

Unidade 3

**Caso Mariana – Plantas na gestação e
plantas tóxicas**

Unidade 3 - Estudos de Caso



Neste caso você saberá mais sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápicos durante a gestação.

Vem com a gente!!

A UBS Flor de Lis, do bairro Jardins, tem cerca de 35 gestantes cadastradas, com idade entre 13 a 35 anos. O perfil da população é de classe média e de extrema pobreza. Segundo a Isabel, enfermeira, todas as gestantes receberam a carteirinha da gestante e fizeram a primeira consulta do pré-natal, mas não houve participação nos grupos porque elas consideram a UBS muito longe de suas casas.



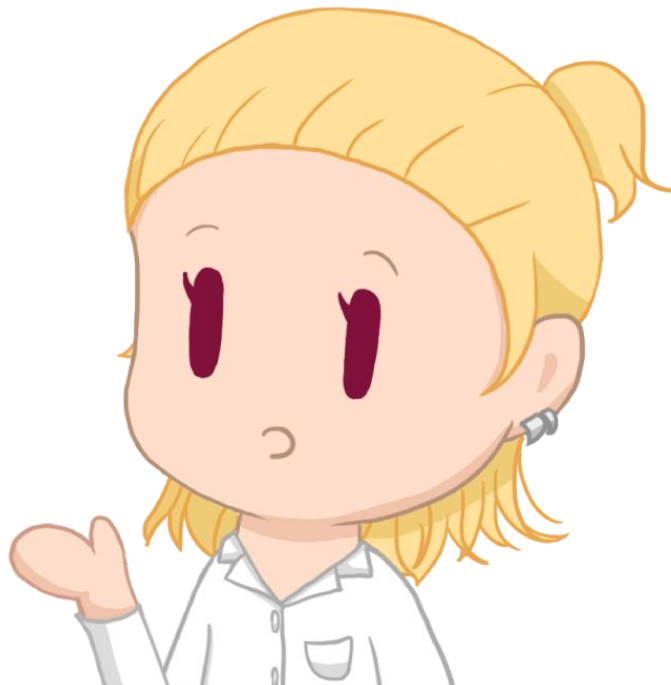
Como é um hábito na região usar plantas medicinais para o cuidado em saúde, os profissionais de saúde estão mobilizados para pensar em estratégias de orientação do uso seguro de plantas na gestação.

Após uma reunião conjunta com a equipe do NASF foi decidido descentralizar os grupos para as microáreas, a para ser mais próximo das residências das gestantes. No planejamento do grupo foi incluída uma roda de conversa sobre plantas medicinais, atividade física, meditação e relaxamento. A dúvida da equipe foi quais plantas medicinais poderiam ser indicadas durante a gestação.

