**, sendo definido como a investigação das interações entre populações humanas e os recursos vegetais de seu ambiente (Albuquerque, 2005). Esse campo de estudo integra **dimensões culturais, ecológicas e sociais,** permitindo compreender os sistemas de conhecimento desenvolvidos por diferentes grupos.

De forma complementar, a **etnofarmacologia** dedica-se à análise dos preparados tradicionais utilizados para fins terapêuticos, incluindo aqueles à base de plantas medicinais (Albuquerque; Hanazaki, 2006).

Já a **etnoveterinária** refere-se ao conjunto de práticas e conhecimentos relacionados ao uso de recursos naturais no tratamento e prevenção de doenças em animais, constitutindo uma importante estratégia no contexto da agricultura familiar (Campos; Itaya, 2016).

Segundo Amorim et al. (2018), a etnoveterinária pode ser compreendida como um saber tradicional que se perpetua por meio de compartilhamento oral entre gerações, o que reforça a necessidade de sua documentação e valorização.

Nesse sentido, a **etnobotânica** se apresenta como ferramenta fundamental para a sistematização desses conhecimentos, permitindo identificar o perfil socio-cultural das comunidades e as especificidades no uso das plantas medicinais, que variam de acordo com os contextos locais (Vásquez et al., 2014).

AS PLANTAS E EU

A escolha desta temática está profundamente relacionada à minha **trajetória pessoal e profissional**. Desde a infância, vivenciei práticas de cuidado baseadas no uso de plantas medicinais, **observando minha bisavó e minha avó coletarem espécies vegetais** para a preparação de chás e remédios caseiros, assim como minha mãe utilizar plantas como o mastruz no tratamento de animais e preparar lambedores à base de hortelã-grosso para o cuidado de enfermidades respiratórias. Posteriormente, **a atuação na extensão rural** possibilitou compreender esses saberes não apenas como práticas cotidianas, mas como **patrimônio cultural,** evidenciando sua relevância para a autonomia e a qualidade de vida das populações do campo.



ANTONIETA DOS SANTOS, MÃE DA AUTORA.

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

CAPÍTULO 2

COMUNIDADES

O trabalho foi desenvolvido em **quatro comunidades rurais** localizadas no **Território de Identidade Recôncavo**, Bahia (Ver Figura 1).

Uma das áreas de estudo corresponde ao Assentamento Bela Vista, vinculado ao Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra (MST), situado no município de **Santo Amaro**, sob as coordenadas 12°35'05.8"S e 38°46'09.8"W, com altitude aproximada de 42 m.

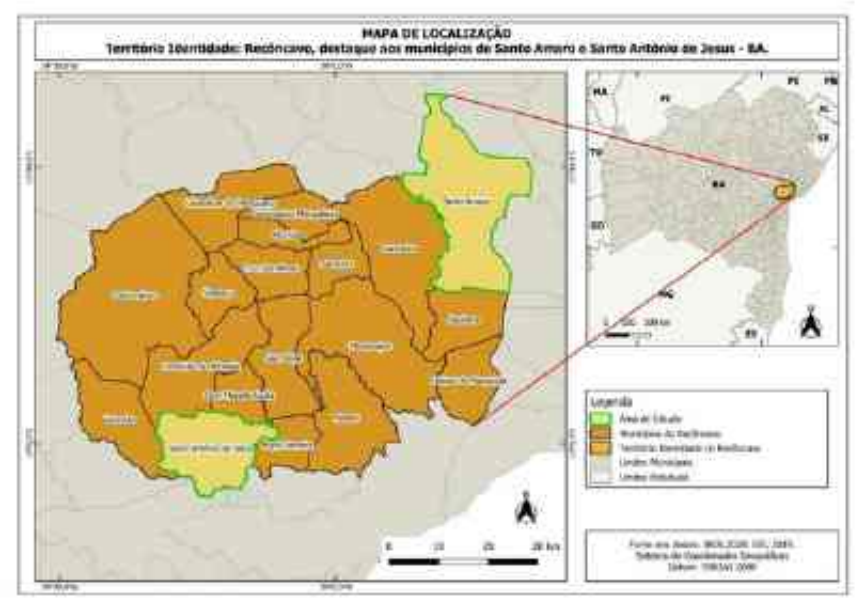


FIGURA 1 - MAPA DO TERRITÓRIO DE IDENTIDADE RECÔNCAVO

As demais comunidades pesquisadas **localizam-se no município de Santo Antônio de Jesus**, sendo elas: Tabocal I, sob as coordenadas 12°59'48.6"S e 39°17'47.7"W; Tabocal II, sob as coordenadas 12°59'48.9"S e 39°17'47.9"W; e Bonfim, sob as coordenadas 13°01'10.5"S e 39°17'31.3"W. O município encontra-se a uma altitude média de 213 m acima do nível do mar.

Tanto Santo Amaro quanto Santo Antônio de Jesus têm **clima tropical úmido**, com características variando entre úmido e subúmido, segundo INMET (2025).

CAPÍTULO 3

MULHERES PLURAIS



A PESQUISADORA JUNTO A UMA DAS COLABORADORAS.

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

O grupo colaborador é composto por **mulheres adultas e idosas,** com maior concentração na faixa etária de **50 a 59 anos**, correspondente a 30,8% das participantes.

Também se observa participação expressiva de mulheres entre **60 e 69 anos e 70 e 79 anos**, ambas representando parcelas relevantes da amostra (Gráfico 1).

Esse perfil evidencia a **forte presença de mulheres mais velhas** na manutenção dos saberes agrícolas, domésticos e etnobotânicos no Território Recôncavo.

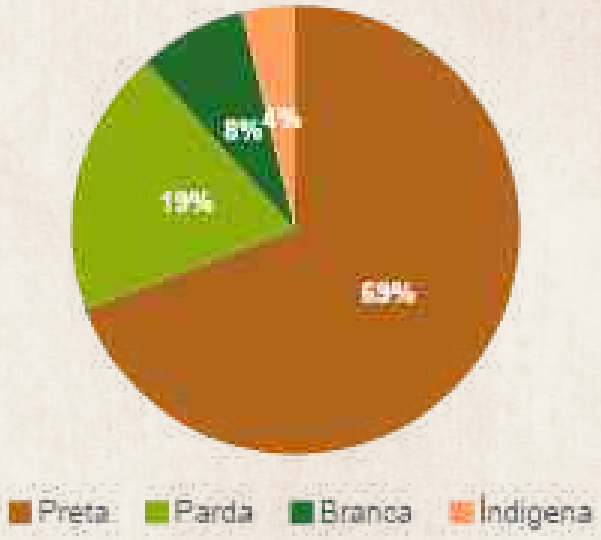
TABELA 1 - LOCALIDADES E NÚMERO DE PARTICIPANTES EM CADA COMUNIDADE NO TERRITÓRIO RECÔNCAVO

COMUNIDADE	Nº DE MULHERES	PORCENTAGEM (%)
Assentamento Bela Vista	11	42,3
Bonfim	1	3,85
Tabocal I	13	50
Tabocal II	1	3,85
Total	26	100

FONTE: ELABORADO PELA AUTORA, 2026.

