

ESTUDO SOBRE O USO DE PLANTAS MEDICINAIS POR LACTANTES

PANSERA, Eduarda Cristina Lopes

DORIGON, Elisangela Bini

CHIAMENTE, Regiane Pessetti

Resumo

O leite materno é reconhecido como um alimento crucial nos primeiros seis meses de vida. Contudo, o uso indiscriminado de medicamentos por lactantes, pode gerar efeitos adversos tanto para a mãe quanto para o bebê. Com a crescente valorização do conhecimento sobre plantas medicinais, este estudo se concentra no uso dessas ervas por lactantes. Em consonância com a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) do Ministério da Saúde, objetivando verificar o uso de plantas medicinais por lactantes em um município do oeste catarinense. O método envolveu um questionário online aplicado a lactantes, entre julho e novembro de 2023. As participantes concordaram com o termo de consentimento livre e esclarecido. Dos 22 participantes, 95% relataram o uso de plantas medicinais, especialmente para aumentar a produção de leite, aliviar cólicas no bebê e proporcionar efeito calmante. *Matricaria chamomilla* (Camomila - 90%), *Pimpinella anisum* (Erva Doce - 75%), *Melissa officinalis* (Erva Cidreira - 55%), foram as mais citadas. Os resultados destacam a confiança das mães nas propriedades terapêuticas das ervas, embora ressaltem a necessidade de uma abordagem integrativa com o aconselhamento de profissionais de saúde.

Palavras-chave: Amamentação. Etnobotânica. integração.

1 INTRODUÇÃO

Desde os primórdios da humanidade, há cerca de 200 milhões de anos, a amamentação tem sido crucial para a sobrevivência da espécie,

proporcionando nutrientes e fatores imunológicos através do leite materno. Ao longo desse período, a composição do leite humano evoluiu para atender às necessidades dos lactentes, estabelecendo uma relação nutricional e imunológica ideal. Atualmente, a amamentação é reconhecida por suas vantagens nutricionais, imunológicas, cognitivas, psicoafetivas, econômicas e sociais. No entanto, diversos fatores, incluindo o uso de medicamentos pela nutriz, podem interferir na qualidade desse processo essencial (CHAVES; LAMOUNIER; CÉSAR, 2007).

Fitoterápicos, especialmente galactagogos (possui efeito potencial de aumentar o volume de leite pela nutriz), são frequentemente utilizados por lactantes para aumentar o volume de leite. Esses fármacos visam auxiliar na iniciação e manutenção adequada da produção de leite materno, sendo solicitados por mulheres enfrentando problemas de baixa produção láctea ou aquelas que não estão amamentando, mas desejam manter a lactação, como mães de bebês prematuros não amamentáveis (DE AGUIAR BROTTTO et al., 2015).

Apesar de sua aparente segurança, os fitoterápicos não estão isentos de riscos à saúde da mãe e do filho. A prescrição dessas substâncias deve considerar interações e possíveis efeitos adversos, destacando a necessidade de abordagens pautadas na segurança e eficácia, particularmente por profissionais de enfermagem, para garantir o cuidado adequado à saúde da mãe e do bebê (BRANCO et al., 2020). O valor cultural dos chás e sua associação com a maternidade tem perpetuado o seu uso na lactação, uma vez que as ervas podem ter sua "eficácia" pelos nutrientes fornecidos e água, bem como promover uma sensação de relaxamento e autoeficácia (DE AGUIAR BROTTTO et al., 2015).

Em virtude dos fatos mencionados, o levantamento de informações sobre o uso de ervas medicinais para lactantes é indispensável, ainda mais para as mães que procuram uma melhor qualidade de vida para si e seus filhos. Nessa perspectiva, o objetivo deste trabalho foi realizar um levantamento etnobotânico e discutir sobre as plantas utilizadas com fins medicinais por lactantes.

2 DESENVOLVIMENTO

MATERIAIS E MÉTODOS

A coleta de dados ocorreu a partir de um questionário organizado pelos autores, o qual passou por pré-teste antes de ser aplicado definitivamente. Sua aplicação foi de forma on line através da ferramenta Google Forms a lactantes. Os dados foram coletados do período de 16 de julho de 2023 a 08 de novembro de 2023 após a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Oeste de Santa Catarina, sob parecer 6.194.313. O link foi disponibilizado nas redes sociais. O mesmo direcionava para o termo de consentimento, e apenas as que concordavam com os termos eram direcionadas ao questionário.

Os critérios de inclusão foram: Ser mulher lactante, amamentando a menos de 1 ano, interessadas, maiores de 18 anos e residentes no município de Xanxerê-SC.