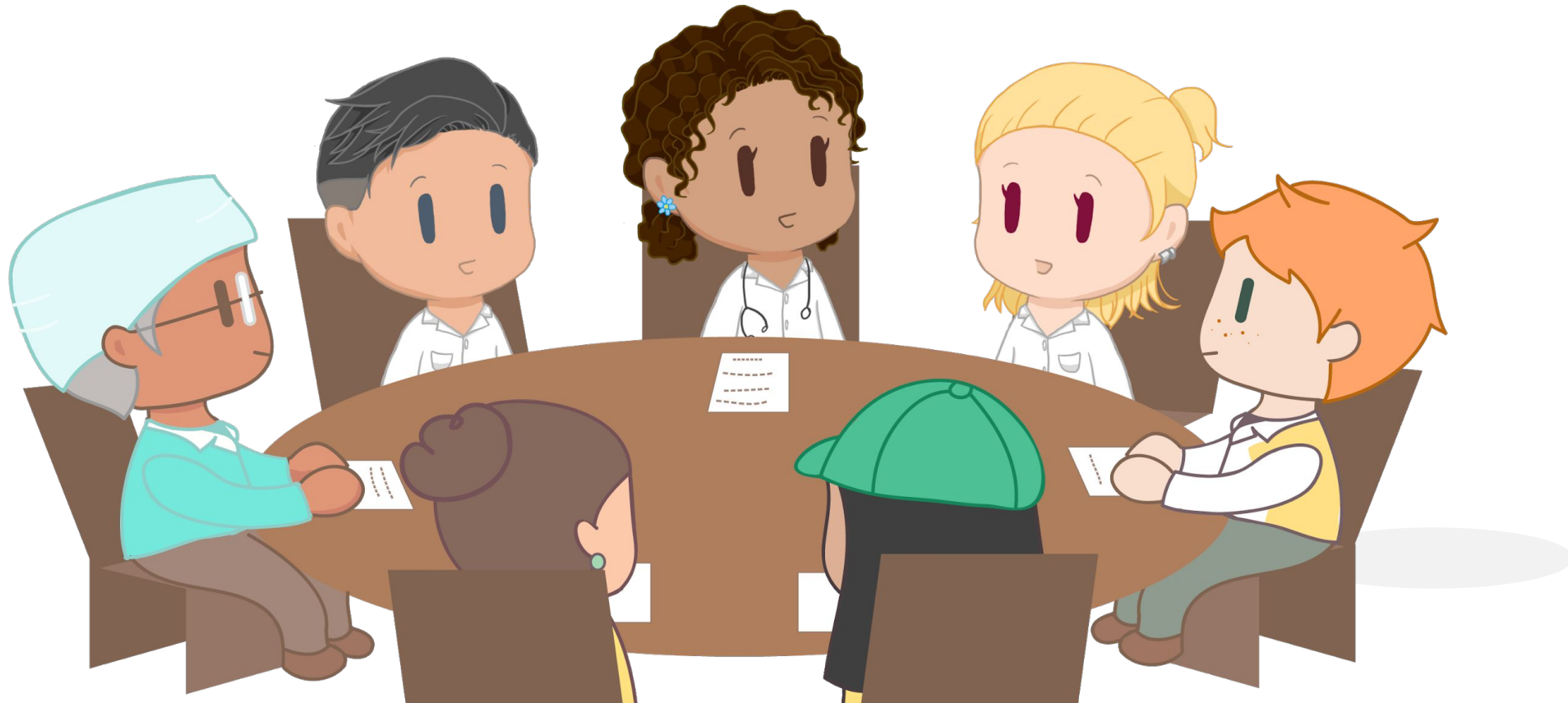


Muitas das gestantes do nosso território usam plantas medicinais para diferentes problemas de saúde.

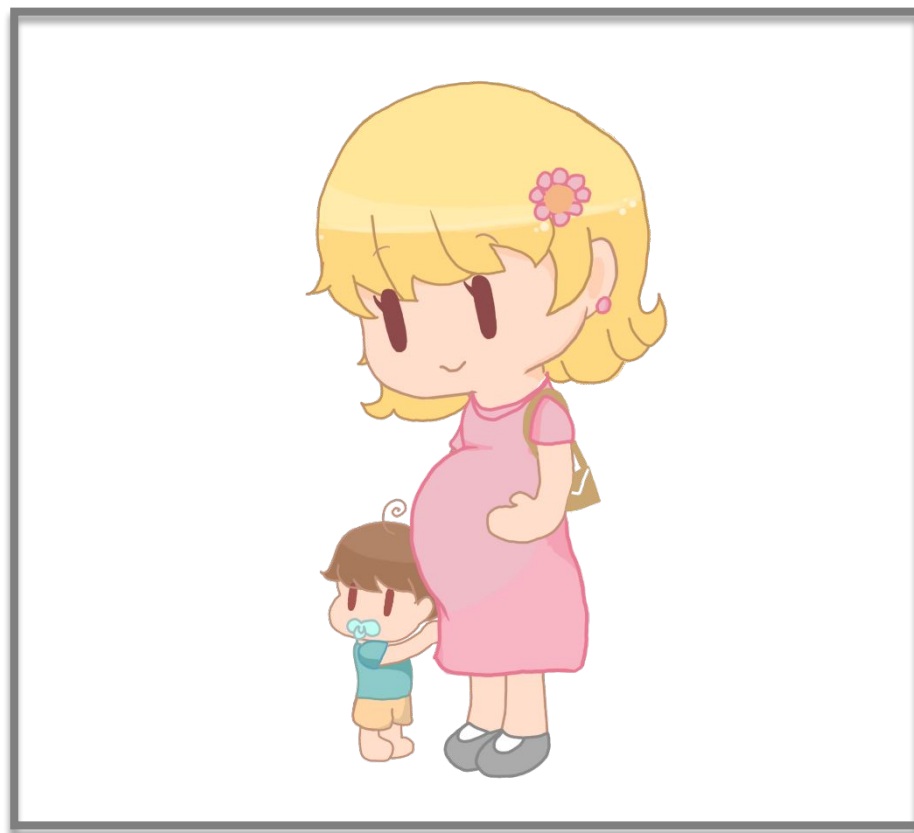
A gestação é um período de mudanças metabólicas. É normal a gestante apresentar náuseas, vômito e dor lombar. E depois durante a amamentação, elas pedem indicação para ajudar na produção do leite e problemas relacionados à rachaduras nos mamilos.



A reunião prosseguiu e a equipe assistiu uma Webpalestra sobre uso de plantas na gestação e amamentação.
[Clique aqui](#) e assista também.