QUEM SÃO AS MULHERES PARTICIPANTES ?

GRÁFICO 1 - RAÇA/COR



FONTE: ELABORADO PELA AUTORA, 2026.



UMA DAS MULHERES COLABORADORAS DA PESQUISA.

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

Como mostra o gráfico ao lado, a autodeclaração racial revelou **predominância de mulheres pretas**, correspondendo a 69% das colaboradoras, seguida por pardas (19%), brancas (8%) e indígenas (4%).

Esse resultado é significativo, pois **o Recôncavo possui forte presença de populações negras e comunidades tradicionais**, cuja história está ligada à agricultura familiar, aos quintais, à ancestralidade e às práticas de cuidado.

Nesse sentido, os dados reforçam a importância de compreender os quintais não apenas como espaços produtivos, mas também como **territórios de identidade, resistência e preservação cultural** (Freitas et al., 2023).

Além disso, estudos com mulheres rurais indicam que **o uso de plantas medicinais está associado à autonomia**, ao reconhecimento social e ao compartilhamento de conhecimentos no âmbito familiar e comunitário (Costa; Marin, 2023).

CAPÍTULO 4

AS MULHERES & AS PLANTAS

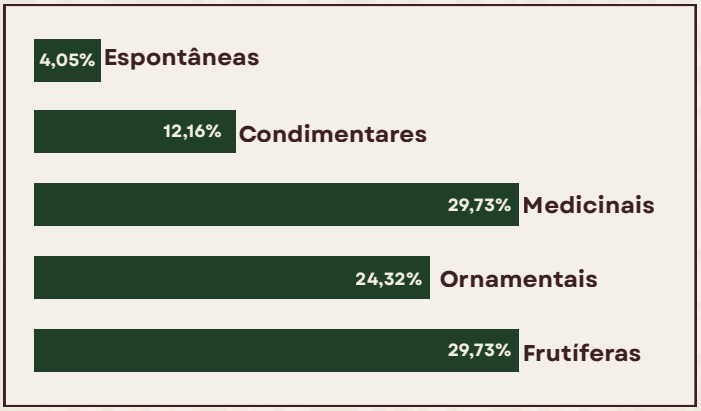
QUAIS PLANTAS FAZEM PARTE DESSAS COMUNIDADES?



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

Os **diferentes tipos** de plantas existentes nas residências das colaboradoras no Território do Recôncavo são: espontâneas; condimentares; medicinais; ornamentais e frutíferas. Plantas nativas não foram identificadas.

GRÁFICO 2 - TIPOS DE PLANTAS



FONTE: ELABORADO PELA AUTORA, 2026.

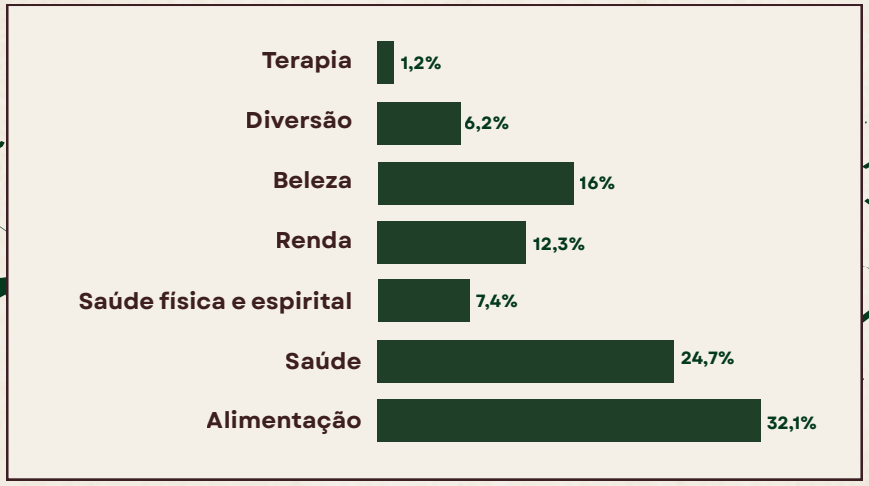
OS USOS DAS PLANTAS

Dentre os tipos de plantas identificados, **destacaram-se as frutíferas e medicinais**, ambas com 29,73%, seguidas pelas ornamentais, condimentares e espontâneas (Gráfico 2).

A presença expressiva de plantas medicinais **reforça a função terapêutica dos quintais e a permanência dos saberes populares** relacionados ao cuidado com a saúde.

A importância atribuída às plantas pelas colaboradoras também evidencia os seus usos e **funções sociais, econômicas, culturais** e **terapêuticas** no cotidiano das famílias rurais.

GRÁFICO 3 - IMPORTÂNCIA DAS PLANTAS PARA AS COLABORADORAS



FONTE: ELABORADO PELA AUTORA, 2026.

A **alimentação foi a categoria mais citada**, representando 32,1% das respostas, seguida pelas categorias saúde, beleza, renda, saúde física e espiritual, diversão e terapia (Gráfico 3).

A predominância dessa categoria **reforça o papel dos quintais na promoção da segurança e soberania alimentar** das famílias rurais, especialmente por meio da diversificação alimentar e do acesso contínuo a frutas, hortaliças, condimentos e plantas medicinais.

Os demais usos apontados pelas colaboradoras demonstram que **os quintais extrapolam a dimensão produtiva**, constituindo espaços de cuidado, reprodução social, fortalecimento dos vínculos familiares e manutenção dos saberes tradicionais associados às plantas.

No que diz respeito à categoria alimentação como central às comunidades, resultados semelhantes foram observados por Strate e Costa (2018), que destacam os quintais produtivos como importantes estratégias de **autoconsumo, geração complementar de renda e fortalecimento da autonomia feminina** no meio rural.

Segundo as autoras, esses espaços contribuem diretamente para a **melhoria da qualidade alimentar** das famílias e para a valorização do trabalho das mulheres agricultoras.

Além da função alimentar, a elevada frequência de citações relacionadas à saúde confirma a **permanência das práticas tradicionais de cuidado** e do uso de plantas medicinais no contexto da agricultura familiar.

Em estudos realizados com mulheres rurais e agricultoras familiares, Varela et al. (2022) verificaram que **os quintais funcionam como verdadeiros espaços terapêuticos e educativos**, nos quais são preservados conhecimentos transmitidos entre gerações, especialmente pelas mulheres mais velhas.

No Recôncavo Baiano, Farias et al. (2021) também identificaram **forte associação entre cultivo de plantas medicinais, ancestralidade e práticas comunitárias de cuidado** em comunidades quilombolas.



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

As categorias relacionadas à renda e à autonomia reforçam ainda a **relevância econômica dos quintais produtivos**. Freitas et al. (2023) observaram que **esses espaços representam importantes estratégias de resistência e reprodução social** das mulheres rurais, contribuindo para comercialização de excedentes, redução de gastos domésticos e fortalecimento da agroecologia.