O questionário foi dividido em duas etapas. A primeira contendo questões obrigatórias de aspectos sociais como: Idade, escolaridade e profissão. A segunda foi composta por questões sobre: 1) Amamentação, 2) Pré-Natal, 3) Cuidados com o bebê, 4) Alimentação do bebê, 5) Uso de plantas medicinais pela mãe (indicação, finalidade, experiências, forma de consumo), 6) Uso de outros medicamentos. Os dados foram sistematizados em planilhas Excel® e após foram organizados gráficos e tabelas para discussões.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa nesse período 22 mulheres lactantes. No entanto, duas foram desconsideradas por não se enquadrarem nos critérios.

Na primeira parte dos dados observou-se que apenas 5% das entrevistadas tinham idade entre 18 e 20 anos, as demais apresentavam idade entre 21 e 40 anos. Em relação a escolaridade 10% apenas com ensino médio

incompleto, 35% com ensino superior e 35% com pós-graduação também. Sobre as profissões destacaram-se: professoras, farmacêutica e enfermeiras, no entanto outras foram citadas em menores proporções como: vendedoras, técnicas de enfermagem, assistente administrativo e do lar.

Na segunda parte as entrevistadas contaram que fizeram o pré-natal, sendo que 25% fizeram pelo Sistema Único de Saúde-SUS. Ainda sobre os cuidados, apenas 5% relataram que o bebê vai para creche, nos demais casos, 25% ficam com a própria mãe e 70% com familiares como avós.

Cerca de 50% das mães entrevistadas optaram por manter a amamentação exclusiva com leite materno pois reconhecem que a amamentação é uma fonte inestimável de alimentação, contribuindo para a saúde a longo prazo do bebê. O leite materno é considerado a forma ideal de nutrição para bebês nos primeiros 6 meses, fornecendo todos os nutrientes essenciais para um crescimento saudável. Além do período neonatal, a amamentação continua a oferecer vantagens significativas, como a redução da prevalência de infecções, diabetes, distúrbios cardiorrespiratórios, obesidade e doenças alérgicas (ÖZALKAYA et al., 2018).

Sobre o uso de plantas medicinais durante esse período de lactação, 95% das entrevistadas relataram utilizar plantas medicinais, e quanto ao uso descreveram ser para diversas finalidades, entre elas o aumento da produção de leite, a diminuição de cólicas e efeito calmante, conforme Tabela 1.

A *Matricaria chamomilla* (camomila), foi citada por 90% das entrevistadas, por ter efeito calmante e digestivo. Entretanto, não há na literatura nenhum estudo que elucide o mecanismo exato pelo qual a camomila exerce tal efeito galactagogo. No entanto, a camomila não é indicada para lactantes, isso porque a planta apresenta efeitos teratogênicos em estudos com vários animais (SARRICO et al., 2022)

A segunda espécie com maior citação entre as lactantes foi a *Pimpinella anisum* (erva-doce), em 75% das mães. O formulário de fitoterápicos apresenta sua ação antidiarréica e antiespasmódica, o chá pode ter efeito benéfico na digestão, como esperado pelas lactantes estudadas, apresentando também potencial analgésico (BRASIL; ANVISA,

2021). Embora a literatura não mencione o uso desta espécie para aumentar a produção de leite, um estudo em ratos Wistar mostrou efeito galactagogo após a ingestão do extrato etanólico. Destaca-se a necessidade de mais pesquisas sobre essa espécie para determinar o nível de ingestão seguro e sua segurança para mães e filhos durante o período de lactação (Hosseinzadeh et al., 2014).

Com indicação de 55% o *Cymbopogon citratus* (capim cidreira) foi sugerido como sedativo e como galatogogo, para aumentar a produção de leite. A literatura apresenta a espécie como calmante e auxiliar na digestão. O seu efeito sedativo é leve, ansiolítico, antidispeptico e antiespasmódico, e podendo-se observar o aumento na produção de leite (ASCHENBRENNER; SANTOS; DURIGON, 2022). Entretanto, um ensaio clínico realizado em camundongos, usando folhas e raízes de erva cidreira, mostrou que, ao final do estudo, as cobaias apresentaram sintomas depressivos, contorções abdominais, diarreia e aumento da frequência respiratória, devido à toxicidade dessa espécie (SHAH et al., 2011).

A *Achyrocline satureioides* (marcela), foi citada por 30% das lactantes, especialmente pelo efeito digestivo. No entanto o uso é contraindicado para pessoas que apresentam hipersensibilidade aos componentes da formulação e às espécies da família Asteraceae. O uso é contraindicado durante a gestação e lactação e para menores de 18 anos (BRASIL e ANVISA, 2021).