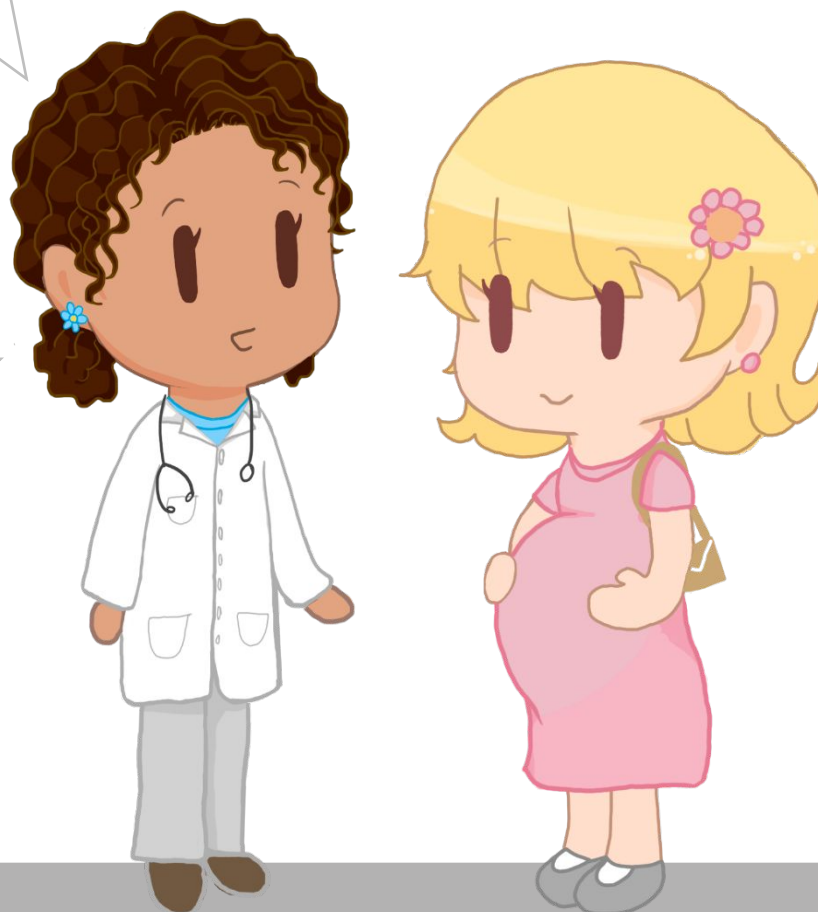
Semanas depois da reunião de equipe, Mariana, de 26 anos, grávida de quatro meses e amamentando seu bebê de 1 ano e 6 meses procura a unidade de saúde. Mariana e seu esposo resolveram mudar-se para Laranjeiras, porque o esposo encontrou trabalho como pedreiro. Ana está preocupada com as mudanças corporais, rachaduras no seio e se poderia continuar a usar algumas plantas medicinais para dor lombar, náuseas e vômito.



A médica Priscila orienta inicialmente quanto aos cuidados da amamentação do filho de 1 ano e 6 meses. Durante a consulta, ela sugere diferentes estratégias fitoterápicas para prevenir e tratar a fissura mamária.

Mariana, como está
você e seus bebê?

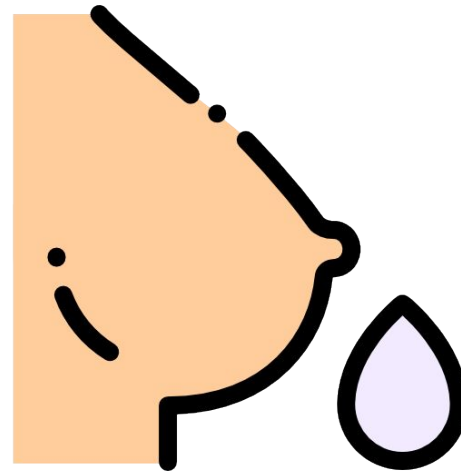
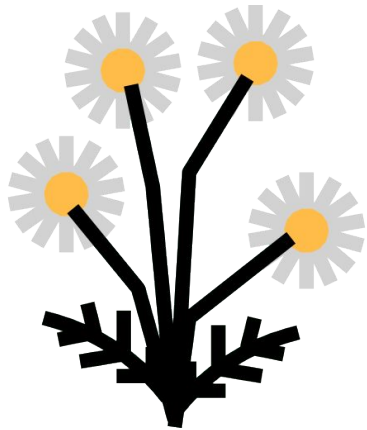
Durante a amamentação
podem surgir problemas
relacionados aos mamilos. As
queixas mais frequentes são
fissuras mamárias, dor no
mamilo, ingurgitamento
mamário e até complicações
como a mastite.