De forma semelhante, Brito (2020) verificou que o**s quintais possibilitam maior protagonismo feminino** na gestão da produção e no compartilhamento dos saberes tradicionais, favorecendo processos de empoderamento e valorização social das agricultoras.

OUTROS USOS



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

A presença das categorias **beleza, diversão, terapia e saúde espiritual** demonstra ainda que os quintais possuem dimensões simbólicas, afetivas e culturais que ultrapassam os aspectos econômicos. Esses espaços frequentemente se configuram como locais de convivência, bem-estar e **conexão com a natureza**, fortalecendo relações de pertencimento territorial e identidade cultural.

Nesse sentido, os resultados encontrados corroboram estudos etnobotânicos e agroecológicos que compreendem os **quintais como sistemas multifuncionais** de produção, cuidado e conservação biocultural (Amorozo, 2002; Varela et al., 2022).

O CHÁ COMO PRINCIPAL FORMA DE PREPARO

Outro aspecto importante refere-se às formas de preparo utilizadas pelas mulheres. O chá foi a principal forma de uso relatada por elas, aparecendo em praticamente todas as espécies medicinais registradas.



PASSO-A-PASSO

O passo-a-passo mais comum das colaboradoras consiste na **coleta e pesagem das folhas** da planta medicinal utilizada na preparação do chá (passo A), seguido da **medição da quantidade de água** utilizada no preparo (passo B) e do **aquecimento da água** até o ponto de fervura (passo C). Após a água ferver, é feita a **adição da planta medicinal picada** no recipiente para infusão (passo D). Por último, é realizado o **abafamento da infusão** para extração dos compostos bioativos da planta (passo E). Após isso, a infusão está pronta para consumo (F).



PLANTAS MEDICINAIS COMO ELEMENTOS CULTURAIS

A **dimensão simbólica e espiritual** do uso das plantas ficou evidente em espécies como arruda, alecrim, alfazema, pitanga, romã e vassourinha-doce, utilizadas para “mau-olhado”, “limpeza do corpo” e “quebrar feitiço”.

Esse resultado aproxima-se dos achados de estudos sobre **plantas ritualísticas** em **comunidades quilombolas e religiões afro-brasileiras**, nos quais espécies aromáticas e medicinais exercem simultaneamente funções terapêuticas, espirituais e protetivas (Voeks, 1997; Camargo, 2014).

Assim, as plantas medicinais não representam apenas recursos farmacológicos, mas **elementos culturais profundamente ligados à ancestralidade**, à religiosidade e à identidade coletiva dessas mulheres e suas comunidades.



ERVA-CIDREIRA

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

PLANTAS NO COMBATE ÀS DOENÇAS CRÔNICAS

O **capim-santo** foi a planta mais citada pelas mulheres colaboradoras da pesquisa.



CAPIM-SANTO

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

Também merece destaque **o uso de espécies voltadas ao tratamento de doenças crônicas**, como hipertensão, diabetes, colesterol alto e problemas renais.

Espécies como capim-santo, erva-cidreira, quebra-pedra, ora-pro-nóbis, graviola, mo-ringa, coentro-da-índia e quioiô foram associadas a essas finalidades.

Esse dado demonstra **atualização contínua do conhecimento popular**, incorporando novas demandas de saúde sem abandonar práticas tradicionais.

Comunidades tradicionais fequentemente adaptam os seus repertórios terapêuticos às transformações epidemiológicas contemporâneas, mantendo as plantas medicinais como alternativa acessível de cuidado (OTONI, 2018).



PARTE 2

AS OFICINAS

CAPÍTULO 5

OFICINAS CRIATIVAS

PLANTAS COMO PRÁTICAS DE CUIDADO

Como parte do desenvolvimento da pesquisa, foram realizadas **oficinas criativas a partir do uso das plantas medicinais** em comunidades rurais de Santo Amaro e Santo Antônio de Jesus podem ser compreendidas como **estratégias de valorização do conhecimento tradicional**, pois articulam práticas de cuidado, compartilhamento oral de saberes e uso cotidiano da flora medicinal.

Essa perspectiva dialoga com estudos etnobotânicos que destacam as **plantas medicinais como elementos centrais nas práticas terapêuticas** de co-munidades rurais, especialmente pela relação entre disponi-bilidade local, memória familiar e formas tradicionais de preparo (Freitas et al., 2022).

As oficinas desenvolvidas se relacionam diretamente com as informações levantadas na tabulação dos dados (ver a Parte 3), como nome popular das plantas, partes utilizadas, indicações terapêuticas, modos de preparo, formas de uso e índices etnobotânicos.

Esses indicadores permitiram compreender **quais espécies apresentam maior circulação** de conhecimento entre os informantes, quais são mais versáteis e quais possuem usos mais específicos.

OFICINAS REALIZADAS

- Sabonetes naturais;
- Escalda-pés;
- Tinturas.

OFICINA DE SABONETES



SABONETE PRODUZIDO DURANTE A OFICINA

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

A **oficina de sabonetes com plantas medicinais** – erva-doce, erva-cidreira, capim-santo, mel e própolis - aproxima-se de experiências extensionistas que utilizam a produção artesanal como recurso educativo e de promoção da saúde.

Coutinho (2025), por exemplo, discute oficinas de sabonetes artesanais com ervas medicinais cultivadas em horta comunitária, ressaltando seu **potencial para integrar o saber popular, educação ambiental e cuidado coletivo.**

Assim, no contexto de Santo Amaro e Santo Antônio de Jesus, **a elaboração de sabonetes pode ser interpretada como uma forma de ressignificação do uso medicinal** das plantas, transformando espécies já reconhecidas pela comunidade em produtos de higiene e cuidado corporal.

OFICINA DE ESCALDA-PÉS

O **escalda-pés amplia a leitura das plantas** para além da cura de doenças, pois envolve relaxamento, bem-estar, cuidado doméstico e dimensões simbólicas do corpo.

Essa prática permite relacionar o uso medicinal com categorias de uso mais amplas, incluindo práticas culturais e terapêuticas não necessariamente biomédicas. **Materiais sobre educação popular e plantas medicinais enfatizam justamente a importância das trocas de saberes**, da construção compartilhada do conhecimento e do cuidado integral como dimensões fundamentais das ações com plantas medicinais (Nespoli et al., 2021).





REGISTROS DA OFICINA NAS COMUNIDADES DE BONFIM, TABOCAL I E II.

OFICINA DE TINTURAS



TINTURA PRODUZIDA NAS OFICINAS

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

A **oficina sobre tinturas à base de plantas medicinais foi realizada exclusivamente para fins de uso tópico**, abordando preparações tradicionais destinadas à aplicação externa, sem indicação para consumo interno.

As tinturas também dialogam com a **etnobotânica** por envolverem escolhas sobre parte usada, modo de preparo, dosagem e finalidade terapêutica.

