

## Conhecimento e utilização da fitoterapia em idosos com aderência às práticas integrativas: estudo piloto

Thatiana Ezzaoui da Silva<sup>1</sup>, Eliete Pardono<sup>1</sup>, Ricardo Monezi Julião de Oliveira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências da Saúde-FACIS.

<sup>2</sup>Instituto de Medicina Comportamental–UNIFESP.

E-mails: thatiana.ezzaoui@gmail.com, e\_pardono@yahoo.com.br, rmonezzi@uol.com.br

**Introdução:** A fitoterapia, conceituada como o uso de plantas na cura ou prevenção de doenças, vem recebendo cada vez mais atenção dos órgãos não governamentais e oficiais de saúde. Cerca de 80% da população mundial, especialmente os idosos, já tiveram alguma experiência de utilização de fitoterápicos, com fins preventivos ou curativos. É fato que as plantas são portadoras de uma variedade muito grande de elementos utilizados no tratamento de doenças, todavia, também contêm substâncias que se mal-utilizadas podem levar o paciente à morte. **Objetivo:** Avaliar o conhecimento e a utilização da fitoterapia em um grupo de idosos com aderência às práticas integrativas. **Método:** Foi aplicado a um grupo de 17 idosos habitantes da cidade de São Paulo, que recebiam tratamentos baseados em práticas integrativas, como o Reiki, questionário composto de 7 questões de múltipla escolha e 1 questão dissertativa a respeito do conhecimento e utilização da fitoterapia em seu cotidiano. **Resultados:** 15 voluntários declararam conhecer a fitoterapia, enquanto 1 declarou desconhecimento e 1 não respondeu a questão. 10 voluntários afirmaram fazer uso de plantas medicinais, enquanto 7 assinalaram não utilizar. 3 receberam indicações de fitoterápicos através de médicos, sendo que o restante recebeu informações de amigos, parentes e mídias diversas. As plantas medicinais mais relatadas foram: erva doce, erva cidreira, camomila, guaco e boldo. A busca pelos fitoterápicos foi relacionada principalmente para o tratamento da ansiedade e de problemas digestivos e respiratórios. As formas de preparo mais descritas foram a infusão e xarope. **Conclusões:** Apesar de ser uma amostra populacional que apresenta identidade e aderência às práticas integrativas, nem todos os voluntários se utilizam da fitoterapia. Algumas confusões em relação a correta indicação das plantas e suas formas de preparo foram constatadas e são possíveis decorrências da falta de informação. É de suma importância a conscientização e a participação de todos profissionais de saúde na orientação da população, especialmente dos idosos, em relação a utilização adequada da fitoterapia e de todo seu potencial.

**Palavras-chave:** Fitoterapia. Plantas Medicinais. Idoso.