A gestação de Luise está tranquila.
Estamos bem, entretanto, estou
com meu bico do seio rachado e o
mamilo dolorido, pois ainda estou
amamentando o João de 1 ano e 6
meses. O que posso passar para
melhorar?

Priscila consultou suas anotações e fez algumas recomendações:

- ✓ Aplicação de compressas morna e fria de infusão preparada com 30-100g de *Chamomilla recutita* L. (camomila) em 1000 mL de água para tratar fissuras mamárias, mamilos doloridos e mamas ingurgitadas durante 20 minutos.
- ✓ Infuso de camomila duas vezes por dia como anti-inflamatório e lavar a área com água morna, antes da amamentação.
- ✓ Aplicar a parte interna da banana verde sobre o bico do seio por 10 a 15 minutos e lavar antes do bebê mamar. Recomendou não usar o sutiã quando não necessário, furar o sutiã na região do bico e aréola e banho de sol de 5 minutos por dia.



Outra alternativa é a **compressa de solução de Calêndula a 5%** aplicada no bico do peito, entre as mamadas, auxilia na cicatrização da fissura. Também pode ser aplicado um cataplasma de 1-2 flores de calêndula esmagadas sobre a área afetada e deixar secar. A mistura de partes iguais de Óleo de calêndula e Óleo de Coco extra virgem aquecido pode ser usado sobre os mamilos doloridos por meio de massagem suave.



Fonte:

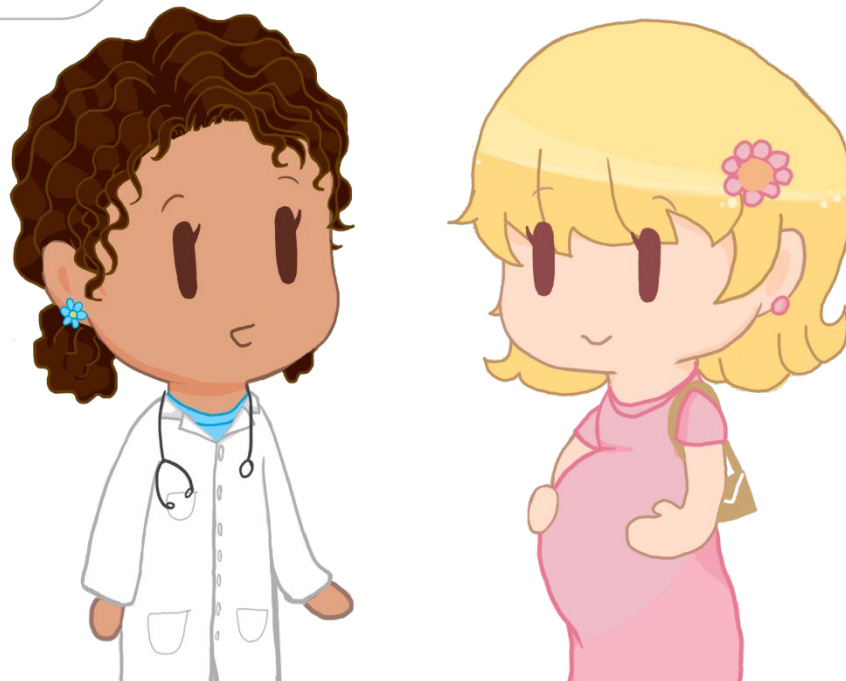
<https://pt.wikihow.com/Amenizar-a-Dor-nos-Mamilos#/Imagem:Soothe-Sore-Nipples-Step-10.jpg>

Semanas após a vista da ACS, Mariana chega na unidade de saúde Laranjeiras solicitando atendimento de pré-natal. A recepcionista Maria faz a inclusão da paciente para o atendimento agendado e-SUS e a encaminha para o acolhimento com a enfermeira Isabel. Mariana questionou sobre quais plantas medicinais ela pode usar durante a gestação.

Durante os três primeiros meses de gestação deve ser evitado o uso de qualquer espécie de planta medicinal, da mesma forma que os medicamentos sintéticos cujos estudos para avaliação de toxicidade e de má formação sobre o feto não estejam concluídos.

Apesar da escassez de estudos, sugere-se que o uso de plantas medicinais na gestação seja feito mediante acompanhamento de um profissional de saúde.

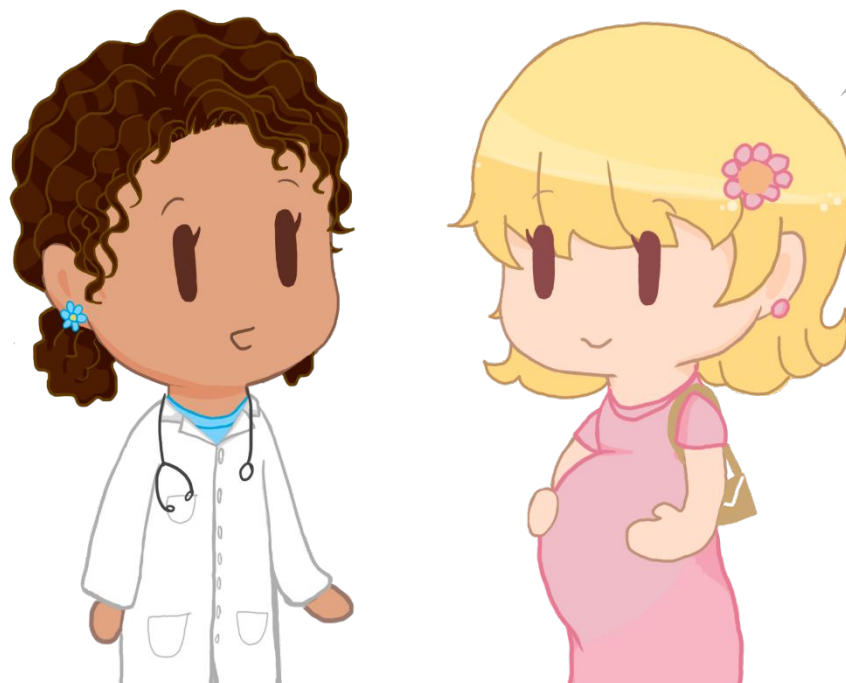
Posso usar plantas durante a gestação?



Priscila conversa com Mariana sobre os tipos de plantas que são contraindicadas na gestação e lactação.

Há plantas que tem seu uso restrito ou impedido durante a gestação e lactação porque são abortivas e teratogênicas. Por exemplo: *Achillea millefolium* (Mil.) (folhas), *Arnica montana* (arnica), *Baccharis sp.* (carqueja), *Coleus barbatus* (boldo), *Cynara scolymus* (alcachofra) entre outras.

Há plantas podem ter efeito tóxico, teratogênico e abortivo, além de influenciar no sabor e produção do leite. Por exemplo: cipó milomes (*Aristolochia sp.*), confrei (*Symphytum officinale L.*) e no mentrasto (*Ageratum conyzoides*); losna (*Artemisia absinthium*), sálvia (*Salvia officinalis*), arruda (*Ruta sp.*), rainha das ervas (*Tanacetum parthenium*), poejo (*Cunila microcephala Benth*) entre outras.



Ficarei atenta!

Caso tenha ficado com dúvidas sobre quais as plantas contraindicar para gestação, consulte a lista de plantas medicinais criada pela Secretaria de Saúde do Rio de Janeiro. [Clique aqui](#)

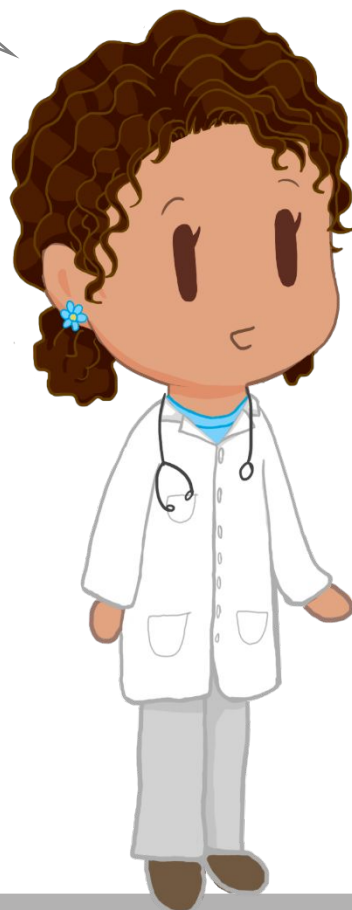


E lembre-se! Cabe a você e a sua equipe identificar quais as principais plantas medicinais são utilizadas e cultivadas pela sua comunidade e pensar se o trabalho com plantas medicinais e fitoterapia pode ser uma boa estratégia de atender às necessidades de saúde do seu território.



Doutora Priscila aproveitou o momento do diálogo com a gestante e falou sobre as plantas tóxicas que podem estar presente no seu domicílio.