De modo semelhante, estudos etnobotânicos brasileiros têm analisado formas de preparo, indicações terapêuticas e fidelidade de uso para compreender a **relevância cultural das espécies em comunidades** rurais (Barreto; Spanholi, 2019).

OFICINA DE TINTURAS



REGISTRO DA OFICINA DE TINTURAS

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

Foram preparadas **tinturas de barbatimão e alecrim** utilizando-se 10g da planta desidratada para 100ml de álcool de cereais a 70%, segundo recomendações do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (Brasil, 2021).

Durante a oficina, **orientou-se que as preparações permanecessem armazenadas por aproximadamente 30 dias** em ambiente escuro e protegido da luz, visando favorecer o processo de extração dos compostos presentes nas plantas medicinais.

Assim, **a oficina de tinturas não se restringiu à demonstração** de uma técnica artesanal, mas constituiu um espaço de diálogo entre prática comunitária, segurança no uso das plantas e reflexão etnobotânica.

Ao trabalhar preparações tópicas, partes vegetais, formas de preparo e finalidades terapêuticas, **a atividade aproximou-se de estudos que compreendem as plantas medicinais como parte de sistemas locais de cuidado**, nos quais o conhecimento tradicional é organizado, transmitido e atualizado a partir da experiência cotidiana das comunidades rurais.

CAPÍTULO 6

REFLEXÕES FINAIS

Os resultados desta pesquisa permitiram alcançar o objetivo proposto de compreender os saberes constituídos por mulheres rurais do Território de Identidade Recôncavo acerca do uso de plantas medicinais, evidenciando que esses conhecimentos representam importante patrimônio biocultural, construído historicamente por meio das relações entre comunidade, natureza, espiritualidade e cuidado coletivo.

Os saberes compartilhados pelas colaboradoras, transmitidos principalmente pela oralidade e pelas práticas cotidianas, permanecem vivos no território através das mulheres, que atuam como guardiãs da memória, da cultura e das formas tradicionais de cuidado à saúde.

A identificação das plantas medicinais utilizadas nas comunidades possibilitou registrar significativa diversidade de espécies empregadas tanto no tratamento de enfermidades humanas quanto animais, atendendo a um dos objetivos específicos da pesquisa.

Além do caráter terapêutico, observou-se que as plantas medicinais assumem funções simbólicas, espirituais, culturais e afetivas, fortalecendo vínculos comunitários e processos de pertencimento territorial.

Nesse contexto, benzedeiras, rezadeiras e agricultoras possuem papel fundamental na preservação e continuidade desses saberes, especialmente diante das transformações sociais e da crescente substituição das práticas tradicionais pela medicina convencional.

Outro objetivo alcançado pela pesquisa refere-se à valorização e fortalecimento dos conhecimentos tradicionais por meio das oficinas participativas realizadas nas comunidades.

Essas atividades promoveram **espaços de diálogo entre conhecimento científico e saber popular**, contribuindo para a troca de experiências, construção coletiva do conhecimento e fortalecimento comunitário.

A pesquisa também permitiu compreender a f**orte relação entre ancestralidade e compartilhamento dos conhecimentos tradicionais**, uma vez que muitas colaboradoras relataram ter aprendido sobre plantas medicinais com mães, avós e bisavós.

Esse processo evidencia que **os saberes etnobotânicos atravessam gerações** e permanecem como parte essencial da identidade cultural das comunidades rurais do Recôncavo.

Entretanto, também foram identificadas **preocupações relacionadas à perda gradual desses conhecimentos**, especialmente devido às mudanças socioculturais, à urbanização e ao desinteresse de parte das gerações mais jovens pelas práticas tradicionais.

Dessa forma, este trabalho reforça **a necessidade de valorização, registro e fortalecimento dos saberes tradicionais associados às plantas medicinais**, reconhecendo-os como formas legítimas de conhecimento, resistência cultural e promoção da saúde comunitária.

Além de sua relevância terapêutica, esses saberes contribuem para a conservação da sociobiodiversidade, para o fortalecimento da agroecologia e para a construção de modelos de desenvolvimento rural mais sustentáveis e socialmente justos.

Por fim, **espera-se que este material contribua para ampliar o reconhecimento acadêmico, social e político das mulheres rurais enquanto protagonistas** na preservação dos conhecimentos etnobotânicos, fortalecendo iniciativas voltadas à valorização da cultura popular, da agricultura familiar e das práticas tradicionais de cuidado no Território de Identidade Recôncavo.

ÁLBUM VISUAL DA PESQUISA

CONFIRA ALGUNS DOS REGISTROS FOTOGRÁFICOS DAS DIFERENTES ETAPAS DA PESQUISA





FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

APRESENTAÇÃO DO PROJETO ÀS COMUNIDADES, 2024



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

PLANTIO DE MUDA DE MERTHIOLATE ENTREGUE PARA COLABORADORA 12, 2025



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

PLANTIO DE GLIRICÍDIA, 2025



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.



FONTE: ARQUIVO PESSOAL.



ALGUMAS DAS MUDAS DOADAS

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.







FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

DOAÇÃO DE PLANTAS ÀS COMUNIDADES PARTICIPANTES, 2026



A PESQUISADORA REUNIDA COM MULHERES DAS COMUNIDADES

FONTE: ARQUIVO PESSOAL.

DOAÇÃO DE PLANTAS ÀS COMUNIDADES PARTICIPANTES, 2026



PARTE 3

PLANTAS MEDICINAIS

ESTA SEÇÃO PODE SER UTILIZADA COMO MATERIAL DE CONSULTA.

CAPÍTULO 7

AS ESPÉCIES DAS PLANTAS

Na parte final deste material, **apresento as espécies de plantas medicinais que foram referidas pelas mulheres rurais** colaboradoras da pesquisa. A tabulação de dados inclui: nome popular, nome científico, os usos específicos aos quais são destinadas, quais partes são utilizadas, de que forma costumam ser preparadas e por quantas colaboradoras foram mencionadas. No capítulo seguinte, as formas de uso e preparo das plantas são explicadas.



ÍNDICE Ab-An

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Abacate	*Persea americana*	Gordura no fígado, dor na articulação, problema nos rins, dor de barriga e má digestão	Semente e folha	Suco, tintura e chá	3
Abóbora	***Cucurbita spp.***	**Vermífugo e dor de ouvido**	**Semente e folha**	**Farinha e *in natura***	**2**
Acerola	*Malpighia emarginata*	Gripe	Folha	Chá	1
Agrião	***Nasturtium officinale***	**Gripe**	**Folha e talo**	**Chá e lambedor**	**2**
Alecrim	*Salvia rosmarinus*	Calmante, dor de cabeça, reduzir glicose e limpar energia ruim	Folha	Chá tintura e banho	4
Alecrim-do-sertão	***Lippia gracilis***	**Prisão de ventre e barriga inchada**	**Folha**	**Chá**	**1**
Alface	*Lactuca sativa*	Calmante	Folha	Chá	1
Alfavaca, favaca	***Ocimum gratissimum***	**Febre, problema respiratório e comida que faz mal**	**Folha**	**Chá e inalação**	**3**
Alfazema	*Lavandula angustifolia*	Limpeza do corpo e dor de cabeça	Folha	Banho e tintura	2
Algodão	***Gossypium hirsutum L.***	**Anti-inflamatório, após acidente, gripe, retira catarro, ferimento e machucado em humano e animal**	**Folha**	**Suco e macerada**	**3**
Alumã	*Gymnanthemum condensatum (Baker)*	Comida que faz mal e dor de barriga	Folha	Chá	3
Anador, ginseng-brasileiro	***Pfaffia glomerata (Spreng.) Pedersen***	**Dor de cabeça, dor de barriga e febre**	**Folha**	**Chá**	**5**

ÍNDICE An-Ba

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Andu	*Cajanus cajan*	Dor de dente, mau olhado e ar do ventre	Folha	Chá, banho e reza	1
Araçá-mirim	***Psidium guineense Sw.***	**Dor de barriga e diarreia**	**Folha**	**Chá**	**2**
Aroeira	*Schinus terebinthifolia Raddi*	Anti-inflamatória, infecção uterina, ferimento, desinchar e desinflamar dente e garganta	Folha e entrecasco	Banho de assento, lavagens e gargarejo	5
Agrião	***Nasturtium officinale***	**Gripe**	**Folha e talo**	**Chá e lambedor**	**2**
Arranca-pustema, Mentrasto	*Ageratum conyzoides L.*	Pancadas internas	Folha ou raiz	Macerado	1
Arrozinho	***Polygala verticillata L.***	**Diurético, anti-inflamatório, hipertensão e infecção urinária**	**Folha**	**Chá**	**2**
Arruda	*Ruta graveolens L.*	Dor de cabeça, cólica menstrual, limpar energia ruim, proteger a energia boa e mau-olhado	Folha	Chá, banho e *in natura*	5
Artemísia, artimijo	***Artemisia vulgaris L.***	**Dor de cabeça, derrame e ar do ventre**	**Folha**	**Chá**	**2**
Assa-peixe-branco	*Vernonia polysphaera*	Problema no fígado	Folha	Chá	1
Açafrão	***Curcuma longa L.***	**Anti-inflamatório, problema nos rins, aumenta a imunidade, diurético, reduz colesterol**	**Rizoma**	**Chá, shot e *in natura***	**3**
Babosa	*Aloe vera (L.) Burm.f.*	Ferida na pele, gastrite, refluxo, câncer e para prevenção de doenças em aves	Folha	*In natura* e suco	4

ÍNDICE Ba-Ca

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Bananeira	*Musa spp.*	Cicatrizante, estanca sangramento, dor de barriga e diarreia	Qualquer parte da planta e a folha seca	Seiva e chá	2
Barbatimão	***Stryphnodendron adstringens (Mart.) Coville***	**Ferimento**	**Entrecasco**	**Lavagem**	**1**
Batata-doce	*Ipomoea batatas (L.) Lam.*	Gastrite	Raiz	Goma com água	1
Batata-inglesa	***Solanum tuberosum L.***	**Estômago**	**Tubérculo**	***In natura* com água**	**1**
Benzetacil, meracilina	*Alternanthera brasiliana (L.) Kuntze*	Anti-inflamatória, ferimento, garganta, desinchar, pancada, dor muscular e coluna	Folha	Chá e lavagem	10
Berreiro macho, carrapeta, bilreiro	***Guarea guidonia (L.) Sleumer***	**Diarreia em bezerro**	**Entrecasco**	**Chá**	**1**
Boldo	*Plectranthus ornatus*	Comida que faz mal, dor de cabeça, dor de barriga, diarreia, má digestão, gases, ressaca e vermífugo	Folha e talo	Chá	10
Bom pra tudo, Tapete-de-Oxalá	***Plectranthus barbatus Andrews***	**Dor de barriga em humano e animal, má digestão, comida que faz mal, dor estomacal, cólica, dor de barriga e mal-estar**	**Folha**	**Chá**	**6**
Cabeça-de-frade	*Melocactus zehntneri (Britton & Rose) Luetzelb*	Pedra nos rins	Cabeça e caule	Suco	1
Café	***Coffea arabica L.***	**Dor de cabeça**	**Folha**	**Chá e *in natura***	**1**
Café-beirão, mucuna-preta	*Mucuna pruriens (L.) DC.*	Derrame	Semente	Torrado	1

ÍNDICE Ca-Co

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Cajueiro-branco	*Anacardium occidentale L.*	Limpeza uterina, infecção uterina, ferida e corte	Entrecasco	Banho de assento	2
Camomila	***Matricaria chamomilla L.***	**Calmante, dor de cabeça, insônia, relaxamento e diabetes**	**Folha e flor**	**Chá**	**4**
Cana-de-açúcar	*Saccharum officinarum L.*	Pressão alta	Folha	Suco	2
Cana-de-macaco	***Costus spiralis (Jacq.) Roscoe.***	**Diabetes**	**Caule e folha**	**Chá e *in natura***	**3**
Canela de velho	*Miconia albicans (Sw.) Triana.*	Problema estomacal	Folha	Chá	1
Cansanção-branco	***Cnidoscolus urens (L.) Arthur***	**Joelho inchado e reumatismo**	**Folha**	**Tintura**	**1**
Capeba	*Piper umbellatum L.*	Gastrite, gordura no figado, pedra nos rins e mal-estar	Folha	Chá	3
Capim-santo	***Cymbopogon citratus (DC.) Stapf***	**Calmante, pressão alta, descer menstruação, gripe, insônia, diurético e relaxante**	**Folha**	**Chá e inalação**	**15**
Carambola	*Averrhoa carambola L.*	Pressão alta	Folha	Chá	1
Cebola roxa	***Allium cepa L.***	**Gogo em aves**	**Bulbo**	***In natura***	**1**
Chuchu	*Sechium edule (Jacq.) Swartz*	Pressão alta	Folha e fruto	Chá e suco	2
Coentro-da-índia, peixe, cigano e de boi	***Eryngium foetidum L.***	**Pressão alta, recuperar os movimentos após infarto, expectorante e para prevenção de derrame**	**Folha e raiz**	**Chá**	**7**

ÍNDICE Co-Fa

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Cordão-de-São-Francisco	*Leonotis nepetifolia (L.) R.Br.*	Problema nos rins	Folha e "coroa de espinho"	Chá	1
Cajiru, pariri	***Fridericia chica (Bonpl.) L.G.Lohmann***	**Leucemia**	**Folha**	**Chá**	**1**
Dandá, tiririca	*Cyperus rotundus*	Labirintite e pressão alta	Tubérculo	*In natura*	1
Dipirona, mil-folhas	***Achillea millefolium L.***	**Dor de forma geral e febre**	**Folha**	**Chá**	**1**
Embaúba, umbaúba	*Cecropia pachystachya Trécul*	Cicatrizante	Caule	Seiva	1
Erva-botão	***Eclipta prostrata (L.) L.***	**Retirar cisto**	**Folha**	***In natura***	**3**
Erva-cidreira	*Lippia alba (Mill.) N.E.Br. ex Britton & P.Wilson*	Azia, comida que faz mal, dor de cabeça, gases, pressão alta, gripe, febre, calmante para humano e abelhas, relaxante, má digestão, dor de barriga, diabetes e corpo quebrado	Folha	Chá e combustão	14
Erva-de-passarinho	***Struthanthus flexicaulis (Mart.) Mart.***	**Pata de animal quebrada**	**Folha**	***In natura* e macerada**	**1**
Erva-doce	*Foeniculum vulgare Mill.*	Gases, cólica em bebê, calmante, insônia e problema estomacal	Folha	Chá	6
Espinheira-santa	***Maytenus ilicifolia (Schrad.) Planch***	**Problema estomacal e comida que faz mal**	**Folha**	**Chá**	**3**
Espinho-cheiroso	*Zanthoxylum rhoifolium Lam.*	Infecção uterina e urinária	Folha	Chá	3
Favaquinha-de-cobra	***Peperomia pellucida (L.) Kunth***	**Infecção urinária e limpar as vistas**	**Folha e talo**	**Chá**	**4**

ÍNDICE Fe-La

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Fedegoso	*Senna occidentalis (L.) Link*	Febre e gripe	Raiz e sementes	Chá e torrado	1
Folha-da-costa	***Kalanchoe pinnata (Lam.) Pers.***	**Gripe e frieira**	**Folha**	**Lambedor e *in natura***	**1**
Fumo	*Nicotiana tabacum L.*	Conjuntivite	Folha	*In natura*	1
Gengibre	***Zingiber officinale Roscoe***	**Garganta inflamada e gripe**	**Rizoma**	***In natura***	**2**
Graviola	*Annona muricata L.*	Diabetes, colesterol alto, desinchar as pernas, câncer	Folha	Chá	3
Hortelã-grosso, favaca-grossa	***Plectranthus amboinicus (Lour.) Spreng.***	**Gripe, comida que faz mal e verminose**	**Folha**	**Chá e lambedor**	**7**
Hortelã-miúdo	*Mentha x villosa Huds*	Gases, dor de barriga, cólica menstrual, cólica em bebê, verminose, gripe, enxaqueca, febre problema estomacal e problema respiratório	Folha	Chá e *In natura*	10
Hortelã-pimenta, água da levante	***Struthanthus flexicaulis (Mart.) Mart.***	**Problema respiratório, relaxante, cólica e gases**	**Folha**	***Chá***	**1**
Insulina	*Cissus verticillata (L.) Nicolson & C.E Jarvis*	Diabetes	Folha	Chá	1
Jurubeba	***Solanum paniculatum L.***	**Desintoxicar o intestino, gordura no fígado, bronquite, expectorante e gripe**	**Fruto, raiz e semente**	**Suco, chá e lambedor**	**3**
Laranja	*Citrus sinensis (L.) Osbeck.*	Gripe	Fruto	Suco	1
Laranja-da-terra	***Citrus x aurantium L.***	**Pressão alta, gripe e insônia**	**Folha**	**Chá**	**6**

ÍNDICE Li-Mi

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Limão-mirim	*Citrus aurantifolia (Christm.) Swingle*	Gripe e insônia	Fruto	Chá	2
Losna	***Artemisia absinthium L.***	**Fígado, problema estomacal e cólica**	**Folha**	**Chá**	**1**
Louro	*Laurus nobilis L.*	Má digestão, gases e insônia	Folha	Chá	3
Mal-me-quer	***Sphagneticola trilobata (L.) Pruski***	**Machucado e dor muscular**	**Folha**	**Macerado**	**2**
Malva-branca	*Sida cordifolia L.*	Desinflamar dente e dor de dente	Folha e raiz	Chá e banho	2
Manjericão	***Ocimum basilicum L.***	**Gripe e dor de cabeça**	**Folha**	**Chá e tintura**	**7**
Marcela-galega	*Achyrocline satureioides (Lam.) DC.*	Comida que faz mal e febre	Folha e semente	Chá	2
Maria-milagrosa, erva-baleeira	***Varronia curassavica Jacq***	**Ar do ventre, derrame, tontura e virose**	**Folha**	**Chá e *in natura***	**4**
Mastruz	*Dysphania ambrosioides (L.) Mosyakin & Clemants*	Verminose, machucado e cicatrização para humano e animal	Folha	Suco e *in natura*	9
Melancia	***Citrullus lanatus (Thunb.) Matsum. & Nakai***	**Diurético**	**Casca**	**Chá**	**1**
Melissa	*Melissa officinalis L.*	Má digestão	Folha	Chá	1
Melão-coroá	***Sicana odorifera (Vell.) Naudin***	**Gastrite e verminose**	**Fruto**	**Suco**	**1**
Melão-de-são-caetano	*Momordica charantia L.*	Dor de cabeça e úlcera nas pernas	Folha e semente	Banho, *in natura* e macerada	2
Mescla	***Protium heptaphyllum (Aubl.)Marchand***	**Problema estomacal**	**Folha**	**Chá**	**1**
Mirra, falsa-mirra	*Tetradenia riparia (Hochst) Codd.*	Má digestão, dor abdominal e prisão de ventre	Folha	Chá	1

ÍNDICE Mo-Que

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Moringa	*Moringa oleifera Lam.*	Diabetes e emagrecimento	Folha	Chá	3
Muricir	***Byrsonima crassifolia (L.) Kunth***	**Mal-estar, dor no corpo e nas articulações**	**Folha e entrecasco**	**Chá**	**1**
Nim	*Azadirachta indica A. Juss*	Carrapaticida e antipulga para animal	Folha	Banho	1
Noz-moscada	***Myristica fragrans Houtt.***	**Má digestão, pressão alta e ar do ventre**	**Semente**	**Chá**	**1**
Ora-pro-nobis	*Pereskia aculeata Mill*	Anti-inflamatória, mal-estar, dor de cabeça, dor muscular, câimbra, circulação, ossos, pressão alta, colesterol alto, diabetes	Folha	Chá e *in natura*	7
Pepino	***Cucumis sativus L.***	**Gordura no fígado e pressão alta**	**Fruto**	**Suco**	**2**
Picão-preto	*Bidens pilosa L.*	Anti-inflamatório e problema nos rins	Folha e espinho	Chá	1
Pinhão-branco	***Jatropha curcas L.***	**Retirar verruga, cicatrizante e estanca sangramento**	**Caule**	***In natura***	**1**
Pinhão-roxo	*Jatropha gossypiifolia L.*	Retirar verruga e mau olhado	Caule e folha	*In natura*	2
Pitanga	***Eugenia uniflora L.***	**Dor de cabeça, febre e gripe**	**Folha**	**Chá**	**7**
Poejo	*Mentha pulegium L.*	Gripe e relaxante para criança	Folha	Chá	2
Purga-do-campo	***Operculina macrocarpa (L.) Urb.***	**Diurético e anti-inflamatório**	**Folha**	**Chá**	**1**
Quebra-pedra	*Phyllanthus niruri L.*	Pedra nos rins, infecção urinária, vesícula	Folha ou planta inteira	Chá	6

