

## O USO DE PLANTAS MEDICINAIS POR LACTANTES EM SANTA CATARINA: UM ESTUDO SOBRE PRÁTICAS TRADICIONAIS E SEUS BENEFÍCIOS NO LEITE MATERNO

Eduarda Cristina Lopes Pansera<sup>1</sup>, Regiane Chiamente Pessetti<sup>2</sup>, Elisangela Bini Dorigon<sup>3</sup>

1. Discente do curso de graduação em Enfermagem, Unoesc, Xanxerê, SC

2. Programa de Pós-Graduação em Ciências Ambientais da Universidade Comunitária da Região de Chapecó, Chapecó, SC

3. Docente do curso de graduação em Farmácia, Unoesc, Xanxerê, SC

**Autor correspondente:** Eduarda Cristina Lopes Pansera, [duda17eduarda15@gmail.com](mailto:duda17eduarda15@gmail.com)

**Área:** Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** A amamentação é um dos pilares no cuidado da saúde infantil, e o leite materno é reconhecido como o alimento mais adequado para bebês nos primeiros seis meses de vida. No entanto, em um mundo cada vez mais dominado por produtos industrializados, muitas famílias começam a buscar conhecimentos tradicionais. A prática de utilizar ervas medicinais, na forma de chás ou em outros preparados, é uma tradição que persiste em muitas culturas. **Objetivo:** Saber se mães lactantes utilizam as ervas medicinais, e como utilizam. **Método:** Foi aplicado um questionário a lactantes do oeste de Santa Catarina. Com critério de inclusão: de estar amamentando a menos de um ano, e que concordassem em participar da pesquisa, e assinassem o termo de consentimento. Foi excluído da pesquisa quem não seguissem os critérios. **Resultados:** Verificou-se que 94,1% dos entrevistados utiliza plantas medicinais para diversas finalidades, entre elas o aumento da produção de leite, a diminuição de cólicas e efeito calmante. As plantas mais citadas foram Camomila (88,2%), Erva Doce (70,6%), e Erva Cidreira (52,9%). A maior parte das entrevistas (88,2%), consomem as plantas medicinais através de chás e utilizam as ervas em banhos terapêuticos (41,2%), onde todas relatam terem aprendido essas técnicas com familiares, profissionais da saúde (17,6%), benzedeiros (5,9%), internet (5,9%) e com a faculdade (5,9%). Muitas delas fazem o uso de medicamentos alopáticos (58,8%), foram citados problemas com ansiedade, uso de vitaminas, e para dor em geral. **Conclusão:** As mães entrevistadas confiam nas propriedades terapêuticas de diversas ervas, utilizando-as desde para aumento da produção de leite até a interrupção de cólicas e efeitos calmantes. No entanto, é crucial considerar que embora as plantas medicinais possam oferecer benefícios, é essencial promover uma abordagem integrativa que inclua o aconselhamento de profissionais de saúde para garantir a segurança e eficácia dessas práticas.

**Palavras-chave:** Amamentação; Fitoterapia; Saúde.

**Agradecimentos:** Os autores agradecem ao Programa de Bolsas Universitárias do Estado de Santa Catarina (UNIEDU) pela concessão de bolsa de iniciação científica