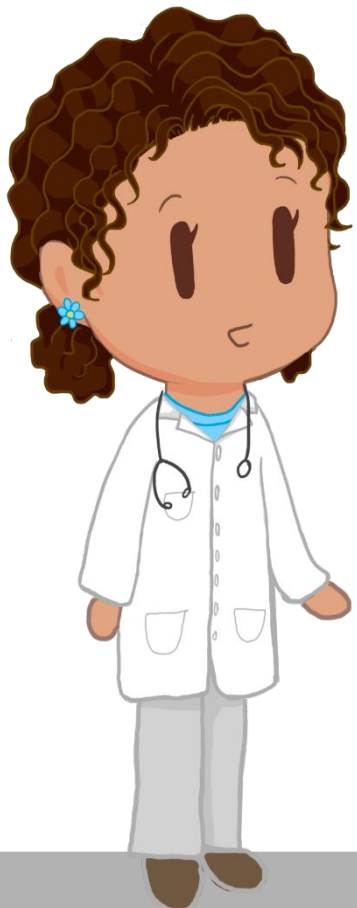
Há plantas que apresentam na sua composição substância tóxica que causam distúrbios gastrointestinais (náuseas, vômitos, salivação excessiva, dor abdominal, diarreia), cardíacos, respiratórios, visuais e neurológicos



Então, são plantas contraindicadas para uso oral ou tópico, por exemplo alamanda (*Allamanda cathartica* L.), dedaleira, oficial-de-sala, chapéu-de-napoleão (*Thevetia peruviana* K. Schum), hortênsia, sementes e folhas de espécies de *Prunus* (pessegueiros), sementes de maçã, mandioca-brava, umbú, tungue, orelha-de-macaco, amor-perfeito, cicas, hera.



Algumas plantas tóxicas contêm uma seiva. O contato com a seiva pode causar dermatite alérgica com formação de edema local, dor e eritema.



Dieffenbachia sp, família
Araceae
(Comigo-ninguém-pode)



Euphorbia millii Des Moulins
(coroa-de-cristo)



Mamona (*Ricinus communis* L.)



Buxinha (*Luffa operculata*
(L.) Cogn

Sim conheço algumas delas. Olhei aqui no meu celular.



SAIBA MAIS

Em caso de acidente com plantas procure orientação médica e/ou ligue para o Centro de Informações Toxicológicas de sua região. Guarde e leve a planta para identificação. Ligue para o CIT/SC 0800 643 5252. Acesse o link para conhecer as principais plantas potencialmente tóxicas e seus cuidados. [Clique aqui](#)

Na unidade 3, você conheceu as principais plantas tóxicas que apresentam glicosídeos cardiotônicos, cianogênicos e saponínicos tóxicos. Essas plantas podem causar distúrbios gastrointestinais cardíacos, respiratórios, visuais e neurológicos
Você se lembra?



Não? Então acesse o Memento de Fitoterapia e veja novamente as principais plantas com ação tóxicas e seus respectivos tratamentos . [Clique aqui.](#)

Depois retorne para o material online e continue sua leitura sobre a aplicação clínica das plantas medicinais



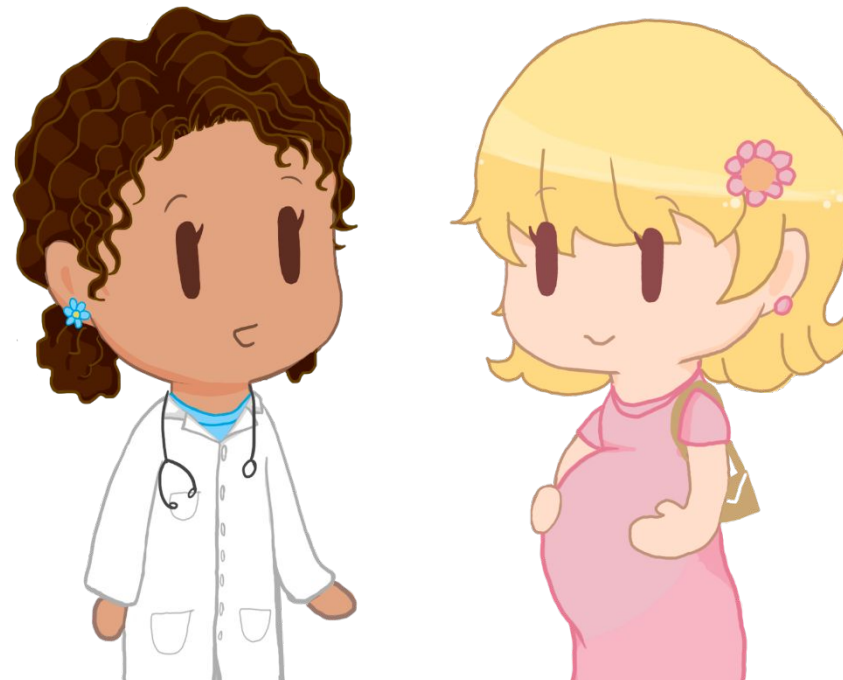
Agora, vamos apresentar o plantas que podem ser utilizadas após o terceiro mês de gestação.

Priscila conversa com Mariana sobre os tipos de plantas que podem ser usadas na gestação e lactação.

Mas há plantas medicinais que podem ser utilizadas durante a gestação após os três primeiros meses para prevenção de anemia, náuseas, dor, transtornos do humor, constipação, edema, infecção urinária.

Por exemplo: Castanha da Índia (*Aesculus hippocastanum* L.) (edemas dos membros inferiores), Ameixeira (*Prunus domestica* L.) (constipação), Erva cidreira/melissa (*Lippia alba* (Mill.) NE Br. ex Britton & P. Wilson) (ansiedade), gengibre (*Zingiber officinale* Rosc), Alho (*Allium sativum*) (prevenção de anemia).

Que legal.



Mariana queixa-se de enjoo durante a gestação. Priscila faz a consulta no momento terapêutico da UBS e realiza uma prescrição fitoterápica.

Para náuseas gravídicas, você pode usar no máximo 1g/dia de gengibre seco por no máximo 4 dias. Também pode tomar uma limonada fraca.



MINISTÉRIO DA SAÚDE
ESTADO DE SANTA CATARINA
MUNICÍPIO DE FLORIANÓPOLIS
UNIDADE DE SAÚDE UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE CENTRO

RECEITUÁRIO

1ª VIA – RETENÇÃO NA FARMÁCIA OU DROGARIA
2ª VIA – ORIENTAÇÃO AO PACIENTE

EMITENTE

Lisandra Santos de Souza
Ademar Nunes Pires, 70 - Santa Monica - Q3 - Florianópolis/SC
(16) 7655-7380 | (58) 5256-2956

CIDADÃO

Lisandra Santos de Souza - 702902531104871
Endereço não informado

MEDICAMENTOS

1. Zingiber officinale Roscoe (gengibre) droga vegetal seca (rizoma)

15 un
Pó

Tomar 1g/dia. • A cada 24 horas • Oral
Durante 7 dias

Recomendações:

Contraindicação: casos de litíase biliar, gestantes, pacientes com cálculos biliares.

Precaução: Não tomar doses diárias superiores a 2g. Doses acima de 6g/dia podem produzir úlceras ou gastrites.

Interação medicamentosa: anticoagulante

Lisandra Santos de Souza
Médico clínico
Florianópolis - SC, 10 de abril de 2019

Durante a consulta, Priscila aproveitou para conversa com Mariana sobre os tipos de plantas que ela pode usar em diferentes situações comuns durante a gestação, se necessário.

Quais plantas eu poderia usar em banho de assento para evitar corrimento e infecção urinária?



Dente de leão
(*Taraxacum officinale* L.)

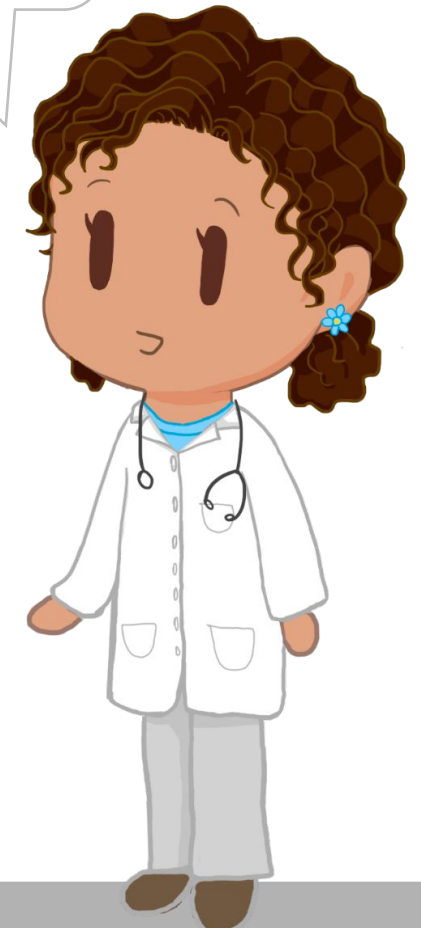
Para banho de assento para infecção urinária e vaginal (uso externo) sugiro:



Tansagem
(*Plantago major* L.)



Calêndula
(*Calendula officinalis* L.)



E para
anemia?



Alho (*Allium sativum*)

Modo de uso: 600 a 900mg de alho por dia (um dente de alho cru)
Gestação - Risco mínimo a partir do terceiro trimestre
Lactação – risco mínimo

Para prevenir anemia eu sugiro:



Beterraba (*Beta vulgaris L.*)

Modo de uso: Suco: Tomar 1 xícara de suco de beterraba com limão 3x ao dia, preferencialmente, centrifugado



Couve (*Brassica oleracea*)

Modo de uso: Suco das folhas: centrifugado ou macerado com limão, laranja ou abacaxi. Tomar 1 copo de suco 2 vezes ao dia





Erva cidreira/melissa/salva da gripe (*Lippia alba* (Mill.) NE Br.ex Britton & P. Wilson)

Recomendado após o terceiro mês da gestação para ansiedade.