ÍNDICE Qui-Tr

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Quiabo	*Abelmoschus esculentus (L.) Moench*	Diabetes e articulação	Fruto	Infusão	1
Quioiô, tioiô	***Byrsonima crassifolia (L.) Kunth***	**Anti-inflamatória, colesterol alto, pressão alta, comida que faz mal, ar do ventre, problema estomacal, gripe e problema respiratório**	**Folha**	**Chá e inalação**	**7**
Quioiô-cravo, branco ou caboclo	*Ocimum gratissimum subsp gratissimum*	Gripe, febre, comida que faz mal e má digestão	Folha	Chá	3
Quitoco	***Pluchea sagittalis (Lam.) Cabrera.***	**Diabetes, mioma, dor de barriga, gastrite, dor de cabeça, câncer e quebrar feitiço**	**Folha**	**Chá e banho**	**5**
Romã	*Punica granatum L.*	Barriga inchada, problema intestinal, dor de barriga, diarreia, úlcera, inflamação na garganta e limpar a vista	Fruto e semente	Chá, suco e *in natura*	5
Sabugueiro	***Sambucus australis Cham. & Schltdl.***	**Catapora, gripe, febre, sarampo e erisipela**	**Folha e flor**	**Chá, suco, banho, *in natura* e reza**	**6**
Salsa	*Petroselinum crispum (Mill.) Fuss*	Melhorar o intestino, colesterol alto e emagrecimento	Folha	Chá	2
Sapé	***Imperata brasiliensis Trin.***	**Facilitar o nascimento do dente do bebê**	**Raiz**	**Chá**	**1**
Tamarindo	*Tamarindus indica L.*	Gripe, dor de barriga em humano e animal	Raiz	Chá	2
Transagem	*Plantago major L.*	Anti-inflamatória, dor no estômago, problema no fígado, infecção urinária e inflamação na garganta	Folha	Chá	6

ÍNDICE Um-Va

NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	USOS ESPECÍFICOS	PARTES USADAS	PREPARO	MENÇÕES
Umbaúba	*Cecropia pachystachya Trécul*	Próstata	Folha e seiva	Chá e *in natura*	1
Urtiga	***Urtica dioica L.***	**Coceira em humano e anima**	**Folha**	**Banho**	**1**
Vassourinha-de-botão, carqueja	*Borreria verticillata (L.) G.Mey.*	Diurético, pedra nos rins, colesterol alto e glicose alta e obesidade	Folha e raiz	Chá	4
Vassourinha-doce, vassourinha	***Scoparia dulcis L.***	**Mau-olhado**	**Folha e talo**	**Reza**	**2**

DOAÇÃO DE MUDAS

Em parceria com o Instituto Federal Baiano - *Campus* Governador Mangabeira e a Humana Brasil, **foram distribuídas aproximadamente 160 mudas de plantas medicinais e aromáticas entre as comunidades participantes,** durante o desenvolvimento da pesquisa de doutorado que deu origem a este material.

Foram **implantadas também diversas espécies no horto medicinal** durante todo o percurso, sem que fossem contabilizadas. Além das unidades rurais, **mudas também foram distribuídas em uma Feira da Agricultura Familiar.**

Essas ações contribuíram para o fortalecimento do cultivo doméstico das plantas medicinais, a ampliação do acesso às espécies e a valorização dos saberes tradicionais relacionados ao cuidado e à saúde popular.

CAPÍTULO 8

FORMAS DE PREPARO

Como evidenciado ao longo deste material e sistematizado na tabulação dos dados referentes às espécies mencionadas na pesquisa, **as plantas medicinais são utilizadas por meio de diferentes formas de preparo**, que variam conforme suas características e finalidades terapêuticas. Chás, macerações, banhos, consumo *in natura*, lambedores e práticas associadas às rezas e aos rituais de cuidado revelam que **há uma diversidade de modos de preparo e de extração das propriedades dessas espécies**.

Mais do que técnicas, **essas práticas expressam saberes construídos na experiência cotidiana**, articulando cuidado, tradição e relações simbólicas.



INFUSÃO

Preparação obtida pela **adição de água fervente sobre folhas, flores ou partes mais delicadas** da planta, mantendo-se o recipiente tampado por alguns minutos para extração dos compostos medicinais.





DECOCÇÃO

Preparado realizado por meio da **fervura de partes mais rígidas da planta, como cascas, raízes, sementes e caules**, durante determinado período para extração dos princípios ativos.

IN NATURA

Uso direto da planta sem qualquer processamento ou aquecimento, podendo ser consumida na forma de frutas, folhas, seiva, látex, saladas ou mastigação de partes vegetais.



TINTURA

Preparado obtido pela **maceração de partes da planta em solução alcoólica**, armazenada em recipiente fechado por período determinado para extração das substâncias medicinais.





RASPA

Pó ou fragmentos obtidos pela raspagem da casca de determinadas plantas, geralmente utilizados diluídos em água, chás ou alimentos.

LAMBEDOR

Preparado caseiro espesso, geralmente elaborado com plantas medicinais associadas a mel, açúcar ou rapadura, utilizado no tratamento de problemas respiratórios e inflamações da garganta.



SUCO

Obtido a partir do **esmagamento ou liquidificação de folhas, frutos ou outras partes frescas da planta**, podendo ser consumido puro ou diluído em água.





BANHO

Preparação feita com a **infusão ou decocção de plantas medicinais adicionadas à água do banho**, utilizada para fins terapêuticos, relaxamento ou tratamentos dermatológicos.

MACERADO

Preparado obtida pelo **repouso da planta em água fria, álcool ou outro líquido**, permitindo a extração gradual dos compostos medicinais sem aquecimento.



REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, U. P. **Introdução à etnobotânica**. 2.ed. Rio de Janeiro: Editora Interciência, 2005.

ALBUQUERQUE, U. P.; HANAZAKI, N. As pesquisas etnodirigidas na descoberta de novos fármacos de interesse médico e farmacêutico: fragilidades e perspectivas. **Brazilian Journal of Pharmacognosy**, v. 16, p. 678-689, 2006. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo>. Acesso em: 21 set. 2022.

AMORIM, W.; SOUSA, C. P.; MARTINS, G. N.; MELO, E. S.; SILVA, I. C. R.; CORRÊA, P. G. N.; SANTOS, A. R. S. S.; CARVALHO, S. M. R.; PINHEIRO, R E. E..; OLIVEIRA, J. M. G. Estudo etnoveterinário de plantas medicinais utilizadas em animais da microrregião do Alto Médio Gurguéia – Piauí. **Revista Pubvet**, [S. l.], v. 12, n. 10, 2018. Disponível em: http://ojs.pubvet.com.br/index.php/revista/article/view/1000. Acesso em: 12 jan. 2023.

AMOROZO, M. C. M. Uso e diversidade de plantas medicinais em Santo Antônio do Leverger, MT, Brasil. **Acta Botanica Brasilica**, Brasília, v. 16, n. 2, p. 189-203, 2002. Disponível em: https://www.scielo.br/j/abb/a/KX7Xy9RPn5qpyXhmt7 YfntL/?lang=pt. Acesso: 05 mai. 2026.

BARBOZA, R. R. D; SOUTO W. M. S.; MOURÃO, J. S. The use of zootherapeutics in folk veterinary medicine in the district of Cubati, Paraíba State, Brazil. **Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine**, v. 3, n. 1, p. 32, 2007.

BARRETO, M. R.; SPANHOLI, M. L. Estudo etnobotânico em comunidades rurais de Sinop, Mato Grosso, Brasil. **Interações**, Campo Grande, v. 20, n. 1, p. 267-282, 2019. DOI: https://doi.org/10.20435/inter.v20i1.1889

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Cartilha de Orientações sobre o Uso de Fitoterápicos e Plantas Medicinais.** Brasília: Anvisa, 2022.

BRITO, C. A. **Mulheres rurais e seus quintais produtivos: empoderamento feminino, sustentabilidade e segurança alimentar.** Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Gestão Ambiental de Municípios) – Instituto Federal da Paraíba, Princesa Isabel, 2020.

CAMARGO, M. T. L. A. **As plantas medicinais e o sagrado: a etnofarmacobotânica em uma revisão historiográfica da medicina popular no Brasil** – 1ª ed. – São Paulo: Ícone, 2014.

COSTA, J. A.; MARIN, J. O. B. Mulheres rurais e plantas medicinais: saberes populares e significados na luta pela terra. **Estudos Sociedade e Agricultura**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 1, p. 186-223, 2023. Disponível em: https://revistaesa.com/ojs/index.php/esa/article/download/esa31-1_st02/e2331107html/7854?inline=1. Acesso em: 22 abr. 2026.

COUTINHO, T. S. Ervaterapia: oficinas de sabonetes artesanais com propriedades medicinais. **Revista Ciência em Extensão**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 318-325, 2025. DOI: https://doi.org/10.23901/1679-4605.2025v19n1p318-325. Acesso em: 10 jan. 2026.

FARIAS, P. S.; FREITAS, R. M. O.; MATIAS, M. I. DE A. S.; NOGUEIRA, N. W., SOUZA, R. N. FERNANDES, A. C. O. Plantas medicinais utilizadas por mulheres em comunidades quilombolas do Recôncavo Baiano. **Research Society and Development**, 10(12), 2021. https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.19916

FREITAS, G. M. FERRANTE, V. L. S. B.; SOSSAE, F. C.; FILIPAK, A. Quintais produtivos: expressões de resistência das mulheres assentadas em territórios de monocultura. **Retratos de Assentamentos**, [S. l.], v. 26, n. 2, p. 163-183, 2023. DOI: 10.25059/2527-2594/retratosdeassentamentos/2023.v26i2.560. Disponível em: https://retratosdeassentamentos.com/index.php/retratos/ article/view/560. Acesso em: 13 abr. 2026

GIORDANI, C.; MATOS, C. B.; GUTERRES, K. A.; SILVA, C. C.; SANTIN, R.; SCHUCH, L. F. D. CLEFF, M. B. Plantas com potencial medicinal e tóxico em comunidade atendida pelo Ambulatório Veterinário-UFPel. **Revista Brasileira de Ciência Veterinária**, Niterói, v. 23, n. 3-4, p. 126-132, 2016. DOI: 10.4322/rbcv.2016.043.

NESPOLI, G.; BORGES, C. F.; DIAS, C. M.; DIAS, J. V. S. Educação popular e plantas medicinais na atenção básica à saúde. Rio de Janeiro: Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio/Fundação Oswaldo Cruz, 2021. Disponível em: https://www.epsjv.fiocruz.br/sites/default/files/educacaopopularplantasmedicinaisatencaobasicasaude_2023.pdf. Acesso em: 15 abr. 2026.

OTONI, T. C. O. Levantamento etnobotânico de plantas utilizadas com fins medicinais e cosméticos em comunidades tradicionais do município de Araçuaí, Minas Gerais. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas) – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2018.

SILIPRANDI, E. **Mulheres e agroecologia:** transformando o campo, as florestas e as pessoas. Rio de Janeiro: UFRJ, 2015.

STRATE, M. F.; COSTA, S. M. Quintais produtivos: contribuição à segurança alimentar e ao desenvolvimento sustentável das mulheres rurais no RS – Brasil. **Brazilian Journal of Development,** 4(7), 3732-3744. 2018. https://doi.org/10.34117/bjdv4n7-387

TOLEDO, V. M.; BARRERA-BASSOLS, N. **A memória biocultural: a importância ecológica das sabedorias tradicionais**. São Paulo: Expressão Popular, 2015.

VANINI, M. Uso de plantas medicinais em um território quilombola do município de Mostardas - Rio Grande do Sul. 90 p. Dissertação (Mestrado). Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2010.

VARELA, E. P.; ASSUNÇÃO, V. K.; MING, L. C; CITADINI-ZANETTE, V. Semeando saberes: a etnobotânica e o quintal na valorização do conhecimento da mulher agricultora. **Revista Etnobiología**, México, v. 20, n. 2, p. 213-235, 2022.

VÁSQUEZ, S.P.F.; MENDONÇA, M.S.; NODA, S.N. Etnobotânica de plantas medicinais em comunidades ribeirinhas do Município de Manacapuru, Amazonas, Brasil. **Revista Acta Amazônica**, v.44, n.4, p.457-472, 2014.

ZHAN, J.; ZHOU, P. A. Simplified method to evaluate the acute toxicity of ricin and Ricius agglutinin. **Toxicology**. 2003; 186(1-2): 119-123. ISSN 0300-483X.

Mulheres Plurais & PLANTAS MEDICINAIS

Saberes constituídos no Recôncavo

Em parceria com o **Instituto Federal Baiano** - Campus Governador Mangabeira e a **Humana Brasil**, aproximadamente **160 mudas de plantas medicinais e aromáticas foram doadas às comunidades participantes**, durante o desenvolvimento da pesquisa de doutorado que deu origem a este material.

Foram implantadas também diversas espécies no horto medicinal durante todo o percurso, sem que fossem contabilizadas. Além das unidades rurais, mudas também foram distribuídas em uma Feira da Agricultura Familiar.

Essas ações contribuíram para o **fortalecimento do cultivo doméstico das plantas medicinais, a ampliação do acesso às espécies e a valorização dos saberes tradicionais** relacionados ao cuidado e à saúde popular.

REALIZAÇÃO

APOIO

ISBN: 978-85-5322-400-5