Na mesma proporção (30%) das citações aparece o *Foeniculum vulgare* (funcho), indicado para aumentar a produção de leite e redução de gases. Possui propriedades aromáticas, condimentares e medicinais. O Funcho aumenta a secreção de leite por conter anetol e seus polímeros que conferem o sabor e o odor característicos. São considerados os agentes ativos por possuir atividade estrogênica, visto que os estrogênios estimulam a liberação da prolactina (DE AGUIAR BROTTTO et al., 2015).

Existem agentes farmacológicos capazes de modular o volume do leite materno, promovendo tanto seu aumento quanto sua redução. Esses fármacos exercem sua ação como bloqueadores de dopamina na hipófise. Contudo, não existem evidências que sustentem a capacidade desses

medicamentos de estimular a produção de leite em mulheres com níveis elevados de prolactina (CHAVES; LAMOUNIER; CÉSAR, 2007).

Para a *Mentha sp.* (hortelã), 25% das lactantes citaram, porém não foram encontradas na literatura comprovações dos efeitos relatados, como calmante. Essa planta é contraindicada para lactentes, pois a aplicação de preparações pode causar síncope, aumentando o risco de anafilaxia, edema de glote ou brônquico (PARITAKUL et al., 2016).

A idade do lactente tem sido apontada como uma das mais importantes variáveis a ser considerada no momento de determinar a segurança do fármaco para uso durante a lactação. Poucas reações ocorrem em lactentes maiores de seis meses, período de maior maturidade metabólica hepática e de menor ingesta láctea devido à alimentação complementar. Os riscos de efeitos adversos para o lactente podem ser classificados segundo a idade como: baixo risco (seis a 18 meses), risco moderado (dois a seis meses) e alto risco (prematuros, recém-nascidos, lactentes clinicamente instáveis ou com função renal debilitada) (RAMINELLI; HAHN, 2019)

Sobre o uso concomitante de outros medicamentos juntamente a fitoterápicos, 60% das entrevistadas disseram fazer uso. Muitas delas fazem o uso de medicamentos alopáticos (60%).

Em relação a indicação, 35% das lactantes disseram que indicariam para outras nutrizes o uso de plantas medicinais. E quando questionadas sobre quem orienta elas no uso, 100% relatam terem aprendido essas técnicas com familiares, porém, além dos familiares 20% disseram buscar com profissionais da saúde ou internet (10%). Curiosamente, mesmo com percentual menor, destaca-se a busca com benzedeiros (5%).

O conhecimento tradicional dos benzedores, são baseados em uma abordagem empírica transmitida ao longo de gerações. Esses praticantes possuem uma compreensão aprofundada das plantas, identificando seus usos terapêuticos com base em observações e na sabedoria ancestral das comunidades indígenas. Suas práticas incluem a seleção criteriosa e a preparação de plantas. Este conhecimento, enraizado na maioria das vezes

em herança indígena, destaca a necessidade da interconexão entre as práticas tradicionais e a abordagem com as práticas contemporâneas para assegurar segurança e eficácia, alinhando-se às evidências científicas atuais (GAUDÊNCIO et al., 2021).

3 CONCLUSÃO

Em conclusão, os resultados destacam a prevalência do uso de plantas medicinais entre as lactantes, com ênfase em espécies como camomila, erva-doce e capim cidreira. Contudo, é crucial ressaltar as contraindicações e lacunas de evidências científicas para muitas dessas práticas, especialmente considerando os potenciais riscos associados, como observado em estudos toxicológicos. A necessidade de orientação profissional e a conscientização sobre os possíveis impactos adversos, aliadas à promoção de práticas seguras e baseadas em evidências, emergem como aspectos fundamentais para a saúde materna e infantil.

Nesse contexto, a interação entre a medicina tradicional e a prática clínica convencional requer uma abordagem integrativa e aprofundada. É imperativo que profissionais de saúde estejam cientes das práticas das lactantes, oferecendo orientações embasadas em evidências para garantir a segurança e eficácia do uso de plantas medicinais durante o período de lactação.

REFERÊNCIAS

ASCHENBRENNER, G. T.; SANTOS, A. T. DA S.; DURIGON, A. M. Efeitos adversos dos fitoterápicos na gestação. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 5, n. 6, p. 23891–23907, 7 dez. 2022.

BRANCO, M. B. L. R. et al. A Enfermagem na utilização da fitoterapia na lactação: uma revisão integrativa de literatura. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 9, p. e969997999, 14 set. 2020.

BRASIL; ANVISA, A. N. DE V. S. Formulário de Fitoterápicos. Brasília: , 2021. (Nota técnica).

CAMPOS, P. S. S.; CORREIA, R.; MARISCO, G. PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS POR QUILOMBOLAS NA GESTAÇÃO E LACTAÇÃO, E RISCOS NO USO INDISCRIMINADO. *Revista Contexto & Saúde*, v. 20, n. 40, p. 236–243, 4 nov. 2020.