Modo de uso: infusão: preparar o infuso com 1 a 3g das folhas secas em 150mL de água, tomar 35 mL do infuso, logo após o preparo, três vezes ao dia.



Rosa branca (*Rosa gallica* var *alba* L.)

Recomendado o uso após o terceiro mês da gestação para ansiedade e como calmante.

Modo de uso: Banho terapêutico: No preparo de banhos calmantes o uso é geralmente 30g de pétalas para cada litro de água.



Aveia (*Avena sativa* L.)

Modo de uso: Uso como alimento: o consumo recomendado é de 3g/dia.

Se você se sentir ansiosa e com o humor alterado, sugiro também:



Também tenho me sentido bastante constipada... O que poderia utilizar nesse caso?



Ameixeira (*Prunus domestica* L.)

Modo de uso: Sugere-se comer 1 a 2 frutas frescas 30 minutos antes das principais refeições ou 3 frutas secas maceradas em água por 12 horas e fervida por 3 minutos, tomadas em jejum.



Linhaça (*Linum usitatissimum* L.)

Como alimento, representa risco mínimo após os três primeiros meses da gestação, sendo indicado para constipação leve (Grau de recomendação B). Na forma de encapsulados a semente da linhaça ou o óleo podem contribuir para a redução do peso ao nascer do bebê (Nível de evidência 3).

Modo de uso: o recomendado é 5 a 50g/dia

Para constipação recomendo:



O trabalho com fitoterapia é uma alternativa para o cuidado e promoção de saúde na Atenção Básica. Estes espaços favorecem o aprimoramento de todos os envolvidos, não apenas do usuário, mas também o profissional, por meio da valorização dos diversos saberes e da possibilidade de intervir criativamente no processo de saúde-doença de cada pessoa.



Se as ações, serviços e produtos relacionados com a fitoterapia forem utilizados com responsabilidade e adequadamente, são potencializadores de grandes transformações!



SAIBA MAIS

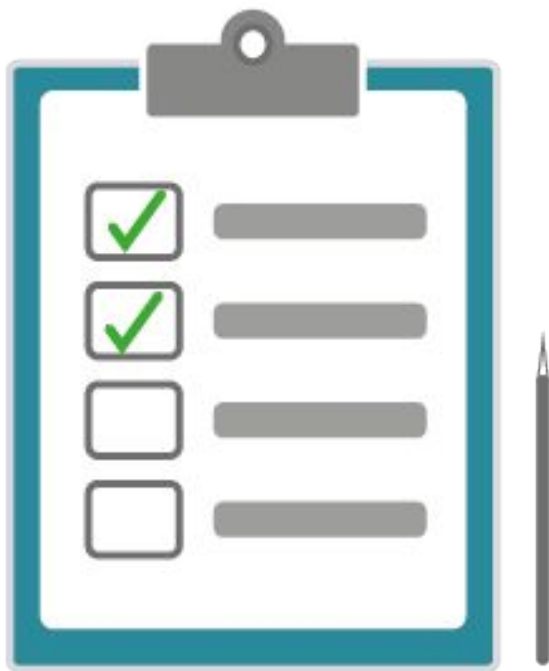
Leia mais sobre Plantas medicinais para uso na gravidez, parto e durante a amamentação acessando o link da Secretaria Estadual de Saúde: [Clique aqui](#)

Assista também a webpalestra sobre uso de plantas na gestação e amamentação:
[Clique aqui](#)

Neste caso, você conheceu um exemplo prático de uso de plantas medicinais durante a gestação.



Lembre-se que você pode contar com o serviço de Teleconsultoria do Núcleo Telessaúde para tirar dúvidas sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápicos na ABS.



Lembre-se de realizar a atividade de avaliação da unidade

3.

CONCLUSÃO DO CURSO



No decorrer deste curso apresentamos diferentes formas de trabalho com fitoterapia na Atenção Básica. Buscamos apresentar exemplos de programas e ações de fitoterapia dentro e fora da unidade de saúde, suas variadas formas e possíveis estratégias para o enfrentamento dos problemas identificados na comunidade.

Apresentamos estratégias educativas, interdisciplinares, intersetoriais e participativas para inserir a fitoterapia na AB.

Desejamos, assim, que você esteja sensibilizado, ao final deste estudo, a colocar em prática os conhecimentos adquiridos aqui. Boa sorte!!

CRÉDITOS

AUTORES

Gisele Damian Antonio Gouveia

Cesar Simionato

REVISORES

Elis Roberta Monteiro

Luise Lüdke Dolny

Josimari Telino de Lacerda