CHAVES, R. G.; LAMOUNIER, J. A.; CÉSAR, C. C. Medicamentos e amamentação: atualização e revisão aplicadas à clínica materno-infantil. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 25, n. 3, p. 276–288, set. 2007.

DE AGUIAR BROTTTO, L. D. et al. Use of galactogogues in breastfeeding management: integrative literature review. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, v. 7, n. 1, p. 2169–2180, 1 jan. 2015.

GAUDÊNCIO, J. et al. Conhecimento tradicional Kaingang: o uso de ervas medicinais. *ODEERE*, v. 6, n. 2, p. 35–53, 29 dez. 2021.

HOSSEINZADEH, H. et al. Effect of Aqueous and Ethanolic Extracts of *Pimpinella anisum* L. Seeds on Milk Production in Rats. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, v. 7, n. 4, p. 211–216, ago. 2014.

LUTTERBACH, F. G. C.; SERRA, G. M. A.; SOUZA, T. S. N. DE. Amamentação como um direito humano: construção de material educativo pela voz das mulheres. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, v. 27, 2023.

ÖZALKAYA, E. et al. Effect of a galactagogue herbal tea on breast milk production and prolactin secretion by mothers of preterm babies. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, v. 21, n. 1, p. 38, 2018.

PARITAKUL, P. et al. The Effect of Ginger on Breast Milk Volume in the Early Postpartum Period: A Randomized, Double-Blind Controlled Trial. *Breastfeeding Medicine*, v. 11, n. 7, p. 361–365, set. 2016.

RAMINELLI, M.; HAHN, S. R. Medicamentos na amamentação: quais as evidências? *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, n. 2, p. 573–587, fev. 2019.

SARRICO, L. D. et al. Um estudo do uso de chás da hortelã (*Mentha x Villosa* Huds), folha de Maracujá (*Passiflora Edulis*), Camomila-vulgar (*Matricaria Chamomilla* L.) E de Erva-cidreira (*Melissa Officinalis*) no auxílio ao tratamento e prevenção à ansiedade: uma revisão bibliográfica. *Brazilian Journal of Development*, v. 8, n. 9, p. 61985–62005, 9 set. 2022.

SBP, S. B. DE P. Uso de medicamentos e outras substâncias pela mulher durante a amamentação. *Sociedade Brasileira de Pediatria*, v. 4, p. 1–18, ago. 2017.

SHAH, G. et al. Scientific basis for the therapeutic use of *Cymbopogon citratus*, stapf (Lemon grass). *Journal of Advanced Pharmaceutical Technology & Research*, v. 2, n. 1, p. 3, 2011.

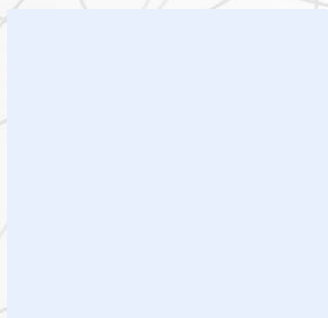
Sobre o(s) autor(es)

PANSERA, Eduarda Cristina Lopes, estudante de enfermagem, UNOESC, Xanxerê-SC,
DORIGON, Elisangela Bini, Mestre em Ciências da Saúde Humana, UNOESC-Xanxerê-SC,
ellisangela.dorigon@unoesc.edu.br
CHIAMENTE, Regiane Pessetti, Licenciada em Química, UNOCHAPECÓ-SC,
regianemsdgiroletti@gmail.com

Tabela 1. Espécies mais citadas pelas entrevistadas, o motivo do uso e a forma de preparo.

Espécie	Frequência	Motivo	Preparo
<i>Matricaria chamomilla</i>	90%	Calmanete, digestivo	Infusão, banhos
<i>Pimpinella anisum</i>	75%	Aumentar a produção de leite	Infusão
<i>Cymbopogon citratus</i>	55%	Sedativo aumentar a produção de leite	Infusão
<i>Achyrocline satureioides</i>	30%	Digestivo	Infusão
<i>Foeniculum vulgare</i>	30%	Aumentar a produção de leite, redução de gases.	Infusão
<i>Mentha spp</i>	25%	Calmanete	Infusão, óleos
<i>Mikania glomerata</i>	20%	Resfriados	Infusão
<i>Malva sylvestris</i>	15%	Antinflamatório	Banhos
<i>Origanum majorana</i>	10%	Cólicas	Infusão
Outras (<i>Mentha pulegium</i> , <i>Anethum graveolens</i> , <i>Maytenus ilicifolia</i> , <i>Illicium verum</i>)	20%	Aumentar a produção de leite	Infusão

Fonte: Autores



Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem